

Samen maken we Rivas

Jubileum

25

Jaar Rivas



Collega's op 1

Een belofte die we elke dag samen waarmaken

Pagina 14

Rivas Zorggroep 25 jaar

Met een feest voor alle collega's en vrijwilligers, de sterren van de zorg

Pagina 18

Ontmoet je collega

Jaap Kooijman over zijn 44-jarige loopbaan bij Rivas

Pagina 33

Rivas
Zorggroep

Colofon

Redactie: Afdeling Strategie & Bestuurszaken

Vormgeving: Das Buro

Druk: GCC creatieve makers

Contact

Rivas Zorggroep

Afdeling Strategie & Bestuurszaken

Postbus 90

4200 AB Gorinchem

Telefoon: 0900-8440

E-mail: zorglijn@rivas.nl

Website: www.rivas.nl

Welkom!



**Mariëlle Bartholomeus &
Michiel van Roozendaal**

**Raad van Bestuur
Rivas Zorggroep**

Voorwoord

Beste collega,

Voor je ligt het Rivas Jubileum Magazine. Voor én door collega's gemaakt, speciaal voor het 25-jarig jubileum van Rivas Zorggroep.

Een magazine bomvol interviews met collega's, complimenten van cliënten, een mooi gesprek met oud-bestuurders en allerlei tips om jou te helpen de beste versie van jezelf te zijn.

Want we vinden de zorg voor collega's net zo belangrijk als de zorg voor onze cliënten, patiënten en bewoners. We hopen dat dit magazine daaraan bijdraagt!

Heel veel leesplezier!

Mariëlle Bartholomeus &
Michiel van Roozendaal

Raad van Bestuur Rivas Zorggroep

Inhoudsopgave

In dit magazine

3	Voorwoord Michiel en Mariëlle
4	Inhoudsopgave
6	Interview met oud-bestuurders
12	Onze organisatie
14	Collega's op 1
16	Debbie Sprangemeijer en Arina Viveen-Kouvelt
18	Jubileumfeest
19	Remko Viveen
20	Recept
21	Peggy-Jane van Santen
22	Ontwikkelen doe je bij de Rivas Academie
24	Pak een momentje voor jezelf
25	Cora Versteeg
26	Maak gebruik van de MKA-regeling
28	Indira Tuk
29	Elke Goldak
30	Kom in beweging
32	Astrid van Rekom-Hortensius
33	Jaap Kooijman
34	Van de Personeelsvereniging
36	Rivas vitaal: Lekker in je vel
38	Richard Scheurwater
39	Van de Ondernemingsraad
40	Sabrine Koek-van den Berg
41	Recept
42	Levensfaseplan
44	Met welke systemen werken we?
45	Ilja van Driest
46	Complimenten voor jullie
48	Column van Sabine Uitslag
50	Werk en privé in balans
51	10 tips voor rust en energie
52	Van de VVAR
53	Patrick Verbeek
54	Van de Cliëntenraad
55	Ben jij al op Plek te vinden?
56	Jouw netwerk is belangrijk



Interview met oud-bestuurders

Een inspirerend gesprek met anekdotes, mijlpalen en waardevolle inzichten.

Pagina 6



Werk en privé in balans

10 tips van Ilona Grandia

Pagina 50



Recept

Van Havva Nur Duygu

Pagina 20



Kom in beweging

Met oefeningen van Sven van Heesewijk en Eveliene Annink

Pagina 30



Ontmoet je collega

Debbie en Arina 25 jaar in dienst

Pagina 16

Interview oud-bestuurders van Rivas

Het is een bijzondere avond in Gorinchem. In een warme, open sfeer blikken onze huidige bestuurders Mariëlle Bartholomeus en Michiel van Roozendaal samen met oud-bestuurders Tom Zijlstra, Pieter de Kort en Kees Heijblom terug op de rijke geschiedenis van Rivas Zorggroep. Hoe is deze zorgorganisatie gegroeid van een streekziekenhuis tot een vooruitstrevende zorggroep? Welke momenten zijn hen het meest bijgebleven? En welke lessen geven ze mee voor de toekomst? Een inspirerend gesprek vol anekdotes, mijlpalen en waardevolle inzichten.



Opening streekziekenhuis Prinses Beatrix



Streekziekenhuis Prinses Beatrix met het Zusterhuis

De eerste stappen: een ziekenhuis voor de regio

Het begon op 12 mei 1948. Tijdens een grote vergadering van gemeente- en kerkbesturen werd besloten om gezamenlijk te werken aan een nieuw streekziekenhuis in Gorinchem. De plannen van de gemeenten en kerken werden samengebracht en dankzij de nieuwe Wet op de Gemeenschappelijke Regelingen kon de oprichting van het ziekenhuis van start gaan.

Op 4 november 1960 opende Prinses Beatrix officieel het

nieuwe "Streekziekenhuis Prinses Beatrix" aan de Banneweg 57 te Gorinchem. Met een bouwbudget van slechts 4,2 miljoen gulden liet de kwaliteit van het gebouw echter te wensen over. Vanaf 1975 werden dan ook al plannen gemaakt voor totale vernieuwing. In datzelfde jaar werd ook een intentieverklaring getekend tot fusie met het Lingeziekenhuis in Leerdam, dat geen zelfstandige toekomstmogelijkheden meer zag. De fusie maakte de bouw van een modern ziekenhuis in Gorinchem mogelijk. In 1986 werd de eerste paal voor het nieuwe Beatrixziekenhuis geslagen en vond de bestuurlijke fusie met het

Lingeziekenhuis plaats. Toen Tom Zijlstra in 1987 als directeur aantrad, trof hij een ziekenhuis aan dat kampte met een slechte reputatie en weinig structuur. De tweedeling van het ziekenhuis (linkervleugel voor protestants-christelijke patiënten en de rechtervleugel voor niet-gelovigen en katholieken) was net afgeschaft. "Het ziekenhuis was een rommeltje," herinnert Tom zich. "Eén van de radiologen verkocht zelfs tweedehands auto's vanuit zijn werkkamer." Daarnaast was het Beatrixziekenhuis geen zelfstandige stichting, maar een regeling tussen tien gemeenten en twaalf kerkgenootschappen.



van links naar rechts: Pieter de Kort, Mariëlle Bartholomeus, Tom Zijlstra, Michiel van Roozendaal en Kees Heijblom



T.R. Zijlstra benoemd als directeur



De sloop van de poli van het Beatrixziekenhuis

De burgemeester kwam wekelijks langs. Een ingrijpende verandering was nodig. Het ziekenhuis moest van 425 naar 300 bedden, in ruil voor een volledig nieuw gebouw en uitbreiding van de medische staf.

Het begin van de zorgketen

In 1992 was de volledige nieuwbouw gereed. Dit markeerde het begin van een nieuwe periode en de wachtlijsten namen toe. Langzaam maar werd duidelijk dat er meer zorg buiten het ziekenhuis georganiseerd moest worden. In 1995 werd hierover het eerste gesprek gevoerd tussen Tom

Zijlstra en Jan Priem, bestuurder van 't Nieuwe Gasthuis en Lingesteyn. Daar ontstond het idee om samen de zorg in de regio te organiseren. "Jan zei tegen mij: 'Tom, je moet mij grijpen, ik ben maar één keer te koop,'" herinnert Tom zich. Hij was eerst sceptisch. "Maar geleidelijk viel bij mij ook het kwartje." Dit leidde tot de fusie van het Beatrixziekenhuis met verpleeghuizen 't Nieuwe Gasthuis en Lingesteyn op 1 januari 1996. De nieuwe Stichting Zorgvoorzieningen Gorinchem en Omstreken (SZG) ontstond. Het begin van een zorgketen, waarin ziekenhuis- en verpleeghuiszorg hand in hand gingen.

Tom: "We wilden dat de hulpverlening de patiënt volgde in plaats van andersom." De oprichting van het Bureau Transmurale Patiëntenlogistiek

'Tom, je moet mij grijpen, ik ben maar één keer te koop'



Fusie van SZG, Waardse Rading en Heerewaerden



Judith Leysterhof winnaar Gastvrijheidsprijs Kleinschalige Woonvormen



Jeugdgezondheidszorg naar Rivas



Elektrische auto voor Technische Dienst

(BUTRAP) in 1996 was hierin een doorbraak. Dit bureau coördineerde de zorg tussen ziekenhuis, verpleeghuizen, verzorgingshuizen en thuiszorg. "We mochten hiermee experimenteren van minister Els Borst. Wij kregen als enige regio toestemming om dit in de keten te organiseren en werden zelfs een voorbeeld voor Nederland. Het 'Gorkumse model' noemden ze het." Daarnaast werd op de vijfde verdieping van het Beatrixziekenhuis een "herstelafdeling" geopend. "Dat liep als een tierelier," aldus Tom. "Toen had ik het gevoel dat we echt op een golf zaten, er was zoveel steun in de organisatie,

in de omgeving en met Els Borst. Iedereen sprak over het Gorkumse model, het integrale zorg model en het regiobudget waar we over spraken."

Verschillende initiatieven, zoals de Til Conferenties, Deil Conferenties, studiereizen naar Amerika en Canada en zelfs het informele IT-genootschap, droegen bij aan de ontwikkeling van een sterke zorgketen. "Dat bracht veel meer dan ik gedacht had. Die vier initiatieven hebben bijgedragen aan het succesvol verder brengen van de zorgketen." De namen voor de initiatieven bedacht Tom zelf; de Til Conferenties verwijzen naar zalencentrum

De Til in Giessenburg, waar deze conferenties gehouden werden. Datzelfde geldt voor de Deil Conferenties, die in Deil werden gehouden waar Tom vlakbij woonde. "En het IT-genootschap verwees naar de beruchte club in Amsterdam. Als er geen gein in je organisatie zit, dan zit het niet goed," benadrukt Tom.



2010

Thuiszorgscooter



2011

Beatrixziekenhuis Leef&-gezondheidswinkel



2015

De thuiszorg fiets



2016

Samen beslissen

De vorming van Rivas Zorggroep

Twee jaar later kwam de volgende fusie, tot Rivas Zorggroep. Op 16 december 1998 werd unaniem besloten tot de fusie van SZG en de Gorinchemse zorginstellingen Waardse Rading en Heerewaerden. Dit leidde op 1 januari 1999 tot de oprichting van Rivas Zorggroep: het eerste transmurale zorgconcern in Nederland. Onder Rivas Zorggroep vielen drie werkmaatschappijen:

- **Rivas MediZorg** (Ziekenhuis en verpleeghuizen), vóór de fusie de Stichting Zorgvoorzieningen Gorinchem en Omstreken (SZG), met de locaties Beatrixziekenhuis en verpleeghuis 't Nieuwe Gasthuis in Gorinchem, en de Lingepolikliniek en verpleeghuis Lingesteyn in Leerdam.

- **Rivas ThuisZorg & Dienstverlening** (Thuiszorg, maatschappelijk werk en jeugdgezondheidszorg), voorheen de Stichting Waardse Rading, werkzaam in de subregio Alblasserwaard/Vijfheerenlanden.
- **Rivas WoonZorg** (Verzorgingshuizen en diensten), voorheen de Stichting Heerewaerden, per 1 november 1998 gefuseerd met de Stichting Welzijn Ouderen Gorinchem, met de locaties Bannehof, De Schutse, Sint Clara, Groenmarkt en Steijndeld en de dienstencentra De Bogerd en De Rozenobel, allen in Gorinchem.

De naam 'Rivas' werd in aanloop naar de fusie door een medewerker bedacht. De naam voor het eerste transmurale zorgconcern in

Nederland moet zélf eigenlijk ook iets nieuws, een nog niet bestaand woord zijn. Tom: "Voorzover na te gaan was, was 'rivas' niet een bestaand woord in enige taal. Het lijkt een meervoudsvorm voor "rivier", en verwijst daarmee naar ons rivierenland. Daarnaast lijkt het ook op het Franse "rive", dat oever betekent. De term 'zorggroep' benoemt duidelijk onze corebusiness en onze samengestelde organisatie. Het woord "groep" heeft ook iets democratisch, in de zin dat de verschillende vormen van zorg gelijkwaardig aan elkaar zijn."



Afscheid Pieter de Kort



Winnaar Beste Menu van de Zorg



Afscheid Kees Heijblom



Corona teststraat

Innovatie en groei: Rivas Zorggroep als koploper in de zorg

Waerthove, met haar verschillende vestigingen, was in 1999 niet meegegaan in de fusie die tot Rivas Zorggroep leidde. Er was wel een toenemende samenwerking tussen Waerthove en Rivas. Pieter de Kort besloot in 2001 toch nog maar eens met Kees Heijblom te gaan praten. Dat gesprek heeft uiteindelijk geleid tot de fusie tussen Rivas Zorggroep en Waerthove (met haar vestigingen) in 2003

Toen Kees in 2003 medebestuurder van Rivas Zorggroep werd, hebben Kees en Pieter samen de ketenorganisatie verder vormgegeven. Onder hun leiding werden innovatieve stappen gezet.

Zo werd het kwaliteitskeurmerk Planetree ingevoerd, gericht op mensgerichte zorg. Kees: "Planetree was echt mijn kindje. Zorg verlenen zoals je die je eigen dierbaren gunt, dat was de kern." Daarnaast werd één elektronisch cliëntendossier voor alle zorgvormen ingevoerd en kreeg Rivas als eerste zorgketen het JCI-gouden kwaliteitslabel. Dankzij hun aanpak kon Rivas een vijfjarenbudget afspreken met de zorgverzekeraar, werd flink geïnvesteerd in de relatie met huisartsen en werd de hele organisatie ondergebracht in één stichting, met één beleid en één jaarrekening. Pieter de Kort stond aan het roer van een focus op kwaliteit van leven, passende zorg en samenwerking in het netwerk.

Pieter noemt de samenwerking tussen ziekenhuis, huisartsen en verzekeraars binnen 'Kwaliteit Als Medicijn' (KAM) als een grote mijlpaal in zijn carrière bij Rivas: "Het maakte het mogelijk dat huisartsen en specialisten meer tijd voor de patiënt kregen en echt naar kwaliteit konden kijken, zonder dat productie centraal stond. Dokter en patiënt kunnen in samenspraak een juiste keuze maken voor de beste zorg. Met als resultaat het tegengaan van overbodige diagnostiek of behandeling. Meer tijd leidt tot betere keuzes, niet alleen door dokters maar juist ook door patiënten zelf."



2019

Beeldbellen met logopedist



2019

Beste ziekenhuis van Nederland



2023

Bezoek van de Koning

Trots op Rivas

Pieter en Kees bestuurden samen 14 jaar lang Rivas en bouwden aan een keten waarin patiëntgerichtheid, innovatie en verantwoordelijkheid voor de regio centraal stonden. Vijf jaar op rij werd het Beatrixziekenhuis uitgeroepen tot het beste ziekenhuis door het Algemeen Dagblad (AD). "Daar kijk ik met veel trots op terug", zegt Kees. "Voor ons kleine ziekenhuis een hele prestatie. Dan ben je echt één familie die het voor elkaar heeft gekregen."

