



**Vivent  
Langer Thuis**  
kompas voor lang leven thuis

# Mini Magazine

Voorjaar 2026

## Zelfstandig en veilig Langer Thuis

Doe het samen met Vivent

Tips voor Langer  
Thuis wonen

Blijf fit door meer  
beweging

Ledenvoordeel:  
Exclusieve  
aanbiedingen

# Inhoud

## Vivent Langer Thuis mini-magazine



**4**  
Samen zorgen  
op Papenhof



**10**  
Veiligheidstips  
wonen



**14**  
Nieuws vanuit  
Vivent Langer Thuis



**6**  
Geclusterd  
wonen



**11**  
Otolift  
Trapliften



**15**  
Uitnodiging  
'Beweegactiviteit'  
- 28 mei



**8**  
Naoberschap:  
samen omzien  
naar elkaar



**12**  
Samenwerkings-  
partners



**16**  
Vivent Langer  
Thuis Dag



**9**  
Slimme  
oplossingen  
voor meer  
comfort thuis



**13**  
Winnaar  
fotowedstrijd  
+ prijspuzzel

### Aanmelden evenementen Vivent Langer Thuis

We merken dat het aantal personen dat zich aanmeldt voor een evenement en NIET komt opdagen, toeneemt. Bij de filmmiddag van november jongstleden was dit zelfs 1 op 4. Op basis van de aanmeldingen kopen wij de bioscoopkaartjes en consumpties in en zeggen wij NEE tegen anderen. Wij verzoeken u dan ook alleen aan te melden als u ook van plan bent om te komen, of anderszins tijdig te annuleren mocht u verhinderd zijn.

### Uw minimagazine en uitnodiging digitaal?

Dat kan. Stuur hiervoor een mail naar [langerthuis@vivent.nl](mailto:langerthuis@vivent.nl) waarin u (onder vermelding van uw klantnummer) aangeeft dat u voortaan de minimagazines en uitnodigingen digitaal wilt ontvangen.

© 2026 Vivent Langer Thuis Magazine is een jaarlijkse uitgave van ledenorganisatie Vivent Langer Thuis. Dit magazine is exclusief voor leden met een Viventpas.



# Voorwoord

Marcia Gevers, Pien Middeldorp en Wilma Spruijt

### Beste Viventpasleden,

Ouder worden hoort bij het leven. En hoe ouder we worden, hoe belangrijker het is dat we fijn, veilig en met plezier wonen. Een huis is namelijk veel meer dan vier muren en een dak. Het is de plek waar herinneringen leven, waar u zichzelf kunt zijn en waar u zich thuis voelt.

Niet alleen de woning, maar ook de woon-omgeving en uw sociale netwerk maken onderdeel uit van fijn, veilig en met plezier wonen. Want ook het praatje op straat en de winkels in de buurt maken uw woning tot een fijne plek.

In dit magazine staat het thema 'wonen' centraal. We hebben handige tips voor u verzameld. Bijvoorbeeld over het veilig maken van uw huidige woning en over het opzetten van een netwerk in uw buurt. Ook leest u over het wonen van de toekomst: Papenhof, een prachtige plek in hartje 's-Hertogenbosch. Mariëtte van Kessel (gebiedsmanager bij Vivent) en Patty Hamerslag (thuisondersteuner bij Papenhof) vertellen hierover.

Misschien bent u al tevreden met uw woonsituatie. Misschien denkt u voorzichtig na over de toekomst. Weet in ieder geval: met kleine aanpassingen kunt u al veel verschil maken.



Verder vindt u in dit magazine een uitnodiging voor een sportdag en een prijspuzzel. Ook maken we de winnaar bekend van de fotowedstrijd uit het vorige minimagazine. Daarnaast zijn we een samenwerking gestart met Invest in Rest, een leverancier van hoogwaardig bedtextiel.

We wensen u veel leesplezier.

**Hartelijke groet,  
Marcia Gevers, Pien Middeldorp  
en Wilma Spruijt**

## De werkdag van Patty

# Samen zorgen op Papenhof

Patty Hamerslag werkt als thuisondersteuner op Papenhof. In dit verhaal neemt zij u mee in een gewone werkdag, waarin aandacht, ontmoeting en samen zorgen centraal staan.

Het is nog donker in de Johanneszaal. De meeste bewoners slapen nog als ik 's morgens rond half acht naar de Papenhof fiets. Met een kopje koffie praat ik even bij met collega's en lees ik de laatste rapportages.

