



Vrienden van Heliomare.

Uw steun
telt.
Een vitaal
verschil.

'Seksuele
gezondheid is ook
onderdeel van
revalidatiebehandeling'

heliomare

Beste vrienden.

Het blijft hartverwarmend te ervaren hoeveel mensen en fondsen Heliomare een warm hart toedragen. We hebben afgelopen jaar daardoor weer veel moois kunnen realiseren voor onze leerlingen, studenten en patiënten.

Onze dienstverlening aan hen ontwikkelt zich voortdurend en uw donaties dragen bij aan die ontwikkeling. Trots laat ik u daarvan in deze nieuwsbrief een paar voorbeelden zien, zodat u ook weet wat we met uw donaties doen. Zo is aandacht voor vitaliteit inmiddels een vast onderdeel van de trajecten die studenten bij REA College volgen. En de Fit4Succes horloges ondersteunen dat. Een ander voorbeeld is dat binnen onze revalidatiebehandelingen steeds meer aandacht is voor seksuele gezondheid. Daaruit is de wens voor een koppelbed ontstaan. Beide voorbeelden dragen bij aan een vitaal leven. Een belangrijke waarde in ons dagelijks werk.

Een vriendelijke groet van

Jan Welmers
voorzitter Raad van Bestuur



Oefenauto voor trainen in- en uitstappen auto.

In 2019 werd Ed Nieuwland getroffen door een incomplete dwarslaesie. Tijdens zijn revalidatieperiode bij Heliomare ervaarde Ed hoe ingewikkeld het was om te oefenen met het in- en uitstappen van een auto.

Dat moest namelijk met een auto van een therapeut. Buiten, in weer en wind. Ed nam het initiatief een oefenauto te realiseren. Een wens die ook al enige tijd bestond bij de fysio- en ergotherapeuten van Heliomare. Via een kennis vond hij VOLTEC garagehouder Peter van de Laar bereid een reguliere auto om te bouwen tot oefenauto. Peter ging enthousiast aan het werk en schonk de oefenauto vervolgens aan Heliomare. Peter: "Het project was een uitdaging, want veiligheid en compactheid stonden voorop. En dat is goed gelukt!"

Het trainen van in- en uitstappen is inmiddels onderdeel van het revalidatieprogramma voor onze patiënten.

Familiekamer in revalidatiecentrum.

Patiënten die opgenomen zijn in ons revalidatiecentrum brengen graag tijd door met hun familieleden. Tot enige tijd geleden was er geen geschikte ruimte waar zij met de nodige privacy bij elkaar konden zijn. Met de inrichting van de familiekamer is deze langgekoesterde wens in vervulling gegaan.

Op een van de verpleegunits is een huiselijke ruimte gecreëerd waar patiënten een poosje samen kunnen zijn met hun partner, gezin, familie en/of vrienden. Er staat een bank, een tafel met stoelen eromheen en er zijn allerlei speel- en doe-materialen. Planten en fijne kleuren zorgen voor een plezierige sfeer. Patiënten maken er inmiddels al volop gebruik van.

Omgaan met nieuwe situatie

Ook pedagogisch medewerker Annelies Bootsman maakt graag gebruik van de familiekamer. Annelies: "Als pedagogisch medewerker begeleid ik gezinnen in het proces om met z'n allen te leren omgaan met

de nieuwe situatie. Ik geef praktische informatie en vertaal ingewikkelde informatie op een begrijpelijke manier. Ik help het gezin omgaan met gevoelens van angst, verdriet en onzekerheid. Dit zorgt ervoor dat ouders, kinderen, broers en zussen betrokken kunnen blijven bij het revalidatieproces. Daar gebruik ik allerlei creatieve methodes en speltherapie voor. In de ruime familiekamer werkt dat allemaal zoveel fijner."

Investering: 1.600 euro

'In de ruime familiekamer werkt dat allemaal zoveel fijner'



Pedagogisch medewerker Annelies Bootsman in de familiekamer



'Ik zie het koppelbed echt als toegevoegde waarde voor patiënten en hun partners'

Koppelbed maakt intimiteit mogelijk.

Patiënten verblijven soms meerdere maanden in ons revalidatiecentrum, vaak om uiteenlopende redenen. Voor sommigen is het (nog) niet mogelijk om in de weekenden naar huis te gaan. Dit maakt het gemis van fysieke nabijheid met de partner des te groter.