Pieter: "Het is een prachtorganisatie met goede professionals met oog voor de cliënt. De cliënt heeft de regie en wij helpen daarbij. En Rivas is in al die jaren in staat gebleken flexibel in te spelen op de wensen van de cliënt en op veranderende omstandigheden."

Met veel trots kijken Tom, Pieter en Kees dan ook terug op hun tijd bij Rivas. Tom noemt zijn periode in Gorinchem het hoogtepunt van zijn carrière. Pieter blikt terug op 16 jaar werkplezier, en Kees benadrukt hoe hij het gevoel had dat hij echt een verschil kon maken.

Op de vraag hoe ze Rivas in drie woorden zouden omschrijven, reageren ze:

Kees: Cliëntgericht, innovatief, verantwoordelijk.

Pieter: Samen, warm, vernieuwend.

Tom: Patiënt centraal, zorg op maat, thuis als het kan.

Het gesprek eindigt met een advies van Kees: "Als je bevlogen mensen de ruimte geeft, houd je de organisatie op niveau en blijf je vooruitgaan. Dat is altijd het succes geweest van Rivas."

Onze organisatie

Rivas Zorggroep is een ketenorganisatie. Wij verlenen ziekenhuiszorg, revalidatiezorg, ouderenzorg, wijkverpleging en paramedische zorg zoals fysiotherapie, logopedie, ergotherapie en diëtetiek. Goed op elkaar afgestemde zorg is de kernkwaliteit van Rivas Zorggroep. Hierdoor kunnen patiënten, cliënten en bewoners rekenen op de juiste zorg, op de juiste plek en op het juiste moment. Meer dan 5.000 gemotiveerde medewerkers en vrijwilligers staan elke dag klaar om mensgerichte zorg te verlenen.

Onze missie

Als ketenorganisatie zorgen wij samen met cliënten, naasten, vrijwilligers en partners voor mensgerichte zorg in onze regio. Nu en in de toekomst.



Onze kernwaarden

R

Respect:

We gaan respectvol en gelijkwaardig met elkaar om.

I

Innovatie:

We blijven zoeken naar mogelijkheden om onszelf te verbeteren.

V

Vertrouwen:

We geven elkaar de ruimte om verantwoordelijkheid te nemen.

A

Aandacht:

We zijn mensgericht in de kern van ons handelen.

S

Samen:

We gaan uit van de kracht van samen.

Onze strategie

Samen met onze partners proberen we goede zorg voor inwoners van onze regio toegankelijk, toekomstbestendig en betaalbaar te houden. Dit doen we met onze meerjarenstrategie Rivas 2030. We richten ons op vier belangrijke punten:

- **Collega's op 1:** Vanuit het Planetree gedachtegoed streven wij als organisatie naar tevreden cliënten én tevreden en gemotiveerde collega's. Het welzijn van onze collega's is voor ons even belangrijk als de zorg voor onze cliënten.
- **Zorg Dichtbij:** We leveren zorg zo dicht mogelijk bij huis. We kijken wat iemand zelf of met hulp van naasten kan. Waar het kan, gebruiken we digitale hulpmiddelen. Is dat niet mogelijk, dan bieden we zorg thuis of op een zorglocatie.
- **Zorgcoördinatie:** We werken samen met andere zorgaanbieders in de regio en coördineren zorg op een centrale manier. Onze Zorgcentrale zorgt voor bereikbaarheid, regionale afstemming en digitale zorg.
- **Duurzame Zorg:** We bieden goede, betaalbare zorg met zo min mogelijk belasting voor het milieu. Dit doen we door meer zorg op afstand, minder afval en minder CO2-uitstoot. Ook kijken we naar passende zorg die écht bijdraagt aan de kwaliteit van leven van de cliënt. Hierin werken we samen met mantelzorgers en vrijwilligers als één gelijkwaardig team en bekijken hoe we de zorg- en welzijnstaken het beste kunnen verdelen.

Daarnaast hebben we twee 'versnellers':

- **Mensgerichte Digitalisering** en **Duurzaam Financieel Gezond** helpen ons om onze doelen sneller te bereiken.

Rivas 2030 geeft richting aan waar we als organisatie naartoe werken. Het geeft ons handvatten om ons op de juiste manier voor te bereiden op de toekomst. Onze activiteiten en projecten toetsen we hieraan, om te checken of we met de juiste dingen bezig zijn. Zo blijven we samen bouwen aan een sterke, toekomstbestendige organisatie waar zowel cliënten als collega's op hun plek zijn!

4 speerpunten, 2 versnellers



Mensgerichte digitalisering



Duurzaam financieel gezond

Ons werkgebied

Het verzorgingsgebied van Rivas strekt zich uit over een gebied van tien gemeenten, verdeeld over de provincies Zuid-Holland, Utrecht, Gelderland en Noord-Brabant. In dit gebied wonen zo'n 300.000 inwoners en onze thuisstad Gorinchem vormt het centrale middelpunt.

Wij zijn een ketenorganisatie. Wij bieden



Ziekenhuiszorg

Langdurige zorg

Wijkverpleging

Revalidatie en herstel

Dagbesteding

Collega's op 1

Samen maken we Rivas



Sandra Harsveldt-Quist
directeur VVT en
speerpunteigenaar Collega's op 1

Bij Rivas Zorggroep zetten we elke dag met elkaar de schouders eronder. In de keten borgen we samen de zorg. Niet omdat het moet, maar omdat we geloven in de kracht van samenwerking, zorg en aandacht.

Wat ons bijzonder maakt, zijn niet de cijfers, maar de mensen. Daarom zetten we met *Collega's op 1* structureel de zorg voor onze collega's centraal. Het is een verbindende kracht die de zorg voor medewerkers net zo belangrijk maakt als de zorg voor cliënten. Tevreden en gemotiveerde medewerkers zijn de basis van de zorg die wij bieden. *Collega's op 1* is wat we als organisatie willen uitstralen – en dat is niet zomaar een slogan. Het is dé manier waarop we met elkaar willen werken, nu en in de toekomst.

Wat maakt werken bij Rivas zo uniek? Het is die vanzelfsprekende samenwerking, die altijd van mens tot mens is. Of je nu als zorgmedewerker aan het bed staat, als administratief medewerker het systeem bijwerkt, als vrijwilliger voor gezelschap zorgt, als behandelaar het behandelplan opstelt of als manager het team ondersteunt. Iedereen draagt bij aan hetzelfde doel: het welzijn van onze cliënten. Wat ons bindt, is niet alleen ons werk, maar de manier waarop we het samen doen. Het voelt als vanzelfsprekend, maar in werkelijkheid is het iets heel bijzonders.

Wij geloven dat een werkomgeving waarin collega's zich ondersteund, gehoord en gewaardeerd voelen, hen in staat stelt het beste uit zichzelf te halen en met plezier hun werk te doen. Hierdoor kunnen zij het verschil maken voor onze cliënten, patiënten en bewoners. Deze omgeving zorgt er ook voor dat medewerkers zich verbonden voelen met hun vak, hun collega's en de organisatie als geheel.

Met *Collega's op 1* richten we ons op een werkomgeving waarin collega's zich gewaardeerd, ondersteund en gezond voelen, en waarin zij de ruimte krijgen voor ontwikkeling. We streven naar een

cultuur van vertrouwen, autonomie en samenwerking. Met aandacht voor werkdruk, werk-privébalans en professionele groei.

We blijven een cultuur creëren waarin collega's niet alleen collega's zijn maar waar we warm zakelijk met elkaar omgaan als een tweede familie. Waar we oprecht betrokken zijn, elkaar helpen om te groeien, en we met trots kunnen zeggen: "We doen het samen." Om die reden investeren we in elkaar, dagen elkaar uit om de beste versie van ons zelf te zijn. We zien elkaar en we streven naar een omgeving waarin we onze talenten mogen inzetten.

Rivas is zoveel meer dan een zorgorganisatie. Het

'Een belofte die we elke dag samen waarmaken'

voelt als een community waarin professionals samenwerken met familie en vrijwilligers, die zich elke dag inzetten voor het welzijn van anderen. *Samen leven is samen zorgen*. Het zijn niet de grote prestaties die een organisatie definiëren, maar de dagelijkse inzet van mensen die, vaak onopgemerkt, het verschil maken. *Collega's op 1* is niet slechts een ambitie, het is een duurzame belofte. Een belofte die we elke dag weer waarmaken, samen.





Debbie Sprangemeijer & Arina Viveen-Kouvelt

Secretaresses van de Raad van Bestuur

Arina en Debbie zijn 25 jaar geleden op hetzelfde moment begonnen in het Beatrixziekenhuis, destijds Rivas MediZorg. Arina begon als coördinerend secretaresse bij P&O en Debbie als secretaresse van het hoofd sector verpleeghuiszorg. Destijds kwamen ze elkaar tegen wanneer Arina bij Debbie documenten ter ondertekening op het secretariaat kwam brengen. Dit was op afdeling 1-West van het Beatrixziekenhuis (de huidige OK). Met hun eigen loopbaanpaden binnen Rivas zijn zij sinds drie jaar samen op dezelfde plek beland als secretaresse van de Raad van Bestuur. Voldoende reden voor dit speciale dubbelinterview.

Wat maakt het voor jullie bijzonder om bij Rivas te werken?

Rivas is een ketenorganisatie, wat betekent dat Rivas verschillende soorten zorg levert. Dit maakt het werk dynamisch, vertellen Debbie en Arina. 'Hoewel wij nagenoeg geen direct contact hebben met cliënten of patiënten, werken we wel nauw samen met alle locaties en afdelingen binnen Rivas.'

'Hoewel de organisatie zakelijker is geworden, is de goede sfeer gelukkig gebleven'

Hoe kijken jullie naar de werksfeer binnen Rivas?

'De sfeer binnen de organisatie is informeel en toegankelijk,' vertelt Debbie. Arina voegt toe: 'Hoewel de organisatie zakelijker is geworden, is de goede sfeer gelukkig gebleven. De waardering van de Raad van Bestuur draagt tevens bij aan een fijne werksfeer.'

Wat maakt jullie werk zo leuk?

Debbie: 'De diversiteit maakt ons werk extra leuk! Geen dag is hetzelfde.' Arina vult aan: 'Wij zorgen ervoor dat de Raad van Bestuur optimaal wordt ondersteund en ontzorgd, wat ons veel voldoening geeft.'

Welke invloed heeft Rivas op jullie als persoon?

'We hebben meer waardering gekregen voor de zorgprofessionals, vertelt Debbie. Arina voegt toe: 'Ik werkte eerder in een commerciële omgeving, maar de zorgsector heeft mij meer empathie gegeven.'

Welke ervaringen binnen Rivas zullen jullie nooit meer vergeten?

De coronaperiode had grote impact, vertellen Debbie en Arina. Arina ondersteunde tijdens de coronatijd het CBT (CrisisBeleidsTeam). Haar reguliere werk lag, met name in het begin van de coronacrisis, nagenoeg stil. 'Iets totaal anders: mijn betrokkenheid bij het koninklijk bezoek aan Rivas in juni 2023,' geeft Debbie aan. 'Iets wat ik nooit meer zal vergeten!'

Jubileumfeest

Rivas Zorggroep bestaat 25 jaar en dat vieren we met een feest. Een feest voor alle collega's en vrijwilligers, de sterren van de zorg. Laten we deze bijzondere mijlpaal met elkaar vieren. Omdat we graag willen dat iedereen in de gelegenheid is om te komen is er zowel overdag als 's avonds een programma.

Save the date

Zaterdag 13 september

Evenementenhal Gorinchem

Rivas Spotify afspeellijst **Warm je alvast op voor het feest**



Om je op te warmen voor het jubileumfeest hebben wij een Spotify afspeellijst samengesteld. Stiekem hebben wij een aantal artiesten van het feest verstoppt in deze lijst. En herken jij de regionale, inmiddels (inter)nationale sterren?

25 jaar geleden waren het vooral CD's die gedraaid werden. Maar de CD's hebben plaatsgemaakt voor Spotify. In deze lijst vind je liedjes over een welkom, lekker je voetjes van de vloer en een jubileum. Scan de QR-code en kom in de sfeer.

We hebben de lijst met zorg samengesteld. Spreekt een nummer je niet aan? Kies dan het volgende nummer in de lijst. Veel luisterplezier!



Remko Viveen

Elektrotechnicus

Remko Viveen (45 jaar) werkt al twaalf en een half jaar bij Rivas als elektrotechnicus. 'Ik vind het fijn dat ik de zorg kan ontzorgen.'

Hoe kwam je bij Rivas terecht?

'Ik werkte bij een metaalbedrijf en werd veel door Rivas ingehuurd. Toen de coördinator van de technische dienst van Rivas plotseling overleed werd ik gevraagd om vast in dienst te komen bij Rivas. Ik had positieve ervaring met de manier van werken bij Rivas en het werk is heel afwisselend. Dus ik heb het aanbod aangenomen.'

'In eerste instantie kwam ik in alle locaties van Rivas, maar nu werk ik alleen in Gorinchem. De buitengebieden worden vanuit de verzorgingshuizen bediend. Dat scheelt natuurlijk veel reistijd. Maar de techniek in het ziekenhuis is ook anders dan in de verzorgingshuizen. Dat vraagt toch andere specialismen. Een mooie bijkomstigheid: ik woon in Sleeuwijk en kan nu lekker op de scooter naar mijn werk. Ik heb geen last meer van de files.'

Wat maakt jouw werk bijzonder?

'Wij kunnen collega's ontlasten. Als je een extern bedrijf inhuurt, moet de klus echt op dat moment gedaan worden. Maar wij zijn heel flexibel. Wij kunnen op een later moment terugkomen als de reparatie of het verhelpen van de storing even niet goed uitkomt. Wij starten bijvoorbeeld altijd 's morgens om 7.00 uur op de poli's omdat het daar dan nog rustig is.'

Wat zijn de grootste uitdagingen die je tegenkomt?

'Wij doen veel meer dan mensen denken. Achter de schermen gebeurt veel. Je ziet het als we een slot repareren of een lamp vervangen. Maar niet wat wij preventief doen. Zoals het periodiek checken van zo'n 150 bedden. Of het testen van alle brandmelders. Ook controleren wij de aarding en neutraliseren wij spanningsverschillen (potentiaalvereffening) in alle ruimtes waar de nodig is. Zo voorkom je gevaarlijke situaties. Als er dan nog telefonische storingen tussendoor komen moet je goed kunnen schakelen. Dat is de grootste uitdaging in dit werk. Soms staan er wel 2000 aanmeldingen in ons systeem. Wij komen eigenlijk altijd handen te kort.'