Daarna ga ik naar mijn eerste cliënt. Hij doet opgevoerd de deur open als ik aanbeld. Zijn rollator staat nog in de slaapkamer en meneer loopt op sokken. Met een grapje zorg ik dat hij zijn stoffen aantrekt en zijn rollator pakt voordat we naar de badkamer lopen. Hij heeft zijn douchespullen en schone kleren al klaargelegd. Ik help alleen met het wassen van zijn rug en voeten en let goed op dat hij niet valt. Meneer geniet van de warme douche en van ons praatje.



### Samen zorgen voor een goede ochtend

Ik vraag hoe het bezoek van de fysiotherapeut gisteren ging. "Ik heb nog steeds pijn aan mijn armen en schouders. Ze heeft me oefeningen meegegeven." Hij pakt meteen een briefje van tafel. "Ik heb ze gisteren al gedaan, maar het doet wel zeer hoor." We spreken af dat we om half elf samen met de andere deelnemers een paar oefeningen doen tijdens het bewegen.

In de gang kom ik de wijkverpleegkundige tegen. Zij is net bij een mevrouw geweest. Mevrouw voelt zich niet lekker en gaat nog een uurtje slapen. Ik gebruik die tijd om spullen klaar te zetten voor het bewegen straks. Ook schrijf ik op het krijtbord wat we vanmiddag eten.

"Zet jij hem dan wel even voor mij aan? Ik begrijp daar niets van, zo veel knopjes en keuzes."

### Kleine momenten, groot verschil

Op de afgesproken tijd ben ik bij mijn volgende cliënte. Ze heeft de deur alvast voor mij opengezet. Haar gezicht straalt als ze me ziet en ze stopt meteen een dropje toe. "Fijn dat jij er weer bent vandaag, je was vrij hè?" Haar geheugen en het lopen zijn niet meer wat ze geweest zijn, maar haar vaste routine zit er nog goed in. Ze heeft vandaag alleen hulp nodig bij het aankleden en het aantrekken van haar steunkousen. Haar ontbijtbordje en theekopje staan al op het aanrecht. Voordat ik wegga, kijk ik even in de koelkast en haal ik het brood voor vanavond uit de vriezer.

Daarna ga ik naar mevrouw die wat langer in bed bleef. Ze is uit bed, maar voelt zich nog steeds niet lekker. Ik zet de kachel iets hoger en help haar met haar toiletbezoek. Ik noteer haar gewicht en verschoon haar bed. We maken een kort praatje. Mevrouw geeft aan dat ze zichzelf zal aankleden en beneden koffie gaat drinken. Ze neemt haar was mee in haar rollator om beneden in de wasmachine te doen. "Zet jij hem dan wel even voor mij aan? Ik begrijp daar niets van, zo veel knopjes en keuzes."

### Koffie en ontmoeting in de huiskamer

Na een paar korte rapportages loop ik de huiskamer binnen, die in Oeteldonkse kleuren is versierd. Een paar bewoners zitten al samen aan de koffie. Ik zet een leuke afspeellijst aan met liedjes van vroeger en we praten gezellig. De dochter van een bewoner komt binnen en drinkt een kopje koffie mee voordat ze samen met haar vader boodschappen gaat doen.

Na de koffie gaan we met een klein groepje bewegen. We gooien ballen over en weer, laten ze stuiten en doen nek-, schouder- en armoefeningen. Ons dwergvinkje kwettert vrolijk mee op de muziek.

### Samen eten

De warme maaltijd komt uit de keuken van onze burens: de zusters van de Congregatie van de Dochters van Maria en Joseph. Samen dekken we de tafel. Bewoners helpen elkaar met opscheppen: heldere groentesoep vooraf, wortelstamp met worst en chocoladevla toe. Collega's van de schoonmaak en het kantoor schuiven gezellig aan. We praten over de binnenstad, die langzaam verandert in Oeteldonk. Theater Aan de Parade ligt om de hoek. Soms horen we groepjes op de achtergrond oefenen.

Twee bewoners helpen met het afruimen van de tafel, terwijl wij de afwas doen. Daarna trekken bewoners zich even terug in hun appartement om te rusten of maken een wandeling in het zonnetje, bijvoorbeeld in Het Bossche Broek, het Zuiderpark of de binnentuin.

### Samen sluiten we de dag af

Er gaat een piepje in de waskamer. De was van mevrouw is intussen droog. Samen met haar buurvrouw vouwt ze de grote lakens op. Ik loop nog even mee met een bewoner om de medicatie in te nemen en breng een andere bewoonster in haar rolstoel terug naar haar appartement.

Ik kijk in de kast en zie dat er genoeg hapjes en drankjes zijn voor de weekafsluiting van vanavond. Ook zorg ik dat de medicatie die net is bezorgd op de juiste plek in de teamkamer ligt. Dan komt mijn collega van de avonddienst binnen. Na een korte overdracht stap ik weer op de fiets.

## Morgen weer een mooie dag op de Papenhof.

