



Thuis in het Verpleeghuis
Waardigheid en trots op elke locatie

SPOT ON: Welzijn en Voeding



Waardigheid en trots is gestart met de campagne: SPOT ON. Elke laatste week van de maand zetten we één belangrijk thema voor de verpleeghuiszorg centraal. In de maand oktober was dat: Welzijn en voeding. Tijdens deze week kon je online bijeenkomsten bijwonen en kennis en inspiratie opdoen rondom dit thema.

Eten en drinken is voor alle bewoners in de verpleeghuiszorg een belangrijk aandachtspunt. Daarbij gaat het niet alleen om het voorkomen van ondervoeding of overgewicht bij de bewoner, maar ook om het genieten van eten en drinken en de sfeer tijdens de maaltijden. Het bepaalt voor een groot deel hoe bewoners hun dagelijkse woonomgeving ervaren en of zij zich daar prettig voelen.

In deze SPOT ON week zoomden we in op wat daarbij komt kijken en de rol die jij als zorgmedewerker hierin kunt spelen. Veel kleinschalige zorginstellingen hebben meer mogelijkheden voor maatwerk. Wat kunnen deze instellingen de grotere instellingen daarover leren? Welke dilemma's kom je tegen en hoe zou je die kunnen aanpakken?

1. Bijeenkomsten

Hoe kan je met aandacht voor eten en drinken het welzijn vergroten?

Aandacht creëren voor de eetmomenten helpt bij het welbevinden van bewoners. Als mensen goed eten dan voelen ze zich beter. Dat zit niet alleen in goed en lekker eten, passend bij de bewoner, maar ook in aanpassingen in omgeving en sfeer.

Tijdens deze workshop vertelde Anton François, coördinator bij Stichting Eten+Welzijn, over het belang van eten als activiteit. Welzijnsmedewerker Rianne van de Weijer en zorgmedewerker Karina Smets van Wellenshof lieten zien hoe je persoonlijke voorkeuren van bewoners rondom eten kunt achterhalen.

Praatplaat: tips over eten en welzijn

Deze praatplaat met tips over eten en welzijn is gemaakt tijdens deze bijeenkomst. Het is een samenwerking van zowel de sprekers als de deelnemers:

[Download Praatplaat: tips over eten en welzijn \(pdf\)](#)

1 BETREK BEWONERS BIJ ETEN EN DRINKEN



GEEFT MEERWAARDE, GESPREK & BEWEGING

MET KLEINE TAKEN

3 STEL MET BEWONERS/FAMILIE HET MENU SAMEN

3

OF KOOKBOEK MET OUD HOLLANSE RECEPTEN!



2 SAMEN ETEN DOET ETEN



4 STILTE OF GEBED MARKEERT MAALTIJD



6 KOOK DUURZAAM



LOKAAL, VERS & SEIZOENS-GEBONDEN

5 MAAK HET BORD LEUK OP



KLEUR WERKT GOED BIJ MENSEN MET DEMENTIE

7 GEZONDE VOEDING STIMULEERT GEVOEL VAN WELZIJN



TIPS OVER

& eten & welzijn

8 EEN FIJNE AMBIANCE AAN TAFEL

NETJES GEDEKT, BLOEMEN, LICHT, MUZIEK UIT, DEUREN DICHT



9 LET OP SMAAK & GEUR



EEN SMOOTHIE EN FRIETJE HOREN ERBIJ



10 SERVEER KLEINE PORTIES OP EEN KLEINER BORD

FINGER FOOD



Thuis in het Verpleeghuis

www.waardigheidentrots.nl

Samen zorgen voor het welzijn van bewoners!

Lukt het jullie met elkaar om het welbevinden van bewoners voorop te zetten? Werken je collega's van zorg, welzijn en facilitaire dienst hierbij goed samen? Dat is best complex. Het is belangrijk dat collega's vanuit een gezamenlijke visie werken. Durven we anders te gaan samenwerken en hoe pak je dat aan?

Angela Woestenburg, coördinator Welzijn van ViVA! Zorggroep, vertelde hoe zij op de locatie Overkerck werken aan de integratie van welzijn, zorg en ondersteunende diensten. Wat kan je inzetten en wat is niet zo handig om te doen?

2. Praktijkvoorbeelden

- Artikel over [geluksmomenten te creëren voor de bewoners](#) doormiddel van eten en drinken. En daarmee het welzijn te bevorderen. Lisette Bossert (culinair trainer en inspirator voor de zorgsector) geeft praktische tips en handvatten om de zorgmedewerkers hiermee te helpen.
- [Tips om mensen met dementie genoeg te laten eten drinken](#): de meeste mensen met dementie proeven en ruiken minder goed. Daarom is eten en drinken is niet altijd eenvoudig. Ook zelfstandig eten wordt steeds lastiger en afleiding ligt op de loer. Hoe zorg je ervoor dat jouw bewoners met dementie toch genoeg eten en drinken? *Beschikbaar tijdens de SPOT ON week.*
- [Interview van NZC met Hans Everse](#), chef en adviseur Gezond Eten. Over het omarmen van vers en gezond eten en drinken in de gezondheidszorg.
- [10 tips voor eten met meer smaak en plezier in het verpleeghuis](#)
- [Rosengaerde: 'Goed eten draait om gezondheid, welzijn en beleving'](#)

3. Tools

Bekijk hier de tools:

- [Voedselkalender](#): De kalender is een handig geheugensteuntje bij het dagelijkse werk; iedere week krijgt u tips, instrumenten of informatie om voeding zo hygiënisch en gemakkelijk mogelijk te bewaren en te serveren
- [Voedingsbeleid: stappenplan + toolkit](#)
- Bekijk de vele handige tools in de [toolkit van Eten+Welzijn](#)
- [Aanbevolen dagelijks hoeveelheden](#) van het voedingscentrum

Meer weten

- Ga naar de overzichtspagina van de [SPOT ON-weeken](#)

- Lees meer over [goede voeding](#)
 - Alles over het [thema eten en drinken op zorgvoorbeter.nl](#)
 - Lees ook hoe Zorgwaard met smaak omgaat in het artikel '[Fysiotherapie voor je smaak](#)' in het magazine Logeion op pagina 33.
-

tags:

[Goede voeding](#) (22), [SPOT ON campagne](#) (64), [Welzijn](#) (120)

thema:

[Wonen en welzijn](#) (227)