'Ik vind het fijn dat ik de zorg kan ontzorgen'

Zou je Rivas aanbevelen als werkgever?

'Zeker. Binnen de elektrotechniek is het werk hier afwisselend. En je krijgt voldoende mogelijkheid om je te ontwikkelen. Het werk is heel divers en ook de techniek verandert. Rivas biedt dan de mogelijkheid om blij te blijven door middel van scholing. Om de 6 weken heb je wachtdienst. Dan ben je een week lang dag en nacht oproepbaar. Maar dat vind ik geen probleem. Daar kies je voor als je hier komt werken.'



Een recept van Havva Nur Duygu, diëtist bij Rivas

Turkse gemengde dadels met walnoten

Deze energieballtjes zijn een heerlijke en voedzame snack die perfect is voor een energieboost door de dag heen! Eet smakelijk!

Bereidingswijze:

1. Dadels voorbereiden:

Doe de dadels in een kom en giet er wat heet water over. Laat ze 10-15 minuten weken zodat ze zacht worden. Giet daarna het water af en pureer de dadels met een keukenmachine of blender.

2. Walnoten en havermout toevoegen:

Hak de walnoten fijn met een mes of gebruik een keukenmachine. Voeg de havermout toe aan de dadelpuree.

3. Meng de ingrediënten:

Meng de dadelpuree, gehakte walnoten, havermout, cacaopoeder (optioneel), vanille-extract en chiazaad (optioneel) in een grote kom. Als je de energieballtjes zoeter wilt maken, kun je wat honing toevoegen. Meng alles goed door elkaar tot een samenhangend mengsel. Als het mengsel te droog is, voeg dan een beetje water toe.

Ingrediënten:

- 10 dadels (zonder pit)
- 1/2 kopje walnoten (ongeveer 50-60 gr)
- 1/4 kopje havermout (ongeveer 30 gr)

Optioneel

- 1 eetlepel cacaopoeder
- 1 theelepel vanille-extract
- 1 eetlepel chiazaad
- 1 eetlepel honing (als je het zoeter wilt)

4. Vorm de balletjes:

Neem kleine porties van het mengsel en rol ze met je handen tot kleine balletjes. Je mag het versieren hoe jij dat wilt (optioneel).

5. Koelen:

Leg de energieballtjes op een bakplaat en zet ze minimaal 1 uur in de koelkast zodat ze steviger worden.

6. Serveer:

De energieballtjes zijn klaar! Bewaar ze in de koelkast en geniet ervan als gezonde snack voor de komende dagen.

Peggy-Jane van Santen

Zorgregisseur Gasthuis

Wat maakt jouw werk bij Rivas bijzonder?

'Wat ik het meest bijzonder vind, is de veelzijdigheid van mijn werk bij Rivas. Ik heb de zorgketen van ziekenhuis tot thuiszorg en verpleeghuis gezien. Oorspronkelijk dacht ik dat het ziekenhuis het beste bij me paste, maar bij Rivas ontdekte ik wat écht bij mij past. Rivas biedt veel kansen voor ontwikkeling en heeft een mensgerichte benadering, zoals het Planetree-programma, wat ik enorm waardeer.'

Wat heb je geleerd tijdens je opleiding en wat is je rol nu?

'Ik begon als verzorgende en rondde die opleiding af in het Gasthuis in Gorinchem. Daarna volgde ik de opleiding tot verpleegkundige, die ik op 17-jarige leeftijd in 2,5 jaar afrondde. Nu ben ik zorgregisseur op Dalempoort 2, verantwoordelijk voor de coördinatie van zorg en communicatie met bewoners en families. Het is een rol met veel verantwoordelijkheid, maar ook erg waardevol.'

Kun je een moment beschrijven waarin je het verschil maakte in iemands leven?

'Ik herinner me nog goed het moment waarop een bewoner overleed. De familie was erg dankbaar voor de zorg die we hadden geboden en voor het vertrouwen dat ze in mij hadden. Dat voelde echt als een bevestiging van het werk dat ik doe. Als zorgregisseur kijk ik altijd naar wat de bewoners willen, en soms is dat iets eenvoudigs zoals lekker uitslapen of een broodje kroket. Ik vind het belangrijk om de familie daarbij betrokken te houden.'

Waar ben je trots op?

'Ik ben trots op hoe we als team op Dalempoort 2 functioneren. De manier waarop we met de familieleden communiceren en de rust op de afdeling vind ik heel waardevol. We werken goed samen en hebben een echt gevoel van betrokkenheid bij de zorg. Ik ben ook trots op het Open Deur beleid dat vorig jaar is geïntroduceerd. Het biedt bewoners met dementie meer vrijheid en zelfstandigheid. Het was spannend in het begin, maar tot nu toe is het goed gegaan, en dat voelt als een belangrijke stap.'

'Bij Rivas ontdekte ik wat écht bij mij past'





Ontwikkelen doe je bij de Rivas Academie

Bij Rivas vinden we leren en ontwikkelen belangrijk. Of je nu net begint of al jaren in de zorg werkt. Er is altijd iets nieuws om te leren. De Rivas Academie, onze online leeromgeving, helpt je daarbij. We hebben praktische trainingen, inspirerende e-learningen en verdiepende workshops. Voor iedereen is er iets te ontdekken!

Klaar voor de toekomst

De zorg verandert snel. En dat vraagt nieuwe vaardigheden. Denk bijvoorbeeld aan kritisch denken, digitale vaardigheden en emotionele intelligentie. Dit zijn belangrijke vaardigheden voor de toekomst. Bij de Rivas Academie vind je scholingen die je helpen om voorbereid te zijn. Bijvoorbeeld modules over samenwerking, digitale vaardigheden of leiderschap. Zo blijf je bij en groei je mee.

Leren doe je op de werkplek

Steeds vaker worden 'samen leren' en 'werkpleklernen' gebruikt om het leren leuker en effectiever te maken. Veel onderdelen bevatten niet alleen teksten, maar ook video's, praktijkcasussen en interactieve opdrachten. Zo kan je direct toepassen wat je leert.



Weet je niet waar je moet beginnen? Maak dan de zelftest!

Met een zelftest ontdek je in een paar minuten welke trainingen perfect bij jou passen. Wil je werken aan meer werkgeluk? Beter begrijpen welke teamrollen bij jou en je collega's passen? Of je mentale gezondheid versterken? Zet vandaag nog de eerste stap en ontdek jouw talenten en ontwikkelpunten.

Ontwikkeling in je vak

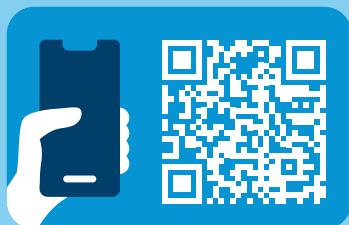
Natuurlijk is de Rivas Academie er ook om je verder te ontwikkelen in je vak. Wil je je verdiepen in klinisch redeneren? Beter leren omgaan met ingewikkeld gedrag? Of zorg verlenen met nog meer compassie? Ontdek onze vakinhoudelijke modules met actuele onderwerpen en blijf groeien in jouw expertise.

Wat levert het jou op?

Misschien denk je: wat heb ik eraan? Leren maakt je werk niet alleen makkelijker, maar ook leuker. Door nieuwe vaardigheden te leren, krijg je meer grip op je werk en ervaar je minder stress. Het daagt je uit, helpt je groeien in je rol en geeft meer voldoening. En het maakt je toekomstbestendig. Zo vergroot je je kansen, nu en later.

Stappenplan leren en ontwikkelen

Weten hoe je kunt beginnen? Er is een handig stappenplan 'Leren en ontwikkelen'. Hierin zie je in één oogopslag welke stappen je kunt nemen als je jezelf verder wilt ontwikkelen.



Hoe werkt het?

Kijk op de Rivas Academie en ontdek wat er voor jou mogelijk is! Voor vragen neem je contact op met opleiden@rivas.nl

Pak een momentje voor jezelf



Ken je dat gevoel? Je hebt het zo druk met dagelijkse bezigheden en zorgen voor anderen, dat je jezelf soms vergeet. Het makkelijkste is om gewoon door te gaan. Langzaam neemt de vermoeidheid toe en merk je dat je steeds minder energie hebt. Diep vanbinnen weet je dat het anders moet. Maar hoe?

Doe waar je blij van wordt

Met een lege accu kom je niet vooruit. Zet jezelf dus bovenaan jouw prioriteitenlijstje. Neem dagelijks wat tijd voor jezelf en ontspan. Want ontspanning geeft nieuwe energie. Ga doen waar je blij van wordt. Lees een boek, ga de natuur in, doe een yogasessie, neem een warm bad, verzorg jezelf met een heerlijke huidolie. Kortom: ontspan. Je voelt je daardoor gezonder en gelukkiger. En je kunt beter omgaan met stress. Als je lekker in je vel zit, kun je er ook meer zijn voor anderen. Voor je kinderen, familie en vrienden. Voor jezelf zorgen is geen overbodige luxe. Het is noodzakelijk.

In balans met aromatherapie

Eda van Anrooij is aromatherapeut bij Rivas. 'Geuren zijn overal en spelen vaak ongemerkt een belangrijke rol ons leven', vertelt Eda. 'Als je in een bos wandelt adem je de essentiële olie in die bomen loslaten in het bos, bijvoorbeeld dennenolie of sparrenolie. Als je in de keuken knoflook gebruikt of verse basilicum dan komen de aroma's je tegemoet. Verse muntthee ademt letterlijk de munt naar je toe. Sinaasappels en mandarijntjes pellen? Ook dan ruik je de essentiële olie

die vanuit de schil naar buiten komt. Aromatherapie is het bewust gebruiken van natuurlijke geuren, ofwel essentiële oliën. Het kan helpen om je meer in balans te brengen.'

Het effect van essentiële oliën

'Essentiële oliën hebben een positieve invloed op je stemming en emoties. Je kan bijvoorbeeld een vrolijk makende geur verdampen in een aroma diffuser. Essentiële oliën helpen ook bij fysieke kwaaltjes. En om te ontspannen of lekker te slapen. Of bij het verzorgen van je huid, bijvoorbeeld in een massageolie.'

Welke oliën werken ontspannend?

'Van een aantal oliën is een ontspannende werking bewezen, zoals lavendel en bergamot. Ook geranium, mandarijn en ceder werken ontspannend. Het belangrijkste is echter dat jij een geur lekker vindt ruiken. Alleen dan zal deze ontspannend voor je werken.'

Cora Versteeg

Vrijwilliger in Tiendwaert,
Hardinxveld-Giessendam.



Cora Versteeg (71 jaar) is al 10 jaar vrijwilliger in Tiendwaert. 'Ik zou het werk voor geen goud willen missen. De bewoners zijn zo dankbaar en dat geeft mij veel energie.'

Hoe kwam je bij Rivas terecht?

'Ik werkte als media-adviseur bij Het Kompas, de regionale krant. Daarnaast deed ik ook al vrijwilligerswerk. Tiendwaert opende een nieuwe locatie en zocht vrijwilligers. Ik reageerde en kon meteen starten met de weeksluiting. Maar ik ging ook weleens met iemand wandelen als ik een uurtje vrij had. Zes jaar geleden ging ik met pensioen. Sindsdien begeleid ik de wekelijkse spelletjesmiddag en de bingo. Maar ik help ook met het maken van kerststukjes of bij een activiteit rondom Pasen. En ik ben coördinator van de weekopening. Ik zorg dat alles klaar staat en regel het geluid.'

Meedenken over activiteiten

'Een keer in de drie maanden hebben we een bijeenkomst met een groepje vrijwilligers. We evalueren samen met de vrijwilligerscoördinatoren Anita en Jolanda de activiteiten die we georganiseerd hebben. En we brainstormen over nieuwe activiteiten. Zo hebben we bijvoorbeeld een picknick en een gedichtendag bedacht. Het is leuk om inbreng te hebben.'

Wat maakt jouw werk bij Rivas bijzonder?

'Het is heel dankbaar werk. Je bouwt ook een band op met de bewoners. Het doet mij ook echt wel wat als een bewoner overlijdt. Vorig jaar is mijn man overleden. Hij is lang ziek geweest. Ik kreeg gedurende die periode heel veel medeleven van bewoners. Ook nu vragen mensen nog regelmatig hoe het met mij gaat. Dus andersom is die band er ook.'

Wat zou je tegen iemand zeggen die overweegt om vrijwilliger te worden?

'Ik hoor weleens mensen zeggen dat ze vrijwilligerswerk willen doen, maar geen tijd hebben. En dan zeg ik: wat is er nou écht belangrijk in het leven. Dat is toch aandacht geven aan een ander? Dus je moet er gewoon tijd voor maken. Het is toch heerlijk als je ziet hoe bewoners genieten van de gezelligheid en de aandacht?'

'Ik zou het werk voor geen goud willen missen'

Voel je je gewaardeerd door de organisatie?

'Ja, dat voel ik zeker. Onlangs werden alle vrijwilligers uitgenodigd voor een high tea. Daar doe je het niet voor, maar het is wel leuk. En het is gezellig om andere vrijwilligers te ontmoeten. We hebben in Tiendwaert ook een koor opgericht. Dat bestaat nu al uit 13 vrijwilligers. We treden een paar keer per jaar op een keer in de maand oefenen we. Tiendwaert biedt ons de ruimte om deze ontmoetingsavonden te organiseren. Dat is ook een stukje waardering.'



Maak gebruik van de MKA-regeling

MKA staat voor [Meer](#) [Keuze](#) [Arbeidsvoorwaarden](#). Als medewerker kun je binnen deze regeling kiezen voor bijvoorbeeld het aanschaffen van een fiets of computer. Of het aankopen van vrije tijd. Je profiteert dan van belastingvoordeel. Dit alles gebeurt binnen de regels van de wet en de afspraken in de cao.

Ontdek de voordelen bij Rivas

Binnen Rivas kennen we ook een meerkeuzesysteem arbeidsvoorwaarden (MKA-regeling). Je kunt verschillende producten aanschaffen met belastingvoordeel. Bijvoorbeeld een fiets, telefoon of laptop. Ook kun je verlof kopen. Of een extra reiskostenvergoeding ontvangen tegen inruil van je salaris of eindejaarsuitkering/vakantiegeld. De regeling is voor alle medewerkers met vaste uren die vallen onder de cao Ziekenhuizen (incl. AMS) en VVT.

Hoe betaal je je aankoop?