Tot nu toe bood de verpleging soms de mogelijkheid voor een nachtje samen, maar twee samengevoegde bedden bieden weinig ruimte voor echte intimiteit. Met de komst van een koppelbed is dit nu anders. Dit bed bestaat uit een frame met een matras dat een regulier ziekenhuisbed



kan vergroten. Het behoudt alle functies van een standaard hoog/laag-bed, maar biedt wél ruimte voor meer nabijheid en comfort.

Seksuele gezondheid

Verpleegkundige Diliane van Henten diende een aanvraag in voor een koppelbed bij de stichting Vrienden van Heliomare. Ze vertelt: "In Heliomare is steeds meer oog voor seksuele gezondheid, omdat seksualiteit een wezenlijk onderdeel van het leven is. Voor patiënten en hun partners verandert er veel wanneer sprake is van een blijvende handicap, dus ook op het gebied van intimiteit en seksualiteit. Elke verpleegunit van het revalidatiecentrum heeft sinds vorig jaar een aandachtspersoon 'seksuele gezondheid'. En de seksuoloog is nauw betrokken. Seksuele gezondheid draait trouwens niet alleen of altijd om seks. Intimiteit in de vorm lichamenlijk nabijheid en knuffelen zijn hier ook onderdeel van. Ik zie het koppelbed echt als toegevoegde waarde voor patiënten en hun partners en ben blij dat we die in Heliomare kunnen aanbieden."

Investing: 3.515 euro.



Trainen met Blazepods.

Om een extra en innovatief element toe te voegen aan de verschillende trainingen in de sporthal in Wijk aan Zee werd een aanvraag gedaan bij Vrienden van Heliomare voor 'Blazepods'. "Alle patiënt- en cliëntgroepen hebben baat bij deze vorm van 'smart-training'", zegt bewegingsagoog Mary Veldhuizen.

Blazepods zijn grote losse knoppen die licht kunnen geven. Een set bestaat uit 6 knoppen. Het apparaat creëert een bepaald lichtpatroon, en de knop die oplicht, moet worden aangetikt. De frequentie van de lichten kan worden ingesteld via een app. Mary: "Met de Blazepods train je balans, grove en fijne motoriek en reactiesnelheid. Dit kan zowel met handen als voeten. Ook kunnen de pods gebruikt worden om je gezichtsveld te trainen door met je ogen de lichten te volgen. Bij Kind/Jeugd worden de Blazepods ook al met succes gebruikt. Het handige is dat ze makkelijk mee te nemen zijn, dus ook therapeuten kunnen ervan gebruik maken bij hun therapie." Daarnaast is het leuk om te doen.

Aanvrager: Team Bewegingsagogie Wijk aan Zee
Investing: 1.095 euro

Nieuwe speeltoestellen op acht schoolpleinen.

Een jaar na de opening van het Onderwijs- en Expertisecentrum op De Vaandel in Heerhugowaard werden de acht nieuwe speelpleinen feestelijk geopend door de leerlingen van Heliomare De Ruimte en Nexus van Aloysius Stichting.

Inclusieve speelpleinen

Schoolleider Heleen Stoelinga van De Ruimte: "De nieuwe speelpleinen zijn geschikt voor alle leerlingen in ons centrum. Er is belijning aangebracht waar kinderen met een rolstoel en skelter samen kunnen spelen en schommels waar ze samen op kunnen. Daarnaast zijn er voetbalveldjes, nestschommels, klimrekken, een klimhuis, een glijbaan, een waterspeelparadijs en vrolijk gekleurde lieveheersbeestjes geplaatst. Dankzij een extra donatie van de Junior Kamer werden voor elke klas nog aanvullende speelmaterialen zoals springtouwen en stoepkrijt aangeschaft. Alle leerlingen waren dolblij op de dag van de opening!"

Fondsen en sponsors

Leo van Est, een vader van een van onze leerlingen speelde een cruciale rol in de realisatie van het project. Hij wist door diverse acties bijna 48.000 euro bij te dragen.

Verder mogelijk gemaakt door: Dirk Kuyt Foundation, Fonds Kind & Handicap, Kinderfonds van Dusseldorp, FNO Klein Geluk, Old Grand-Dad Club Nederland, Stichting de Lichtboei, het Vaillantfonds en de Vrienden van Heliomare.

Investering: 130.000 euro.

