

‘Fietsen is mijn therapie’

Vier ochtenden in de week stapt Eerst Verantwoordelijk Verzorgende (EVV) Eline Valkenburg (35) op haar knalrode fiets om cliënten in Veenendaal te helpen met alledaagse zaken, zoals douchen, aankleden, eten en het innemen van medicatie. Wat ze achter de voordeur aantreft, kan soms best intens zijn. Het geloof is haar grote drijfveer, de fiets is haar therapie. ‘Door te fietsen maak ik mijn hoofd leeg en kan ik weer fris bij een volgende cliënt binnenstappen.’

Elke dag om zeven uur 's ochtends stapt Eline op haar fiets om haar dagelijkse route af te leggen. ‘We hebben ongeveer negentig cliënten en zeven routes. Ik bezoek zo'n tien cliënten per dag.’ Eline kiest er bewust voor om dit op de fiets te doen. ‘Soms fiets ik wel twintig kilometer op een ochtend. Ik heb dat nodig. Ik zie soms best schrijnende dingen bij mensen thuis. Door de frisse lucht in te gaan, kan alles even landen voordat ik bij de volgende cliënt naar binnen stap. Ja, mijn fiets is echt mijn therapie.’

Rond twaalf uur zit haar dagelijkse bezoeker erop. Als EVV maakt Eline ook de planning en stippelt ze de routes uit voor haar en haar team. ‘Daarnaast zit ik in verschillende commissies van Zorggroep Charim. We zijn nu bijvoorbeeld bezig om de wijkverpleging meer op de kaart te zetten, zowel binnen Charim als erbuiten. De wijkverpleging wordt immers

‘Ik pleit ervoor dat iedere zorgmedewerker eerst zichzelf goed leert kennen’

steeds belangrijker, omdat mensen steeds langer thuis blijven wonen. Bovendien stromen heel veel mensen via ons door naar het verzorgingshuis. Daarom werken we momenteel hard aan het leggen van een goede basis: waar staan we voor, welke kwaliteiten hebben we en waar willen we voor gaan? Ook willen we laten zien dat we er niet alleen voor de oudere mensen in de wijk zijn, maar voor mensen van alle leeftijden die thuis ondersteuning nodig hebben.’

Roeping

Hoewel Eline al veertien jaar bij Charim werkt, is ze nu pas echt op haar plaats. ‘Ik ben niet weg te krijgen’, lacht ze. ‘Ik ben begonnen bij de activiteiten-

begeleiding en ik heb nog bij de receptie gewerkt. Op een gegeven moment ben ik de VIG-opleiding gaan doen en ben daarna de wijkverpleging ingerold. Dat doe ik nu een jaar of zeven. Dat is voor mijn doen best bijzonder. Meestal was ik ergens na een jaar wel uitgekeken. Maar ik zit nu helemaal op mijn plek. Hier kan ik veel voor mensen betekenen.’

Ze heeft dan wel haar roeping gevonden, altijd even makkelijk vindt ze het niet. ‘Vooral situaties waarin ik niets voor mensen kan doen, vind ik lastig. Bijvoorbeeld eenzaamheid kun je veelal niet oplossen door mensen voor een kop koffie naar een buurthuis te sturen. Eenzaamheid is vaak een

gevoel dat van binnen zit. Ook kom ik bij mensen die helemaal geen extra zorg willen, al zie je dat de situatie thuis hollend achteruitgaat. Dat frustrert me. Ik heb moeten leren dat je niet altijd alles hoeft op te lossen. Soms is er voor mensen zijn al genoeg. Maar ik moet daarna altijd wel even heel hard trappen op mijn fiets.’

Luisterend oor

Het belangrijkste voor Eline is dat ze in haar werk dicht bij zichzelf blijft. ‘Doe ik dat niet, dan zou ik dit werk niet kunnen doen. Hoe kan ik mezelf kwetsbaar opstellen of me inleven in een ander als ik niet mezelf ben? Hoe kan ik een ander helpen als ik niet weet waar ik zelf voor

sta? Ik pleit er dan ook voor dat iedere zorgmedewerker eerst zichzelf goed leert kennen.’ Voor Eline is haar geloof hierin helpend. ‘Zoals Jezus is, zo zou ik ook graag in het leven willen staan. Er voor een ander zijn en een luisterend oor bieden, maar zo nodig ook dat zetje in de rug geven om het leven weer op te pakken. Ik wil altijd de mens achter de mens blijven zien, ongeacht wat de ander doet of zegt. Met dankbaarheid richting mij heb ik niets. Waarom zou iemand dankbaar moeten zijn? Ik vind dat soms zo oppervlakkig. Ik weet zelfs niet of ik wel heb kunnen helpen. Mensen vinden het vaak helemaal niet leuk dat wij komen, want dan moeten ze onder ogen zien dat

ze zorg nodig hebben. En toch doe ik mijn werk met heel veel liefde en plezier. Want kijk je verder dan de problemen, dan zit daar zo veel meer achter.’

Meer weten over de wijkverpleging?

Bij **Zorggroep Charim** kunt u voor allerlei soorten wijkverpleging terecht. De deskundige verzorgenden en (wijk)verpleegkundigen kunnen u helpen bij het douchen, het toedienen van medicatie, wondzorg of zorg na revalidatie.

☎ 0800 0711

🌐 www.zorggroepcharim.nl

✉ klantenservice@zorggroepcharim.nl