Je kunt verschillende bronnen inzetten voor de aanschaf van bovenstaande producten. Je kunt zelf kiezen uit de door Rivas vastgestelde mogelijkheden. Naast (een gedeelte van je) salaris, vakantietoeslag en of eindejaarsuitkering is het ook mogelijk om bovenwettelijke verlofuren of PLB-uren in te zetten. Maar je kunt ook meer-uren of overuren inzetten. Je bruto-uurloon is hiervoor leidend. Het bruto uurloonbedrag deel je door het bedrag van het aangeschafte product. Zo weet je hoeveel uren je moet inzetten.

Aanvragen van producten

Wil je een product kopen via de MKA-regeling? Dat kan in 'Mijn AFAS' (Tabblad 'Mijn AFAS', klik op 'Mijn MKA'). Het voordeel van het aanschaffen van een product in FiscFree is dat het aankoopbedrag (het deel wat verruild kan worden) niet hoeft te worden voorgeschoten.

Meer informatie

Heb je nog vragen? Neem dan contact op met de frontoffice P&O via **0183 - 64 3999** – optie 2 (P&O) – optie 4 (Overige vragen) of via **P&O@rivas.nl**.

fiscfree 

Nog meer voordeel voor jou!

2 JAAR LIVE MET BENEFITS AT WORK! TRAKTEER JEZELF OP NIEUWE KORTINGEN

Van fashion en multimedia tot food en fun...
Scoor nu jouw korting bij topmerken:



RIVAS.BENEFITSATWORK.EU


1.570
GEREGISTREERDE
COLLEGA'S

DE TOP 5 VAN JE
COLLEGA'S

1. BOL
2. HEMA
3. CENTER PARCS
4. SAMSUNG
5. ZALANDO


+300
PERMANENTE
KORTINGEN



Indira Tuk

**Junior locatieleider
in Tiendwaert,
Hardinxveld-Giessendam.**



Indira Tuk (35 jaar) wist het al heel jong: ik heb een zorghart. Tijdens haar SPW-opleiding ging ze als 16-jarige stagiaire aan de slag als woonassistent in Steijndeld. Ze voelde zich direct aangetrokken tot de langdurige zorg voor mensen met dementie. 'Dit is wat ik later wil doen. Voor deze mensen wil ik zorgen. Juist de combinatie van welzijn en zorg vind ik zo mooi'.

Hoe heeft werken bij Rivas je professioneel of persoonlijk beïnvloed?

'Ik werkte op verschillende locaties van Rivas als activiteitenbegeleider. Marion Schenkelaars was mijn locatieleider in Het Gasthuis. Zij stimuleerde me om meer uit mezelf te halen en gaf mij uitdagende projecten. Toen werd duidelijk waar ik naartoe wilde. Ik wilde bewoners een fijne beleving geven. Maar dat kon ook door mijn passie voor de zorg over te brengen op anderen. Naast mijn werk volgde ik 1 dag per week de opleiding Management in de Zorg. Daarna ging ik bij Rivas aan de slag als leercoach. Het gaf mij veel energie om nieuwe collega's, leerlingen en stagiaires mee te nemen in het vak.'

Wat maakt Rivas als zorgorganisatie uniek?

'Rivas startte met een pilot voor de functie van junior locatieleider. Bij de eerste ronde solliciteerde ik maar werd ik niet gekozen. Om mij toch verder te ontwikkelen ging ik buiten Rivas aan de slag als afdelingsmanager in een verpleeghuis. Ik miste daar de basis van mensgerichte zorg zoals ik die bij Rivas gewend was. Na anderhalf jaar was er weer een vacature voor junior locatieleider bij Rivas.

Deze keer werd ik aangenomen. Het leek een stapje terug in zelfstandigheid. Maar de duidelijke visie, heldere kaders en mensgerichte zorg als rode draad in alles wat je doet wogen voor mij zwaarder. Bij Rivas is kwaliteit van leven van de bewoners belangrijk. Hier voelt het vanzelfsprekend. Pas als je ergens anders bent geweest, besef je dat Rivas hier best wel uniek in is. Ik ben blij dat ik terug ben bij Rivas. Het voelde als thuiskomen.'

'Heb je ambitie of talent? Dan zit je goed bij Rivas'

Hoe zie je je werk bij Rivas in de toekomst?

'Ik volg een traject van twee jaar om uiteindelijk locatieleider te worden. Ik kan mij stapsgewijs ontwikkelen en word gecoacht door een locatieleider. Het is heel praktijkgericht. Een keer per maand is er bijvoorbeeld een ontwikkelbijeenkomst om kennis te delen. Het enige nadeel van dit traject is dat je nu een band opbouwt bij een locatie en straks waarschijnlijk ergens anders als locatieleider aan de slag gaat. Maar verder heeft het alleen maar voordelen. Heb je ambitie of talent? Dan zit je goed bij Rivas.'

Elke Goldak

Leerling-verpleegkundige in Lingesteyn

Elke Goldak (25 jaar) volgt een BBL-opleiding verpleegkunde. Ze werkt op de somatische afdeling in verpleeghuis Lingesteyn en gaat één dag in de week naar school.

Wat vind je het leukste aspect van je werk?

‘Het contact met de bewoners en de mensgerichte zorg. Je kan mensen echt blij maken. Ik probeer altijd tijd te maken voor een praatje. Je komt in iemands privéwereld, dus dan vind ik het belangrijk om een band op te bouwen. Het is leuk dat je ook verpleegkundige technische handelingen doet. Je bent fysiek bezig, maar je moet ook je hoofd gebruiken. Dat maakt het heel afwisselend. Ik vind het soms lastig dat ik in de praktijk dingen zie, maar de handelingen nog niet mag verrichten als leerling.’

Wat maakt Rivas aantrekkelijk als werkgever?

‘Rivas biedt thuiszorg, woonzorg en ziekenhuiszorg. Het is dus heel veelzijdig. Je kan op verschillende locaties werken. En je hebt veel doorgroeimogelijkheden.’

Hoe vind je dat Rivas omgaat met veranderingen in de zorgsector?

‘Er wordt steeds meer gevraagd van mantelzorgers. Bij Rivas is dat echt een topic en wij worden goed meegenomen in het proces. Wij betrekken de familie er steeds een beetje meer bij, zodat er straks niet in één keer een grote omslag is.’

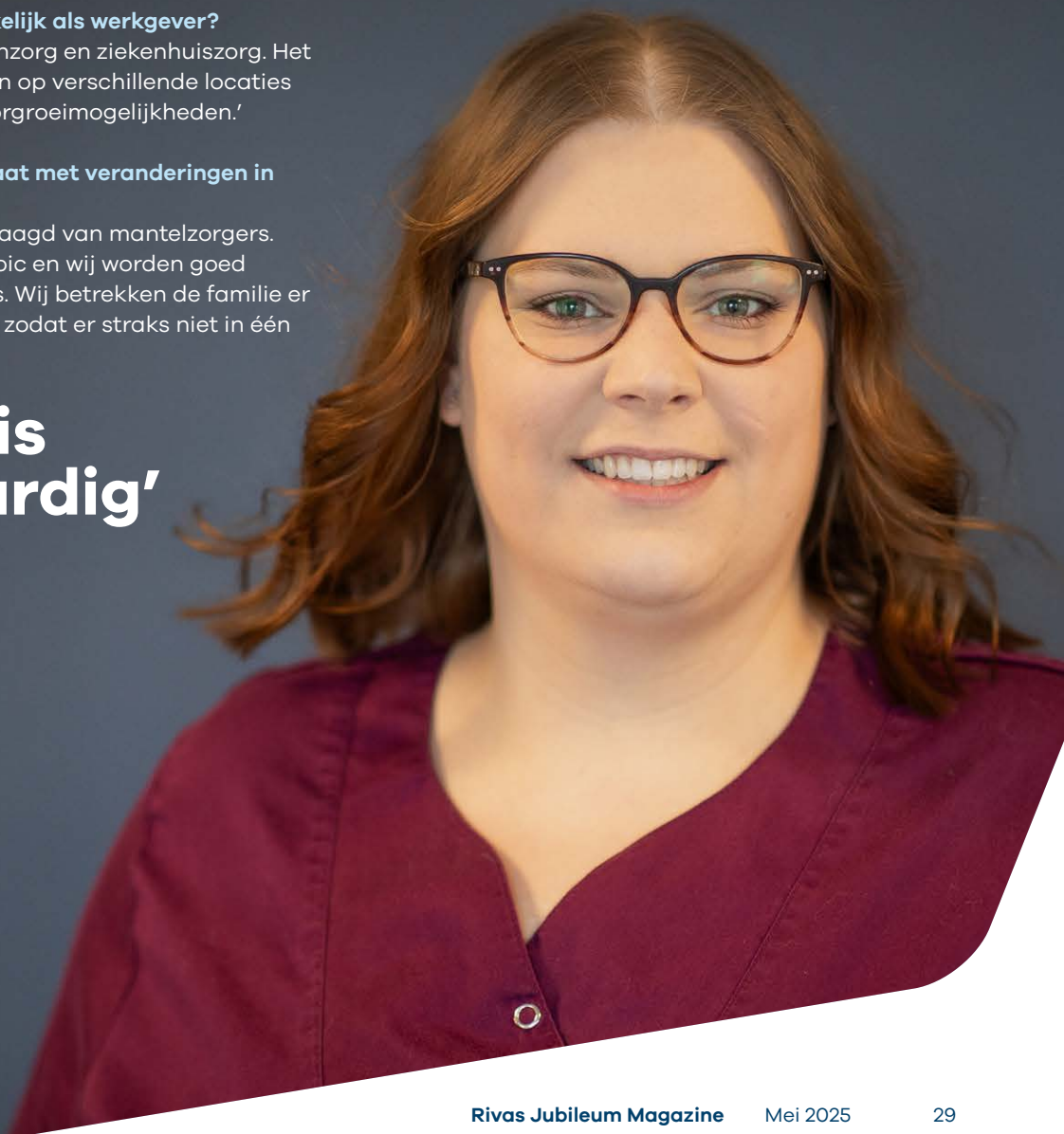
‘Iedereen is gelijkwaardig’

Hoe vind je de werksfeer binnen Rivas?

‘Heel goed. Het maakt niet uit of je een leerling of een leidinggevende bent. Iedereen is gelijkwaardig. Ik zie bijvoorbeeld dat een zorgregisseur ook dingen oppakt, die niet direct tot haar takenpakket horen. We doen het werk echt samen en kunnen altijd op elkaar terugvallen. Ik vind het ook fijn dat mijn collega's vertellen wat ik goed doe. En niet alleen wat er beter of anders kan. Dat geeft mij een gevoel van waardering. Ook de bewoners geven mij het gevoel dat het waardevol is wat ik doe.’

Hoe zie je de toekomst?

‘Mijn opleiding duurt nog twee jaar. Die maak ik binnen Rivas af. Daarna wil ik graag bij Rivas blijven werken. Ik zit hier echt op mijn plek. Het is leuker dan ik verwacht had.’



Kom in beweging!

Sven van Heesewijk en Eveliene Annink zijn allebei Bewegingsagoog bij Rivas. Zij leggen uit welke gezondheidsrisico's je loopt met zittend werk. En welke oefeningen je kunnen helpen.

De nadelen van zittend werken op je gezondheid

'Als je zit, bewegen je benen niet en stroomt er minder bloed door je aderen. Dit kan zorgen voor een tijdelijke vernauwing van je bloedvaten en een hogere bloeddruk. De hoek waarin je benen staan, maakt dit effect sterker. Hierdoor kan de bloeddruk nog meer stijgen. Bovendien nemen je beenspieren tijdens het zitten minder glucose op. Hierdoor krijg je een hogere bloedsuikerspiegel en slechtere werking van je bloedvaten.'

'Langdurig zitten kan ook slecht zijn voor je gewrichten. Uit onderzoek blijkt dat veel zitten in je vrije tijd lage rugpijn, kniepijn, artritis en andere lichamelijke klachten kan veroorzaken. Als je langdurig zit tijdens je werk kan je lage rugpijn en nek- en schouderklachten krijgen.'

Oefeningen als je zittend werkt



Knie strekken

Met deze oefening worden de spieren van je bovenbeen sterker.

- Ga rechtop zitten op een stoel.
- Strek je knie.
- Trek de tenen naar je toe.
- Houd deze positie 10 seconden vast.
- Doe de oefening 3 keer 10 seconde per been.



Appels plukken

Met deze oefening rek je je rug-, borst- en armspieren. Ook is het een mooie rekoefening voor je schoudergewricht.

- Ga rechtop zitten op een stoel.
- Strek je armen 1 voor 1 richting het plafond.
- Probeer nu denkbeeldig een appel te plukken.
- Voer de oefening rustig uit.
- Doe de oefening 10 keer per arm.

De voordelen van staand werken op je gezondheid

Meer energie en effectiviteit

Je stofwisseling is veel hoger wanneer je staat. Opvallend feitje: het aantal calorieën dat je verbrandt door met je ogen te knipperen is meer dan zittend de dag doorbrengen.

Je hart pompt sneller als je staat, je energie neemt toe en daardoor ook direct je effectiviteit.

Het bevordert creativiteit

Creativiteit is niet te ontwikkelen. Je hebt het of niet. Ben je creatief en heb je veel ideeën in je hoofd? Dan wordt deze creativiteit enorm gestimuleerd door staand te werken.

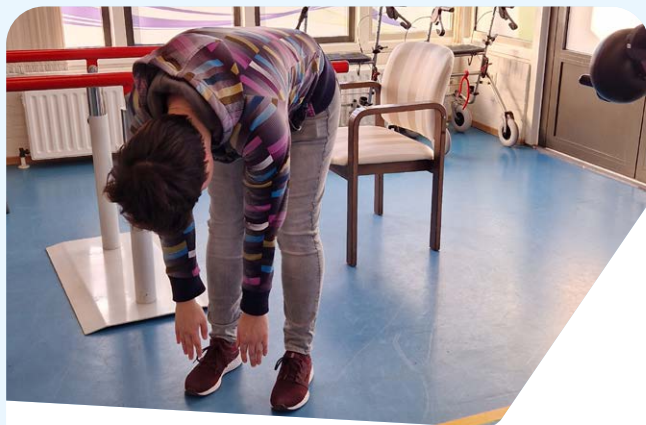
Het is gezonder

Je bloedsomloop gaat omhoog en je verbranding gaat vooruit. Dus dit is beter voor je gezondheid.

Je brein 'verveelt' zich minder

Als je een groot stuk moet lezen dan is je brein heel snel afgeleid. We kunnen 250 woorden per minuut lezen en 1250 woorden per minuut denken. Als je gaat zitten neemt de verveling alleen maar toe. Dus moet je een grote e-mail lezen? Of je echt even concentreren op een grotere taak? Ga dan lekker staan.

Oefeningen als je staand werkt



Voorover buigen

Door voorover te buigen rek je de spieren rondom je wervelkolom.