**'De nieuwe
speelpleinen zijn
geschikt voor alle
leerlingen in ons
centrum'**





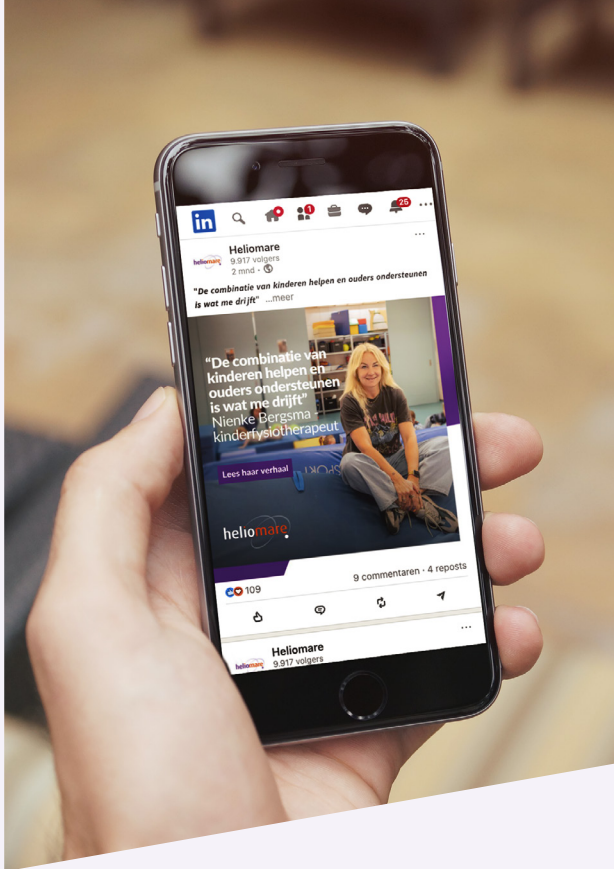
REA College-studenten verbeteren gezondheid met sporthorloges.

Dankzij een gulle donatie van de Vrienden van Heliomare kunnen vijftig studenten van het REA College hun gezondheid een boost geven met slimme sporthorloges. Dit nieuwe initiatief, dat we “Fit for Success” noemen, helpt de jongeren hun fysieke activiteit en algehele welzijn te volgen en daarmee hun vitaliteit te verbeteren. De horloges bieden inzicht in hartslag, slaapkwaliteit en stappentelling.

Voor onze studenten, waaronder jongeren met autisme, hersenletsel en diverse fysieke beperkingen, betekent deze donatie een prachtige stimulans om actief aan hun gezondheid te werken. Het stelt hen in staat om realistische, dagelijkse doelen te stellen en via de sporthorloges hun voortgang bij te houden. Het delen van ervaringen met hun klasgenoten versterkt bovendien hun onderlinge band.

Het REA College Heliomare, met vestigingen in Haarlem, Heerhugowaard en Leiden, biedt al jarenlang een veilige leeromgeving waar jongeren met een ernstige scholingsbelemmering hun talenten kunnen ontwikkelen en toewerken naar een volwaardige rol in de maatschappij. Met het initiatief “Fit for Success” kunnen ze nu ook de kans sterker en vitaler die toekomst tegemoet te gaan.

Investering: 2.000 euro.



Dank voor
uw
vriendschap!

Meer weten over Heliomare?

In onze vorige nieuwsbrief vroegen we u drie korte vragen te beantwoorden over hoe en hoe vaak u geïnformeerd wilt worden over de activiteiten van Vrienden van Heliomare. Een aantal van u heeft gereageerd – hartelijk dank daarvoor! Uit de reacties bleek dat informatie over onze dienstverlening zeer wordt gewaardeerd (en die delen we uiteraard graag).

Ook gaf u aan dat een jaarlijkse nieuwsbrief voldoende is. Om de kosten te beperken, stappen we daarom over op een nieuwsbrief die één keer per jaar verschijnt.

Website en sociale media.

Wilt u tussendoor meer weten over Heliomare? Bezoek dan onze website, waar u uitgebreide informatie vindt. Daarnaast delen we regelmatig nieuws en updates via onze socialmediakanalen: LinkedIn, Facebook en Instagram (@Heliomare_1932).



Stichting Vrienden van Heliomare • Postbus 78, 1940 AB Beverwijk • 088 920 8888 • vrienden@heliomare.nl • vriendenvanheliomare.nl
Bankrekeningnummer NL85 RABO 0308062183 • *Vormgeving & opmaak* Wordt belangeloos verzorgd door Sixtyseven Communicatie, Beverwijk
Redactie Marja de Bas • *Teksten* Medewerkers Heliomare • *Fotografie* medewerkers Heliomare • *Drukwerk* Style Mathôt, Haarlem

2025 (verschijnt eenmaal per jaar)

onderwijs

revalidatie

arbeidsintegratie

bewegen & sport

research & development