- Sta rechtop met je voeten uit elkaar.
- Plaats je handen op je bovenbenen en breng je kin op de borst.
- Buig voorover en strijk zover mogelijk over je benen tot je niet meer kan.
- Kom je niet verder, laat dan je armen hangen.
- Buig na 20 seconden weer terug omhoog.
- Doe de oefening 5 keer.



Knieheffen

Door het langzaam uit te voeren train je ook je balans. Door het langdurig uit te voeren train je je lage buikspieren. Door het vaker achter elkaar te doen krijg je een betere conditie.

- Hef om de beurt je knie omhoog.
- Gebruik je armen om je evenwicht te houden.
- Het hoeft niet snel uitgevoerd te worden.
- Doe dit 3 keer 30 seconden.

Astrid van Rekom-Hortensius

Teammanager Wijkverpleging in Papendrecht

Je begon in 1985 bij Waerthove. Hoe was die tijd voor jou?

'Ik begon als leerling Ziekenverzorgende in Waerthove en liep fluitend door de opleiding heen. Sindsdien heb ik, behalve bij het Beatrixziekenhuis, binnen het hele Rivas werkgebied gewerkt. In 2008 nam ik deel aan de Kweekvijver en werd teamleider bij de thuiszorg in Alblasserdam, waarna ik na twee jaar naar de wijkverpleging in Zwijndrecht en Hendrik-Ido-Ambacht ging. In 2016 kreeg ik de kans om in Papendrecht te starten, waar ik nu verantwoordelijk ben voor 95 collega's en 400 cliënten. Vanaf 24 maart word ik ook leidinggevende bij de wijkteams in Alblasserdam.'

Wat maakt jouw werk bij Rivas bijzonder?

'Rivas heeft me gevormd tot de persoon die ik nu ben. Als jong, onzeker meisje begon ik hier, en nu ben ik een taakvolwassen leidinggevende met nog steeds evenveel werkplezier. Rivas is altijd mijn thuis geweest. Gekscherend wordt er vaak gesproken over mijn 'groene hart'. Ik draag altijd mijn Rivas-badge, wat vanzelfsprekend is voor mij, zo kan elke collega even spieken wie ik ben. Ook als ik vrij ben, houd ik zonder dat ik dit door heb rekening met de badge, al draag ik hem dan niet.'

Hoe zou je de werksfeer binnen Rivas omschrijven?

'De sfeer is informeel en toegankelijk. Het contact met collega's zoals Michiel, Mariëlle en Sandra is heel open. Er is geen drempel om een casus te bespreken. Het voelt als een familiebedrijf. Letterlijk zelfs, mijn dochter heeft zes jaar als eetgenoot in Waerthove gewerkt, en mijn man was twee jaar planner bij Rivas.'

Kun je een moment delen waarop je je echt gewaardeerd voelde?

'Toen ik 25 jaar in dienst was, hield Lilian Bouwman een prachtige speech voor me. Ze had er veel tijd in gestoken, en ik was diep geraakt door haar woorden. Sindsdien waardeer ik zulke momenten nog meer en bereid ik ook altijd een mooie speech voor jubilarissen.'

Waar ben je het meest trots op in je werk bij Rivas?

'Op veel dingen! Zoals het Volledig Pakket Thuis (VPT), de zorg voor mensen die langer thuis kunnen blijven wonen, en de mooie PREM-score van 9,1 voor wijkverpleging. Dit bevestigt hoe mensgericht we werken, en daar ben ik trots op.'



'Rivas heeft me gevormd tot de persoon die ik nu ben.'

Jaap Kooijman

Technische dienst

Jaap Kooijman (64 jaar) werkt al 44 jaar bij Rivas. Eerst als kok, nu bij de Technische Dienst.

Hoe kwam je bij Rivas terecht?

'In mijn militaire diensttijd was ik menagemeester. Ik had de leiding over de veldkeuken. Na mijn diensttijd solliciteerde ik bij drie zorginstellingen. Ik werd overal aangenomen, maar ik koos voor het Beatrixziekenhuis. Toen heette het nog Streekziekenhuis Prinses Beatrix. De medisch directeur heeft mij gekeurd en P&O kon bemiddelen voor een huis. Op 3 maart 1981 kwam ik in dienst. Op 1 juni 1981 had ik een huis.'

Een geweldige tijd

'In het ziekenhuis begon ik als instellingskok (kok 2) en ik ben opgeklommen tot souschef (kok 1). Ik werkte samen met Chris Wilschut. Wij stonden met 30 collega's in de keuken en kookten voor ongeveer 700 mensen. Er kwam een nieuwbouwplan voor de keuken en Chris en ik werden gevraagd om het helemaal in te richten. De saamhorigheid binnen het team was groot. We pakten bijvoorbeeld met z'n allen kerstpakketten in voor de medewerkers van het Beatrixziekenhuis.'

'Ik ben nog geen dag chagrijnig naar mijn werk gegaan'

Een nieuwe uitdaging

'Met de komst van een nieuwe directeur in het Beatrixziekenhuis ging het koken over in een inkoopmodel van maaltijden. In De Waalburcht in Papendrecht (destijds nog stichting Stolpehove) zochten ze iemand om het onderdeel voeding op poten te zetten en klusjes te doen. Ik vond het zo'n leuke uitdaging dat ik ook mijn vrije tijd eraan besteedde. Ook in locaties De Markt en De Wieken heb ik alles opgezet en alle medewerkers opgeleid.'

Kiezen tussen de garde en de gootsteen

'Op een gegeven moment werd het wel erg druk. Ik stond bij wijze van spreken met een garde in de ene hand en een ontstopper voor de gootsteen in de andere hand. Ik moest echt een keuze maken. Ik stopte met koken en werd huismeester in alle Papendrechtse locaties. Sinds een jaar werk ik bij de Technische Dienst in het Beatrixziekenhuis. Het werk is heel afwisselend. En het houdt me fit. Ik maak tussen de 10.000 en 20.000 stappen per dag.'

Waarom is Rivas voor jou aantrekkelijk als werkgever?

'Ik heb veel kansen gehad bij Rivas. Ik mocht altijd opleidingen volgen, zoals leermeester en dieetkok. Ik heb mijn PLB-uren opgespaard. Nu werk ik de ene week drie dagen en de andere week vier dagen. Het is fijn dat het zo kan. Ik wil graag tot mijn pensioen blijven werken. Dat is nog twee jaar. Ik ben nog geen dag chagrijnig naar mijn werk gegaan, dus ik maak de tijd wel vol.'





Personeelsvereniging feliciteert Rivas met het 25-jarig bestaan!

Hoe is de Personeelsvereniging ontstaan?

De personeelsvereniging (PV) is in 1962 opgericht voor het personeel van het 'Streekziekenhuis Prinses Beatrix'. 'De PV voldeed aan een grote behoefte', vertelt Bep Bakker. Zij is secretaris van de PV en zelf al 60 jaar lid. 'In de jaren 60 had je als leerling-verpleegkundige geen sociaal leven. Door de 6-daagse werkweek, opleiding in eigen tijd en een roosterplanning waar je geen invloed op had. Na fusies en uitbreiding naar de huidige Rivas Zorggroep is de PV nog steeds een vereniging voor en door medewerkers van Rivas Zorggroep. Het bestuur bestaat uit een aantal gedreven vrijwilligers die er heel wat vrije uren in stoppen. Met maar één doel: het de leden naar de zin te maken.'





De PV door de jaren heen

'In het verleden was er een sportcommissie die onder andere jaarlijks een volleybaltoernooi voor afdelingsteams organiseerde. Een toneelgroep 'de Pechvogels' die jaarlijks een uitvoering gaf in de Nieuwe Doelen te Gorinchem. Voor het 25-jarig jubileum van het 'Streekziekenhuis Prinses Beatrix' werd speciaal voor deze gelegenheid een cabaret (Careto) geschreven over het wél en wee van het ziekenhuisleven. Dit werd uitgevoerd door de toneelgroep van de personeelsvereniging. De activiteiten van de PV veranderden. De activiteiten werden kleinschaliger zoals workshops, musicals, stedenreizen, concerten en (wintersport)reizen. Benieuwd wat er dit jaar op het programma staat? Kijk dan op de website: www.pvrivas.nl.'

Lid worden

'De huidige contributie is € 4,- per maand. In ruil daarvoor krijg je de kans om in een informele sfeer andere medewerkers van Rivas te ontmoeten tijdens één van de uiteenlopende activiteiten. Bijvoorbeeld een volledig georganiseerde stedentrip voor een gereduceerd tarief, ook voor je introduce. En wat dacht je van een ticket voor Vrienden van Amstel Live? Of een leuke workshop? Bij elke activiteit mag je een introduce meenemen. Voor de Bingo en het Sinterklaasfeest mag je meerdere introducés meenemen.'

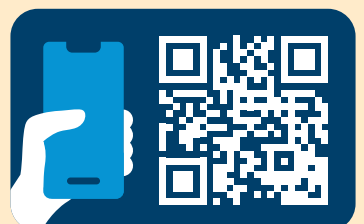
'Eén doel: het de leden naar de zin te maken'

De PV in coronatijd

'In 2020 en 2021 was het door corona niet mogelijk om activiteiten te organiseren. Alle PV-leden kregen een Rivas-dobbelspel om tijdens de avondklok en lockdowns de tijd door te komen. Wat absoluut wél door moest gaan was het Sinterklaasfeest voor (klein) kinderen van de leden. Hiervoor werd een creatieve variant bedacht: de corona-proof drive-thru-cadeautjes-straat.'

Dus wat houd je tegen?

Word lid! Dat kan via www.pvrivas.nl





Rivas Vitaal: Lekker in je vel

Bij Rivas vinden we het belangrijk dat je gezond en fit blijft. En dat je veilig en met plezier je werk kan doen. Verschillende Rivas-professionals kunnen je hiermee helpen. Een samenwerking van al deze partijen die voor jou beschikbaar zijn noemen we een providerboog. Hieronder lees je wat Rivas biedt om jou te ondersteunen.

Kom in gesprek

Zit je niet lekker in je vel of voel je je uit balans? Bespreek het met je leidinggevende. Samen kunnen jullie kijken wat jou kan helpen en welke ondersteuning mogelijk is. Je staat er niet alleen voor! Maak een afspraak met je leidinggevende.

Werkplekonderzoek

Heb je pijn of klachten tijdens je werk? Een werkplekonderzoek kijkt of je goed zit of staat. Samen maken we je werkplek beter en gezonder. Bespreek met je leidinggevende of deze interventie bij je past. Als dat zo is, vraagt je leidinggevende het aan bij de adviseur Veilig en Gezond Werken.

Financiële coaching

Geldzorgen kunnen veel stress geven. Een financiële coach helpt je overzicht te krijgen en geeft praktische tips om je situatie te verbeteren. Je kunt direct contact opnemen met de advieslijn van de budgetcoach groep via **088 622 0350** of rivas@budgetcoachgroep.nl

Sterk in je werk

Twijfel je over je werk of wil je iets veranderen? 'Sterk in je werk' helpt je om plezier te houden in je baan en nieuwe kansen te ontdekken. Je kunt jezelf aanmelden voor een gratis kennismakingsgesprek met een loopbaancoach.



Mantelzorgmakelaar

Zorg je voor een familielid of vriend naast je werk? De mantelzorgmakelaar helpt je met regelen. Zo houd je beter balans tussen werk en zorg. Je kunt direct contact opnemen met Rezie Voster via **06 57 26 25 08** of mantelzorgmakelaar@rivas.nl

Preventief spreekuur bedrijfsarts

Voel je je niet helemaal fit of heb je vragen over je gezondheid? Je kunt gratis naar de bedrijfsarts voordat er iets misgaat. Zo voorkom je problemen. Je kan zelf een aanvraag doen via Mijn AFAS, mocht dit niet lukken kan het Inzetbaarheidsteam ook een aanvraag voor je doen.

Herstelcoach van stress en burn-out

Voel je je vaak moe, gespannen of uitgeput? De herstelcoach helpt je om beter om te gaan met stress en burn-out klachten. Zo kom je weer in balans. Bespreek met je leidinggevende of deze interventie bij je past. Als dat zo is, meldt je leidinggevende je aan via het Inzetbaarheidsteam, die de aanvraag verder oppakt.



Vertrouwenspersoon

Heb je iets vervelends meegemaakt op je werk? De vertrouwenspersoon luistert en helpt je. Samen zoeken jullie naar een oplossing die bij jou past. Je kunt direct contact opnemen met een van de vertrouwenspersonen:

- Coby van Wijk (06 33 04 02 35)
- Monique Schutte (06 27 20 97 82)
- Astin van der Ven (06 22 27 73 70)

Je kunt ook mailen naar:
vertrouwenspersoon@rivas.nl



Rouwconsulent

Rouw gaat niet alleen over het verlies van een dierbare. Ook ingrijpende veranderingen, zoals een scheiding of verlies van gezondheid, kunnen veel impact hebben. De rouwconsulent helpt je om hiermee om te gaan en een goede balans te vinden tussen je gevoelens en je werk. Bespreek met je leidinggevende of deze interventie bij je past. Als dat zo is, meldt je leidinggevende je aan via het Inzetbaarheidsteam, die de aanvraag verder oppakt.

Psychologische ondersteuning

Heb je last van mentale klachten of pieker je veel? Je kunt praten met een psycholoog die je helpt om sterker in je schoenen te staan. Bespreek met je leidinggevende of deze interventie bij je past. Als dat zo is, meldt je leidinggevende je aan via het Inzetbaarheidsteam, die de aanvraag verder oppakt.



Ontdek het totale aanbod van Rivas Vitaal

Dit is een greep uit de mogelijkheden.
Op het platform 'Rivas Vitaal' vind je het totale aanbod.
Scan de QR-code.

Richard Scheurwater

Beveiliging in het Beatrixziekenhuis

Richard Scheurwater (58 jaar) werkt 4 uur per week als planner bij de beveiliging. Daarnaast draait hij avond- en ochtenddiensten als beveiliging.

Hoe kwam je bij Rivas terecht?

'Ik ben al sinds mijn jeugd bevriend met Theo Hootsmans. Hij is teamleider beveiliging bij Rivas. Theo vroeg mij om te solliciteren voor de functie van beveiliging. Op dat moment was ik portier in de horeca. Ik had het daar wel naar mijn zin, maar ik heb toch de stap genomen. En ik heb er geen moment spijt van gehad. Al snel had ik de benodigde papieren.'

Wat vind je het leukste aspect van je werk?

'Mensen helpen en mensen beschermen. Het ziekenhuis is een plek waar mensen zich veilig moeten voelen. Of het nou om een arts of om een patiënt gaat. Ik ben blij dat ik dat stukje veiligheid kan bieden en zo mijn steentje kan bijdragen. Het ene moment help ik een patiënt weer veilig in zijn bed. Het andere moment word ik opgeroepen omdat er ergens brand is. Die afwisseling maakt het zo leuk.'

Wat zijn de grootste uitdagingen die je tegenkomt?

'In de horeca was het publiek minder divers. In een ziekenhuis zie je mensen van nul tot honderd, gelovig of niet-gelovig en uit alle lagen van de bevolking. Mensen kunnen verward zijn. Of agressief. Je moet dus heel goed kunnen schakelen. Binnen Rivas wonen ook mensen met dementie. Hun reactie op jou kan heel wisselend zijn. Als collega's daar moeite mee hebben zeg ik: stel je voor dat het jouw vader of moeder is. Dan zie je het toch in een ander perspectief. En is het makkelijker om ermee om te gaan. Ik zie het soms als een spel. Als iemand heel boos is laat ik hem uitzaden en zijn verhaal doen. Daarna kan je meestal een redelijk gesprek voeren.'

Wat maakt Rivas aantrekkelijk als werkgever?

'Je krijgt volop de mogelijkheid om je te ontwikkelen. Ik heb al heel wat cursussen gevolgd. Bijvoorbeeld Particulier onderzoeker, Profileren, VCA en BHV. Wij krijgen ook agressietraining. Agressiviteit is helaas erg toegenomen. Het lijkt wel of mensen een steeds korter lontje krijgen. De training helpt om hier goed mee om te gaan.'

Hoe vind je de werksfeer binnen Rivas?

'Wij hebben een heel fijn team. Er heerst een goede sfeer en we staan voor elkaar klaar. Ik zeg ook altijd: we doen het met z'n allen. Door een CVA ben ik er anderhalf jaar tussenuit geweest. Ik kreeg alle ruimte om te kunnen herstellen. Ik heb nog wel wat restverschijnselen, maar ik ben blij dat ik weer normaal mijn werk doen.'

'Iedereen moet zich hier veilig voelen'



12 jaar ondernemingsraad: een terugblik en een blik op de toekomst



Miranda van den Broek
Voorzitter Ondernemingsraad

Twaalf jaar geleden dacht ik: 'ik heb meer nodig en ik wil meer betekenen voor mijn collega's'. Een toenmalige collega, die in de ondernemingsraad zat, zei: 'Dat is echt iets voor jou, stel je gewoon verkiesbaar!' En zo gezegd, zo gedaan – ik werd gekozen door de achterban.

Inmiddels ben ik zes jaar voorzitter, en dat doe ik nog steeds met veel plezier. Ik ben enorm trots op de groep collega's met wie ik in de ondernemingsraad heb samengewerkt. De sfeer is goed, de omgeving voelt vertrouwd en iedereen brengt zijn of haar eigen achtergrond en werkervaring mee. Wat ik het meest waardeer, is dat we, zelfs wanneer een onderwerp dicht bij iemands werkveld ligt, altijd met een brede blik kijken naar het algemeen belang.

Als ik terugkijk op twaalf jaar geleden en zie waar we nu staan, besef ik pas echt hoeveel we hebben bereikt. Een van de grootste mijlpalen is het project Gezond Roosteren. Wat begon als een uitdaging, groeide uit tot een gedeelde missie: een betere werk-privébalans creëren en medewerkers daadwerkelijk invloed geven op hun werktijden. We hebben ons hier als groep hard voor gemaakt – en met succes. Geen vastgeroeste roosters meer

zonder inspraak, maar roosters die rekening houden met het leven buiten het werk. Want laten we eerlijk zijn: tevreden medewerkers zorgen voor betere zorg. En dat is uiteindelijk waar we het allemaal voor doen.

We worden door de raad van bestuur goed geïnformeerd over lopende projecten, waardoor we ons werk goed kunnen doen. Natuurlijk zijn we het niet altijd overal over eens en gaat er weleens iets langs ons heen, maar ook daarover kunnen we het goede gesprek voeren. Er is wederzijds respect, en dat is ontzettend belangrijk.

'Ik ben trots op wat we samen hebben opgebouwd'

Ook medewerkers kunnen altijd bij ons terecht. We helpen hen de juiste weg te vinden, geven advies over wat te doen of bieden simpelweg een luisterend oor. Elke vraag krijgt een antwoord.

Als ik kijk naar wat we samen hebben opgebouwd, voel ik trots. In de afgelopen jaren hebben we als ondernemingsraad invloed gecreëerd en stappen gezet die écht een verschil maken. Voor de toekomst hoop ik dat we hierop kunnen voortbouwen en opnieuw een sterke ondernemingsraad neerzetten. Een OR die luistert, meedenkt en opkomt voor wat echt telt.

Hopelijk heb je zo een beter beeld gekregen van wat we doen. En als je interesse hebt: in november zijn er weer verkiezingen! Nieuwsgierig? Neem gerust contact op voor een informeel gesprek – geheel vrijblijvend, maar misschien wel het begin van iets moois.

Sabrine Koek- van den Berg

Clustermanager Zorg Beatrixziekenhuis

Sabrine Koek-van den Berg (47 jaar) startte haar loopbaan bij Rivas 30 jaar geleden als leerling-verpleegkundige. Sinds 2020 bekleedt zij de functie van Clustermanager Zorg.

Hoe ziet jouw loopbaan bij Rivas eruit?

'Een vast onderdeel van de opleiding tot verpleegkundige destijds, was een stage op de operatieafdeling. Tijdens deze stage werd mijn belangstelling gewekt voor de meer technische aspecten van de zorg. Dit was een mooie aanvulling op mijn verpleegkundige achtergrond. Na het afronden van de opleiding tot operatieassistent heb ik een aantal jaren gewerkt als gediplomeerd operatieassistent. Dit werd later aangevuld met een rol als dagcoördinator op de operatieafdeling. Vervolgens ben ik aangesteld als afdelingshoofd OK-CSA. Sinds 2020 bekleed ik de functie van Manager Zorg en Bedrijfsvoering. Sinds mei 2024 is deze functie gewijzigd in Clustermanager. Hierbij heb ik het snijdende cluster van het Beatrixziekenhuis in mijn portefeuille.'

Waarom blijft Rivas interessant voor jou?

'Rivas blijft voor mij een zeer interessante werkomgeving. In alle functies die ik tot nu toe heb mogen bekleden, heb ik de samenwerking met de collega's uit de verschillende onderdelen van de organisatie als bijzonder prettig ervaren. De korte lijnen binnen onze organisatie maken het mogelijk om gezamenlijk mooie resultaten neer te kunnen zetten. Daar ben ik enorm trots op.'

Hoe is jouw rol in de loop der jaren veranderd?

'Mijn rol is enorm veranderd, maar dat is logisch gezien de ontwikkeling die ik doorgemaakt heb. In mijn huidige rol streef ik ernaar om van betekenis te zijn voor de verdere ontwikkeling van de gehele organisatie en het ziekenhuis in het bijzonder. Mijn zorgachtergrond helpt me hierbij heel goed in het nemen van de juiste besluiten!'

Waar ben jij trots op?

'Trots ben ik vooral op de betrokkenheid en de wendbaarheid van onze collega's. Een mooi voorbeeld hiervan is de nieuwbouw en latere ingebruikname van het OK-complex tijdens mijn periode als afdelingshoofd OK. Ineens had iedereen een andere werkomgeving. Maar gelukkig verhuisden de collega's ook mee. Betrokkenheid zit voor mij ook in omkijken naar elkaar. Naast delen van geluk en plezier met collega's of binnen afdelingen, is er ook altijd aandacht voor elkaar bij verdrietige momenten.'

**'de korte lijnen
met collega's
vergroten mijn
werkplezier'**





Een recept van Naomi de Jong, diëtist bij Rivas

Met Kazen gevulde Aubergine rolletjes uit de oven

Dit gerecht valt in de smaak van jong en oud, kan je als hoofdgerecht of als bijgerecht serveren.

Het enige wat jou moeite kost in dit recept of...uitdagend is, voor mij in ieder geval, is de aubergines in dunne plakken te snijden.

Verder niet vergeten de oven aan te zetten en de plakken aubergine op tijd eruit halen.

Bereiding:

Verwarm de oven op 180 graden

Snij de aubergines in plakken van hooguit 5 mm dik. Bestrijk ze met olie en bestrooi met zout. Leg ze op een ovenplaat bedekt met bakpapier.

Schuif de ovenplaat in het midden van de opgewarmde oven en laat het ca. 15 minuten grillen/roosteren.

Mix voor de vulling de kaassoorten met elkaar. Voeg het geklutste ei en de kruiden toe.

Deze ingrediënten heb nodig:

- 3 middelgrote stevige aubergines
- 1 bolletje mozzarella, gescheurd in stukken
- 4 el hüttenkäse
- 100 gr fetakaas, fijn verkruimeld
- 4 el franse kwark of ricotta
- 2-3 el gerapte belegen / parmezaanse kaas
- 1 ei
- 1/4 tl gesneden spaanse/rode peper (optioneel)
- 1/2 pot (100-200 gr) tomaten-basilicumsaus
- handvol basilicumblaadjes
- oregano, blaadjes of gedroogde
- zout en peper

Schep een beetje van het mengsel vooraan op een plak aubergine en rol op

Schenk de saus in de ovenschaal met de oregano

Leg ze naast elkaar in een ovenschaal boven de saus.

Leg stukken mozzarella en basilicum blaadjes tussen de rolletjes en zet in de oven voor ca 20-25min.

Heerlijk ook de dag daarna!



(l) Jacqueline van Vliet,
teammanager Wijkverpleging
Vianen/Zederik

(r) Diana van Straten,
verzorgende Wijkverpleging
Vianen

Levensfaseplan: Je werk, je leven, je balans!

Je leven verandert, en daarmee ook wat jij nodig hebt om je werk en privé in balans te houden. Misschien sta je aan het begin van je carrière en wil je naar een andere functie doorgroeien. Of heb je een jong gezin en zoek je flexibiliteit. Misschien zorg je voor een familielid. Wat jouw situatie ook is— Rivas denkt met je mee!

Bij Rivas bieden we het Levensfaseplan: een pakket aan mogelijkheden waarmee jij je werk prettig en duurzaam kunt blijven doen. Van gezond roosteren tot verlofregelingen. Van loopbaanontwikkeling tot gezondheidsprogramma's. Jij kiest wat past bij jouw levensfase.

Waarom gebruikmaken van het Levensfaseplan?

- Meer energie en werkplezier
- Minder stress, meer balans
- Duurzaam inzetbaar blijven

Wij lopen voorop

Rivas is een van de eerste werkgevers die een uitgebreid Levensfaseplan aanbiedt aan alle collega's. Dat is bijzonder en iets om trots op te zijn! Dit plan is er niet alleen voor jou, maar ook mét jou. We blijven het ontwikkelen op basis van jouw behoeften en ervaringen.

Succesverhalen

Opleidingsmogelijkheden en aanmoediging maakt switch in carrière mogelijk

'Mijn carrière bij Rivas begon in de zorg, waar ik als verzorgende IG en later als (transfer) verpleegkundige werkte. Omdat ik graag wilde blijven groeien, kreeg ik via Rivas de kans om verschillende opleidingen te volgen en mijn loopbaan een nieuwe richting te geven. Met ondersteuning van mijn leidinggevende en een jobcoach ontdekte ik mijn interesse in administratieve functies en kon ik de overstap maken naar Zorgcontrol. Dankzij de opleidingsmogelijkheden binnen Rivas en aanmoediging van mijn leidinggevende, ben ik inmiddels doorgeschoold naar mijn huidige functie als adviseur Zorgcontrol expertisecentrum, waar ik met veel plezier nieuwe uitdagingen aanga en blijf leren.'

- Wendy de Vries

Mantelzorg en de ruimte die ik nodig had

'Vanaf oktober 2023 stond mijn leven in het teken van mantelzorg. Eerst voor mijn moeder en daarna voor mijn vader. Mijn leidinggevende gaf mij de ruimte en dacht actief mee over verlofmogelijkheden, terwijl collega's me ondersteunden en informeerden over de regelingen.

Hierdoor kon ik zonder schuldgevoel de juiste keuzes maken en voelde ik wederzijdse trots en respect binnen het team. Bij Rivas is er in elke levensfase ruimte om werk en privé in balans te brengen. En dat heb ik als ontzettend waardevol ervaren.'

- Diana van Straten

De stabiele collega

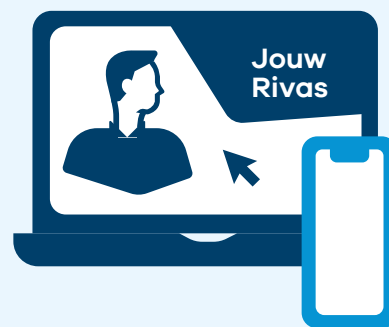


Hoe werkt het?

Het Levensfaseplan wordt ondersteund door posters voor verschillende levensfasen. Hiermee kan je met je leidinggevende een goed gesprek voeren over jouw wensen. Deze posters en alles wat je moet weten vind je op **PLEK**.

Scan de QR-code en ontdek hoe het Levensfaseplan jou kan ondersteunen. Bespreek het ook met je leidinggevende. Wij denken graag met je mee.

Met welke systemen werken we?



Rivas heeft verschillende systemen om zaken te regelen. Hieronder vind je een aantal veelgebruikte systemen. Op de computer hebben alle systemen een eigen tegel. Klik hiervoor op het startmenu, het Windows-teken linksonder op je computerscherm.

Mijn AFAS

In Mijn AFAS kan je je loonstroken inzien, je persoonlijke gegevens bijhouden, iets declareren of arbeidsvoorwaarden uitruilen (MKA). Met de AFAS-pocketapp heb je deze diensten altijd bij de hand. Het profiel van AFAS is gekoppeld aan je profiel van Plek. Heb je vragen over het gebruik van Mijn AFAS? Neem dan contact op met Personeelsservices.

**Bel 0183 64 39 99 (optie 2, daarna optie 4)
of mail naar p&o@rivas.nl.**

TOPdesk

Jouw ICT- en facilitaire meldingen maak je zelf in het TOPdesk portaal. Denk aan het reserveren van een ruimte, het aanvragen van een transport, een vraag over je iPhone, het melden van een incident rondom HiX of een melding over schoonmaak.

Rivas Documenten

Procedures, protocollen en werkvoorschriften leggen we vast in Rivas Documenten. Hier vind je bijvoorbeeld alle protocollen van de verpleegtechnische handelingen. En wat je moet doen bij brand.

Mijn Planning

In Mijn Planning (ook wel Ortec genoemd) vind je jouw persoonlijke werkrooster. Je kan hier ook je gewerkte uren registreren, verlof aanvragen en je saldo vakantie-uren bekijken. De inloggegevens voor Mijn Planning zijn hetzelfde als de inloggegevens van je Rivas-account. Voor vragen over je planning kan je terecht bij de planner van jouw afdeling.

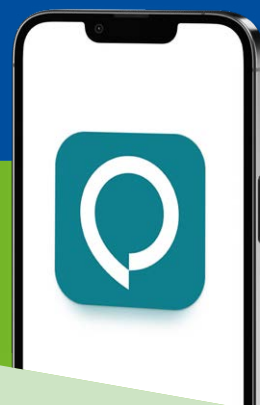
Rivas Academie

Rivas Academie is de online leeromgeving. Hier vind je onder andere jouw kwaliteitspaspoort. Dit is een overzicht van alle certificaten die voor jou verplicht zijn, op basis van je functie. Naast de verplichte scholingen kan je scholingen op het gebied van persoonlijke ontwikkeling volgen.

Op pagina 20 van dit magazine lees je hier meer over.

Brandportal

Dit is een webwinkel waarin onze communicatiemiddelen staan. Hier kan je bijvoorbeeld visitekaartjes en posters aanpassen, downloaden en (laten) afdrukken. In ieder team, op iedere afdeling en op iedere locatie zijn collega's die toegang hebben tot deze Brandportal.



Plek

Plek is ons belangrijkste interne communicatiekanaal. Met nieuws over de organisatie en jouw divisie of afdeling, telefoonnummers van je collega's, handleidingen en een agenda. Op pagina 51 van dit magazine lees je hoe je jouw profiel aanmaakt en op de hoogte blijft van alle ontwikkelingen.

Op pagina 53 van dit magazine lees je hoe je jouw profiel aanmaakt en op de hoogte blijft van alle ontwikkelingen.

Ilja van Driest

MRI-laborant

Bijna 25 jaar geleden zette Ilja van Driest haar eerste stappen op de afdeling radiologie van Rivas. Wat begon als vakantiewerk, groeide uit tot een lange en boeiende carrière. Van leerling tot gespecialiseerd MRI-laborant: Ilja maakte de technologische ontwikkelingen in de radiologie van dichtbij mee. In dit interview vertelt ze over haar passie voor het vak en de verbondenheid met Rivas, die een grote rol speelt in haar leven.

Waarom heb je ervoor gekozen om je te specialiseren in MRI?

‘Na de opleiding tot algemeen radiodiagnostisch laborant kan je je in diverse specialisaties verder verdiepen en mij sprak de MRI het meeste aan. Binnen de afdeling radiologie zijn er veel verschillende onderzoeken, zoals CT, echo, angiografie/interventies en mammografie. Je kunt niet alles beheersen, dus de meeste laboranten kiezen een of twee specialisaties. In 2005 rondde ik de specialisatie tot MRI-laborant af. De opleiding duurde een jaar en bestond uit een combinatie van school en praktijkervaring in het ziekenhuis.’

‘Onbewust is Rivas altijd aanwezig in mijn leven, zowel professioneel als privé’

Wat maakt werken bij Rivas zo interessant?

‘Radiologie is een dynamisch vak met veel technische ontwikkelingen en specialisatiemogelijkheden en contact met allerlei afdelingen. We komen overal: op de spoedeisende hulp, IC, OK, pijnpoli, verpleegafdelingen en hartbewaking. Dat maakt het werk afwisselend en uitdagend. Ook is er een goede samenwerking tussen radiodiagnostisch laboranten, administratief medewerkers en radiologen. We werken dus echt als team.’

Hoe heeft de technologie binnen de radiologie zich ontwikkeld sinds jij begon?

‘Toen ik begon, werkten we nog met een daglichtsysteem: röntgenfilms gingen met cassette in een ontwikkelapparaat en na 2 minuten kwam de

ontwikkelde röntgenfoto eruit en was de cassette opnieuw gevuld. Later kwamen fosforplaten en werd het proces al deels digitaal, maar tegenwoordig is alles volledig digitaal. Beelden verschijnen direct op het scherm, wat de snelheid en nauwkeurigheid enorm heeft verbeterd.’

Welke momenten in je carrière zijn je het meest bijgebleven?

‘Sommige bijzondere momenten vergeet je nooit. Bijvoorbeeld patiënten die in een spoedsituatie binnenkomen en die je later weer ziet omdat ze het hebben gered. Ook de verbondenheid met Rivas en de regio betekent veel voor mij. Mijn kinderen zijn hier geboren, familieleden zijn hier behandeld en overleden. Zelfs mijn oma van 100 krijgt zorg van Rivas. Onbewust is Rivas altijd aanwezig in mijn leven, zowel professioneel als privé.’



Hier doen we het voor!

Complimenten. Of je ze nu geeft of krijgt. Ze doen je gewoon goed. Graag delen we hier een aantal complimenten van onze cliënten.



‘Jullie zorgen zo goed voor mij, dus ik doe graag iets voor jullie!’ Dit was het antwoord van een cliënt toen we vroegen of we haar mochten filmen om een kijkje te geven hoe het is om in Waerthove te revalideren.

Het is mooi om te zien dat jullie als multidisciplinair team met elkaar de zorg inrichten, waarbij jullie oog hebben voor patiënten. Wij zijn jullie erg dankbaar voor de geboden zorg rondom het revalideren...niets dan lof.

Veiligheid, volhouden, vooruitkijken. Deze woorden vergeet ik nooit meer! Van het begin tot het eind ging het daarom. Lieve mensen van Revalidatie & Herstel, hartelijk dank voor alles van de laatste maanden. Er was een hand, een arm, een schouder om op te leunen. Zonder vragen waren jullie er en je voelde op het juiste moment de nodige steun. Nu moet ik het weer zelf doen. Met alles dat ik van jullie heb gekregen om mee te werken, moet dat lukken. Ik wens jullie veel succes en sterkte in jullie mooie werk.’



Een mooie verrassing voor de medewerkers van Revalidatie & Herstel Waerthove van een cliënt die met ontslag ging: een cadeaumand met ontspanningsproducten.

Lieve allemaal,
Exact een jaar geleden kregen wij onze dochter Lisa. In Gorinchem waren wij nog nooit geweest maar alles in Amersfoort was vol. Na 5 bijzondere dagen mochten we weer naar Amersfoort. Nu is ze alweer een jaar. Ik denk regelmatig terug aan de fijne tijd die wij gehad hebben. Zo liefdevol en behulpzaam is al het personeel. Het knuffeltje wat gehaakt was door een vrijwilliger vindt Lisa heel mooi. Ze speelt er dagelijks mee. Jullie hebben een diepe indruk op mij gemaakt en daardoor ben ik zelf ook een betere verpleegkundige geworden. Heel erg bedankt voor alle goede zorgen! Liefs, Remco Amanda en Lisa Wijntjes





De tijd vliegt...komende zaterdag mag ik na bijna 10 weken in de hospice definitief naar huis. Wie had dat gedacht! Mede dankzij jullie goede zorgen en ondersteuning ben ik zover gekomen. Ook de contacten met mijn familie zijn fijn verlopen. Hartelijk dank!

Mevrouw Sprong-Westerhout

Ik heb op 3 Noord gelegen, op kamer 338. Ik ben geweldig in de watten gelegd door alle personeel, inclusief de catering. Hartelijk dank voor alle goede verzorging. Als cijfer krijgen jullie een 10+!

Ilona de Jong

Vanochtend geweest voor een MRI. Wat een fijne verpleegkundigen. Ze verdienen een dikke 10.

Bedankt voor de liefdevolle zorgen voor onze moeder. Jullie hebben het van ons overgenomen toen wij het niet meer konden. Ook zij was blij en dankbaar.

Ik wil alle dames van Thuiszorg Gorinchem heel erg dankzeggen voor al hun goede zorgen. En laat ik ook de dames van de planning niet vergeten. Alle inzet van de zijde van Rivas en de vriendelijkheid waarmee dat gepaard ging, hebben een wezenlijke bijdrage geleverd aan mijn herstel. Nogmaals mijn dank!

Lieve allemaal,
Dankbaar voor wat jullie hebben gegeven.
Dankbaar voor wat jullie hebben gedaan.
Dankbaar voor wat jullie zijn als hulpverlener.
Altijd klaar met lieve woorden of een luisterend oor.
Soms kwam er zelfs een zoen voor Moeders tussendoor.
Gehuild hebben we, gelachen hebben we, verdrietig zijn we geweest.
Daarom voor jullie allen...Een diepe buiging en een welgemeend...
DANK!!!!



'Mocht je in de buurt van Gorinchem wonen en binnenkort een bevalling tegemoetzien, ga naar het Beatrixziekenhuis. Vijfsterren de luxe. Geweldig ziekenhuis.' Radio 538-DJ Frank Dane is na de geboorte van zijn zoontje in het Beatrixziekenhuis groot fan. Op deze foto opent hij het Geboorte- en kindcentrum.

Tevreden VVT-cliënten



'Ik mag met alles meedenken en vooral zelf uitvoeren wat ik zelf nog kan'

'Er wordt goed ingespeeld op bijzonderheden, echt maatwerk!'

'De videoconsulten vind ik heel prettig en passen goed bij wat ik nodig heb'

'Hoe druk iedereen ook is, er is altijd persoonlijke aandacht voor mij'

'De medewerker zijn flexibel en denken echt mee'

-organisatie fluisteraar in actie-

Op zoek naar de ziel van Rivas



Sabine Uitslag

Oprichter en lid van de theatergroep de Waardenladers

Mijn naam is Sabine Uitslag en ik ben oprichter en lid van de theatergroep de Waardenladers. De zorg heb ik van binnen en buiten meegemaakt: als verpleegkundige, als manager, als HR-adviseur, als Tweede Kamerlid, als directeur en bestuurder van een landelijke vereniging. Maar hoe je het ook wendt of keert, één ding blijft hetzelfde: de zorg verandert continu en toekomstbestendigheid is een uitdaging die steeds groter wordt. Wat is er nodig om als organisatie op de juiste manier te transformeren, terwijl alles om je heen in beweging is? En hoe behoud je als medewerker in deze transformatie met grote personeelstekorten en torenhoge verwachtingen de liefde voor het vak?

Nu ben ik niet van de dikke rapporten. O, ik kan ze schrijven hoor, maar ik heb ze ook vaak genoeg in stoffige lades zien verdwijnen. Dus in plaats van meters papier te produceren, besloot ik het anders te doen.

'Anders kijken, anders denken, anders doen'

Want als je blijft denken zoals je altijd deed, blijf je doen wat je altijd deed – en krijg je wat je altijd kreeg. En dat is nou net niet de bedoeling. Dus maak ik nu op maat theatershows die de beweging een

zetje in de juiste richting geeft. Omdat in het theater dat 'anders kijken' nét iets eenvoudiger gaat dan op de werkvloer of in de bestuurskamer. En dat deed ik ook voor jullie!

Om het juiste verhaal voor Rivas op het toneel te kunnen zetten, wilde ik Rivas doorgronden, de sfeer proeven en de cultuur meemaken. Dus ging op pad op zoek naar mensen met een verhaal.

Koud en guur, maar een warm welkom

Daarom toog ik op een gure ochtend richting Vianen, waar ik een dag meeliep met wijkverpleegkundige Bertine. Het was donker en koud toen ik bij een flatgebouw aankwam. Terwijl ik mijn sjaal wat strakker trok, zag ik Bertine al staan. Klaar voor de dag, een warme glimlach op haar gezicht. We stapten samen een appartement binnen en wat me meteen opviel? De goede hulpmiddelen en de ruimte om echt in gesprek te gaan met cliënten. Toen ik haar vroeg wat Rivas, Rivas maakt – ik ben immers op zoek naar de cultuur van deze organisatie – hoefde ze niet lang na te denken. "We gaan fijn met elkaar om. Het team is deskundig en hartelijk en je voelt je hier binnen Rivas gezien en gewaardeerd."

Bertine is onderdeel van een vakgroep die structureel kennis en expertise deelt. "Er is ruimte om je te ontwikkelen, en omdat Rivas de hele keten in huis heeft, kunnen cliënten makkelijk doorstromen en medewerkers doorgroeien."

Gas erop met Maria

's Middags stapte ik bij Maria in de auto. Zij is ook verpleegkundige en terwijl we door het landschap crossten, vertelde ze met aanstekelijk enthousiasme over haar werk. De vreugde en passie spatten ervan af. Wat een vakmensen bij Rivas! Onderweg deden we meerdere cliënten aan, en ondertussen bespraken we het belang van een goed team. Want werken in de wijk is prachtig, maar het kan ook pittig zijn. En dan is het goud waard om een warm team achter je te hebben. Mensen met wie je niet alleen je expertise deelt, maar ook je successen én je frustraties. Een veilige basis waar je altijd op kunt terugvallen.

Thuisgevoel in de Laakse Hof

Later die dag bezocht ik de Laakse Hof, waar ik met een kop koffie in gesprek ging met verschillende collega's. Wat me meteen opviel? De enorme betrokkenheid van de medewerkers en de goede sfeer. Rivas staat voor een andere manier van zorgen, waarbij het



zoveel mogelijk om een thuisgevoel draait. En dat zit 'm soms in kleine dingen: een spreij op bed, een kopje koffie geschonken door de familie. En dat laatste is trouwens nog best even wennen. Want familie die helpt, is prachtig, maar het kan soms ook averechts werken. Meer mensen over de vloer betekent ook meer onrust, zeker voor de andere bewoners. Het levert niet altijd meer tijd op. Toch staat in de Laakse Hof één vraag centraal bij nieuwe opnames: Wat mogen we niet van u afnemen?

Dat raakt me. Want zorg is niet alleen iets wat je geeft, het is ook iets wat je soms juist niet moet overnemen. Eén team, één taak – en als het nodig is, springt iedereen bij. Als de crisis hoog is, staat iedereen klaar. Van de zorgverleners tot de directeur, van facilitair tot ondersteunend personeel. Menselijkheid gaat voor alles. En dat zag ik terug in de hele organisatie.

Wat Rivas ook is? Gehoord voelen. Als je iets aangeeft, dan wordt er ook écht iets mee gedaan.

Collegialiteit is vanzelfsprekend. Iedereen zegt gewoon 'hallo' tegen elkaar – en dat is hier de normaalste zaak van de wereld. En dat is echt niet overal zo kan ik uit ervaring zeggen.

Dit alles heb ik geprobeerd samen te voegen in het theaterstuk Samen maken wij Rivas. Ik hoop dat je genoten hebt en je geïnspireerd voelt om samen de toekomst in te gaan!





Werk en privé in balans

Werken in de zorg is mooi, maar ook pittig. Je helpt mensen, je maakt verschil, en geen dag is hetzelfde. Maar het is ook een sector met hoge werkdruk, onregelmatige werktijden en veel verantwoordelijkheden. Hierdoor kan het lastig zijn om een goede balans te vinden tussen werk en privé.

Wat is werk-privébalans?

Werk-privébalans betekent dat je voldoende tijd en energie hebt voor zowel je werk als je privéleven. Dit betekent niet dat je elke dag precies evenveel tijd aan beide besteedt. De balans verandert steeds, afhankelijk van wat er op dat moment speelt. Soms vraagt je werk meer aandacht, bijvoorbeeld bij personeelstekort of drukke diensten. Op andere momenten is je privéleven belangrijker, bijvoorbeeld als je ziek bent of als er iets speelt in je familie.

Het is dus normaal dat je nooit 100% in balans bent. Het gaat erom dat je op de lange termijn een evenwicht vindt dat goed voor jou voelt en waarbij je niet uitgeput raakt.

Voel je dat je balans onder druk staat? Probeer dan je balans terug te vinden met 10 tips van Ilona Grandia, Adviseur Veilig en Gezond Werken bij Rivas.

Wil jij meer rust en energie in je leven? Deze 10 tips helpen je op weg!

1. Plan ook vrije tijd in

Je werkrooster staat vast, maar plan jij je vrije tijd ook in? Zet in je agenda wanneer je iets leuks doet, zoals een wandeling, een serie kijken of een uitje met vrienden. Zo voorkom je dat je vrije uren zomaar voorbijgaan.

2. Niet alles hoeft perfect

Zorgverleners willen vaak alles goed doen, voor iedereen. Maar je kunt niet overal tegelijk zijn. Accepteer dat je niet alles kunt oplossen en wees tevreden met wat je wél doet.

3. Durf 'nee' te zeggen

Extra diensten draaien? Natuurlijk help je graag, maar niet als het ten koste gaat van jezelf. Zeg gerust 'nee' als je voelt dat het te veel wordt. Goed voor jezelf zorgen is ook professioneel!

4. Neem tijd voor jezelf

Een momentje rust is geen luxe, maar noodzaak. Doe elke dag iets waar jij van ontspant, zoals lezen, een warm bad nemen of lekker muziek luisteren.

5. Praat over stress

Voel je je overbelast? Praat erover met je collega's of leidinggevende. Vaak zijn er oplossingen, maar dan moet je het wel aangeven.

6. Slaap is ontzettend belangrijk

Vroege diensten, nachtdiensten... het kan je ritme in de war gooien. Toch is slaap superbelangrijk. Probeer vaste slaapuren aan te houden en zorg voor een rustige slaapkamer zonder afleiding.

7. Eet goed en blijf in beweging

Gezond eten en bewegen geven je meer energie. Ook als je moe bent, helpt het om even een frisse neus te halen of een gezonde snack te kiezen in plaats van suikers.

8. Koester je sociale leven

Tijd met familie en vrienden geeft ontspanning en plezier. Plan bewust momenten in om samen te zijn en laad jezelf op met gezelligheid.

9. Zet je werk uit als je thuis bent

Laat werk op werk. Zet meldingen uit, check je mail niet in je vrije tijd en focus op je eigen ontspanning. Zo geef je je brein écht rust.

10. Wees lief voor jezelf

Soms loopt het anders dan gepland. Dat is oké. Je doet je best, en dat is genoeg. Gun jezelf rust en wees trots op wat je doet!



Voorzitter van de VVAR: meer dan ik had verwacht!



Willemijn Fraanje
Voorzitter VVAR

Een paar jaren geleden nam ik de rol van voorzitter van de Verpleegkundige en Verzorgende Adviesraad (VVAR) op me. Ik wist dat het een uitdagende en waardevolle ervaring zou worden. Maar het heeft mijn dromen overtroffen. Ik had nooit gedacht dat we al zouden staan waar we nu staan. Ik neem jullie graag mee in wat we allemaal doen.

De VVAR is een groep toegewijde verpleegkundigen, verzorgenden en verpleegkundig specialisten uit de hele organisatie. We zetten ons in om de stem van verpleegkundigen en verzorgenden te laten horen.

We zitten regelmatig met de Raad van Bestuur om tafel. Maar ook met de directeuren van de verschillende divisies. Hier vertellen we wat ons als verpleegkundigen en verzorgenden bezighoudt. En waar we tegenaan lopen op de werkvloer. Daarnaast zijn we vast onderdeel van de Rivas beleidsdagen. Hierdoor hebben we een stem in de vorming van het beleid.

Om dit goed te kunnen doen, hebben we elk jaar een training. We denken dan na over waar wij zelf voor staan en waar wij voor

willen gaan. De onderlinge band als VVAR is hierdoor sterker geworden. En we weten elkaars kwaliteiten te waarderen. Dit stelt ons in staat om open en eerlijk te communiceren. Dit is heel belangrijk voor het succes van de VVAR. We werken samen vanuit verschillende achtergronden en ervaringen. Maar wij hebben samen één doel: Je vak verstaan én staan voor je vak!

Een van de hoogtepunten is het organiseren van ons jaarlijks symposium. Het is geweldig om zoveel gepassioneerde verpleegkundigen en verzorgenden samen te zien komen. We delen kennis en leren van elkaar. Ook ben ik trots op de adviezen die we hebben beschreven om de werkomstandigheden en de professionele ontwikkeling van onze beroepsgroep te verbeteren.

Voor nieuwe medewerkers die nog niet bekend zijn met de VVAR: we zijn er dus voor jullie! Via ons kun je meepraten over belangrijke ontwikkelingen binnen de organisatie. Ook proberen wij een brug te slaan tussen de werkvloer en het beleid. Of je nu vragen hebt, ideeën wilt inbrengen of zelf wilt bijdragen, je bent van harte welkom. Jouw stem doet ertoe!

De toekomst van de zorg en ons vak is best spannend. Zeggenschap van verpleegkundigen en verzorgenden is daarin van groot belang.

‘Samen staan we voor ons prachtige vak’

Daarom denk ik dat de VVAR in de toekomst nog meer invloed zal krijgen. Het is belangrijk dat we ons blijven inzetten voor een sterke positie van verpleegkundigen en verzorgenden. Dat kan met een sterke VVAR. Maar mijn wens is dat iedere verpleegkundige en verzorgende zelf zeggenschap weet te pakken. En dat we zo samen zullen staan voor ons prachtige vak.

Patrick Verbeek

Senior Systeembeheerder
bij Rivas Zorggroep

Patrick Verbeek begon 30 jaar geleden in het Beatrixziekenhuis. Na zijn eerste paar weken stond hij er helemaal alleen voor. Zijn eerste opdracht? Inventariseren waar alle computers stonden en wat erop draaide. Een bijzondere start, maar wel één die ervoor zorgde dat hij snel iedereen leerde kennen en direct midden in de organisatie zat. In de afgelopen 30 jaar is er veel veranderd. In dit interview deelt Patrick zijn ervaringen en de technologische ontwikkelingen binnen Rivas.

Wat is de grootste verandering die je hebt meegemaakt in die 30 jaar?

‘De overgang van stand-alone computers naar netwerken en nu naar de cloud. We zijn volop bezig met de overstap naar Microsoft 365, wat een enorme verbetering is voor samenwerking en efficiëntie.’

Wat maakt het voor jou zo bijzonder om bij Rivas te werken?

‘De mentaliteit van de mensen hier. Iedereen helpt elkaar, zelfs buiten werktijd. Na 17.00 uur is er wachtdienst. Als er ‘s nachts een storing is waar ik niet alles van weet, kan ik altijd mijn collega’s bellen. En zij helpen me dan, zonder twijfel. Dat zie je niet overal. Daarnaast geeft het oplossen van technische problemen enorm veel voldoening. Vooral als je samen een grote storing oplost, krijg je dat ‘yes’-moment. Dat blijft mooi!’

Heb je bijzondere momenten meegemaakt in de zorg?

‘Zeker. Ik kom op allerlei afdelingen als er computerproblemen zijn. Eén moment dat me altijd is bijgebleven, was op de afdeling fysiotherapie. Daar zag ik een meisje zonder benen met zoveel plezier op een skateboard door de gang rollen. Dat beeld raakte me. Het herinnert me eraan waarom we dit werk doen: om mensen te helpen.’

‘Als er ‘s nachts een storing is waar ik niet alles van weet, kan ik altijd mijn collega’s bellen’

Waar ben je trots op?

‘De technologische vooruitgang en de impact daarvan. We zijn van eenvoudige computers naar werken in de cloud gegaan, en de ontwikkelingen gaan razendsnel. Dat motiveert me enorm. Ook het oplossen van storingen die de zorg direct beïnvloeden, blijft bijzonder. Geen dag is hetzelfde, en dat maakt mijn werk dynamisch en interessant. De komende jaren zullen we nog veel meer overstappen naar de cloud. Microsoft 365 speelt daarin een grote rol, en ik ben echt enthousiast over de mogelijkheden die het biedt om efficiënter samen te werken.’

Cliëntenraad vertegenwoordiging belangen bewoners, cliënten en patiënten



Giel Janssens

voorzitter Centrale Cliëntenraad

Samen met leden van de Cliëntenraden van de VVT en het Beatrixziekenhuis mag ik, als onafhankelijk voorzitter van de Centrale Cliëntenraad, opkomen voor de belangen van de patiënten, bewoners en cliënten van Rivas.

In deze veranderende tijden waarin de zorg zit, verdient ook het cliëntenbelang de volledige aandacht. Het is fijn om dit mogelijk te maken. En onderdeel te zijn van een enthousiaste en mooie groep mensen die zich op vrijwillige basis hiervoor inzetten.

De Cliëntenraden hebben regelmatig overleg met de raad van bestuur en de directie van Rivas. In het overleg bespreken we onderwerpen die van belang zijn voor de bewoners, cliënten en patiënten.

De belangrijkste taak van de Cliëntenraad is om advies te geven. En mee te praten over dingen die te maken hebben met de zorg en het welzijn van de bewoners, cliënten en patiënten. Vaak heeft de Cliëntenraad ook een instemmingsrecht over onderwerpen.

Wij controleren en informeren. Daarnaast ligt er de laatste jaren veel meer nadruk op het samenwerken en partner zijn van elkaar. De raad van bestuur en de directie vragen ons bijvoorbeeld steeds vaker om aan de voorkant mee te denken bij veranderingen.

‘Samen willen we het beste voor onze bewoners, cliënten en patiënten’

We zitten in klankbord- en werkgroepen. Je kunt hierbij denken aan veranderingen die te maken hebben met voeding, ontspanning, nieuwbouw, kwaliteit, veiligheid of hygiëne. Maar het kan ook gaan over een mogelijke fusie of samenwerking met een andere organisatie.

Wij vinden dit een goede ontwikkeling. Want je invloed is zo groter en invloedrijker dan alleen voorgenomen besluiten goed of af te keuren.

Kortom, de Cliëntenraad speelt een belangrijke rol in het waarborgen van de kwaliteit van zorg binnen Rivas. We bieden bewoners, cliënten en patiënten een belangrijke mogelijkheid om invloed te hebben op de manier waarop Rivas de zorg vormgeeft.

Samen willen we het beste voor onze bewoners, cliënten en patiënten.

Ben jij al op Plek te vinden?

Plek is ons belangrijkste communicatiekanaal. Met nieuws over de organisatie en jouw divisie of afdeling, telefoonnummers van je collega's, handleidingen en een agenda.

STAP 1

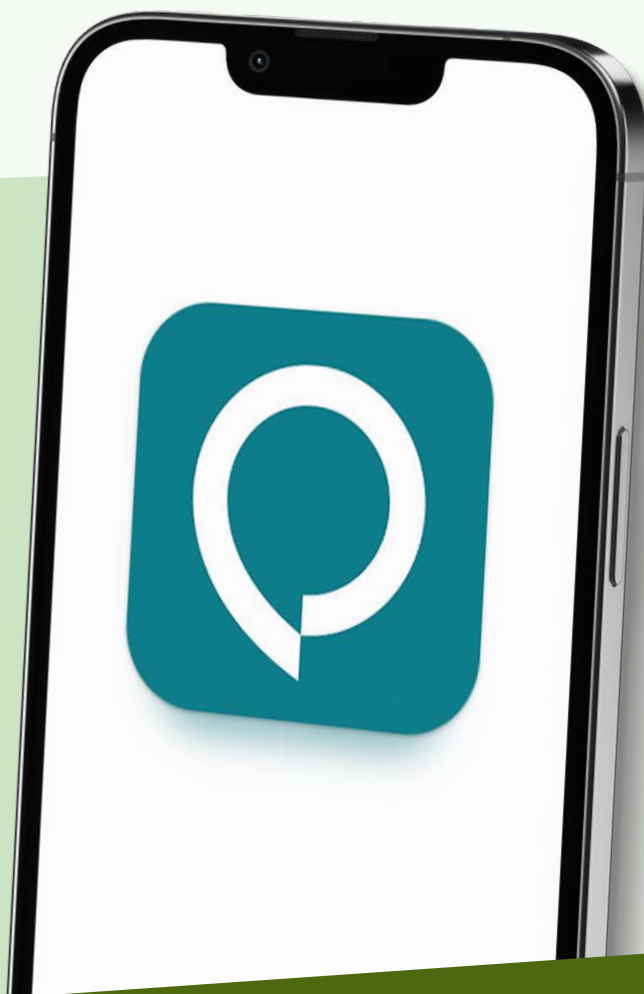
Vul jouw profiel aan met een mooie portretfoto en (via AFAS) je werktelefoonnummer.

STAP 2

Hou het nieuws op Rivas Nieuws en jouw divisie/afdelingspagina in de gaten.

STAP 3

Ga via Plek snel naar Rivas Documenten, Mijn Planning, Topdesk, Mijn AFAS of de Rivas Academie.



En heb jij de Plek app al?

In dit magazine verwijzen we met een QR-code een aantal keer naar de informatie op Plek.

Download de app via de App Store of Google Play Store.
www.rivas.nl/plekapp



Jouw netwerk is belangrijk

Verdien **250,-** met de aanbrengbonus

Jij kent jouw familie, vrienden, medestudenten of oud-collega's beter dan wij. Daardoor weet jij ook goed of een baan bij Rivas bij iemand past. We belonen en stimuleren je om nieuwe collega's aan te dragen vanuit jouw netwerk.

Bij aanname ontvang je **€ 250,- netto** bovenop je salaris. En je helpt er je collega's mee hun vacatureruimte op te vullen.



Spelregels

Aan de 'Aanbrengbonus' zijn spelregels verbonden. Scan de QR-code voor de actuele spelregels.

De jubileumeditie van dit Rivas magazine, met handige tips en mooie verhalen van collega's, kun je bewaren. Je kunt hem ook weggeven. Aan iemand die ook in de zorg werkt. Of aan iemand die je een baan bij Rivas gunt.

Wil je het magazine toch wegdoen, dan graag in de papierbak. Het papier van dit magazine is recyclebaar.

Rivas
Zorggroep