

JAARIMPRESSIONE 2021

Net dat beetje extra aandacht



Inhoudsopgave

03	Voorwoord
04	Projecten
05	Zingend herstellen van COVID
06	Thuis voelen tijdens stervensfase
08	Beweegborden brengen patiënt in beweging
12	Kinderen in actie voor CWZ-medewerkers
14	Een frisse wind: drie nieuwe bestuursleden
16	De grote Vrienden koffieactie
17	Vrienden van CWZ in cijfers



Arjan van Nistelrooij

Voorzitter Vrienden van CWZ

2021. Een jaar waarin weer iets meer kon en mocht. Een jaar waarin we prachtige initiatieven omarmden, verrast werden door een groep leerlingen, maar ook een jaar vol nieuwe energie, ideeën en ambities. Een jaar dat voor mij begon met een uitnodiging om toe te mogen treden tot het bestuur van stichting Vrienden van CWZ. Dit zorgde er uiteindelijk voor dat ik Turgay Tankir mocht opvolgen als voorzitter. Een voor mij - als Nijmeegse jongen geboren in CWZ - eervolle opdracht en mooie uitdaging die ik met veel genoeg en energie heb aangenomen.

We startten het jaar met het opstellen van een nieuw plan voor de komende 5 jaar, met als doel de stichting zichtbaarder te maken. Deze naamsbekendheid moet uiteindelijk leiden tot het realiseren van nog meer mooie projecten met als uitgangspunt het welzijn van CWZ-patiënten. In lijn met de visie van het ziekenhuis 'Samen op weg naar 2025', focussen we ons als stichting op projecten rondom welzijn, die bijdragen aan vitaliteit en bewegen. Preventie en een gezonde levensstijl zijn hierin waardevolle pijlers voor onze patiënten. Als stichting willen we meer activiteiten realiseren voor deze twee pijlers. Daarnaast blijven we uiteraard ook onze andere (kleinere) initiatieven steunen zoals je van ons gewend bent. De projecten die we in 2021 hebben gerealiseerd, lees je in deze jaarimpressie.

Denk aan projecten zoals Vlinder en de beweegborden. Twee wat mij betreft perfecte voorbeelden met net dat beetje extra aandacht voor de patiënt en naasten.

In 2022 bestaat stichting Vrienden van CWZ 35 jaar. Reden genoeg om groot uit te pakken! Het bestuur zit vol energie om nog veel meer impactvolle projecten te realiseren. Daarnaast houden we ons ook bezig om meer donateurs aan ons te binden en meer donaties te ontvangen waarmee we nog meer voor de patiënten kunnen doen. Om bedrijven en donateurs te stimuleren de stichting te steunen, wordt er in 2022 onder andere een golftoernooi georganiseerd.

Verder wil ik nog even van dit moment gebruik maken om mijn waardering uit te spreken richting de zorg. Wat zijn jullie kanjers! Bedankt dat jullie voor ons hebben gestreden (en dit nog doen) in de periode dat het virus ons land binnenkwam.

Via deze weg wil ik iedereen bedanken die ons heeft gesteund in 2021. Veel leesplezier en bekijk hoe we als stichting in 2021 voor net dat beetje extra aandacht hebben gezorgd. Want dat is waar we het allemaal voor doen.

Beweeg voor herstel



Draag stevige
schoenen



Draag
comfortabele kleding



Gebruik uw rollator
of ander hulpmiddel



Draag uw bril en/of
gehoorapparaat

Zo beweegt u het beste in uw situatie:

Beste bezoeker,
loopt u ook
een stukje met
de patiënt?



Patiënt samen
met één begeleider



Rollator

3x

30
minuten

Legamaster



PROJECTEN

en acties

Zingend herstellen van COVID-19

Naar schatting zijn er duizenden Nederlanders die lang na hun COVID-19 besmetting nog klachten hebben, zoals vermoeidheid, kortademigheid, concentratieproblemen, depressieve gevoelens, hoofdpijn en spierzwakte. Uit onderzoek is gebleken dat zingen mensen met zogenoemde Long COVID kan helpen bij het herstel. Daarom is a capella ensemble Wishful Singing samen met o.a. CWZ in 2021 het online programma 'Zing je sterk' gestart voor herstellende COVID-19-patiënten.

Het programma 'Zing je sterk' helpt COVID-19-patiënten met langdurige klachten bij hun herstel door middel van adem- en zangoefeningen. Plezier in het zingen, herstel van het vertrouwen in eigen lichaam en de ontmoeting met andere deelnemers staan centraal in dit unieke programma. Een deelnemer van het programma vertelt, 'De tranen liepen me over de wangen. En wat deden we? Een paar ademhalingsoefeningen! Maar je bent met mensen die herkennen wat je doormaakt. Ik voel me gesterkt.'

'De tranen liepen me over de wangen. En wat deden we? Een paar ademhalingsoefeningen!'

Effectiviteit van het zingen

150 enthousiaste deelnemers begonnen op dinsdag 8 juni 2021 aan het programma, waaronder een groep patiënten van CWZ. CWZ trapt daarmee het programma af als eerste ziekenhuis in Nederland, waarbij deelnemers worden gemonitord in de CWZ Thuis – na corona app van CWZ. Het monitoren is een belangrijk onderdeel van het onderzoek, begeleid door CWZ-longarts Anneke van Veen, naar de effectiviteit van deze vorm van ademhalingstherapie bij Long COVID-patiënten.



© Allard Willemse

Deelnemers van 'Zing je sterk' volgen wekelijks een online groepssessie, gevolgd door vier oefendagen. In deze oefendagen worden ademhalings- en zangoefeningen zelfstandig uitgevoerd met behulp van videomateriaal.

Groot succes in Engeland

Het programma 'Zing je sterk' is geïnspireerd op ENO Breathe, een succesvol programma van de English National Opera in samenwerking met medisch specialisten, dat door middel van ademhalings- en zangoefeningen het herstel van COVID-19 bevordert. Inmiddels volgen al duizenden mensen het online traject in Groot-Brittannië.

Wishful Singing

Wishful Singing bestaat uit vijf enthousiaste en internationale zangeressen met een conservatorium achtergrond die méér willen dan alleen muziek maken. Ze geven stem en betekenis aan wat hen beweegt en inspireert. Hun muziek is een combinatie van a capella zang, een overtuigend verhaal én een theatrale uitvoering. De coronamaatregelen zorgden in 2020 voor online successen en leidden uiteindelijk tot het initiatief om 'Zing je Sterk' op te zetten. Het is een uniek initiatief van Wishful Singing. Het project wordt onder andere ondersteund door longarts Anneke van Veen van CWZ en mede mogelijk gemaakt door de stichting Vrienden van CWZ.



Thuis kunnen voelen in CWZ tijdens de stervensfase

Regelmatig komt het voor dat mensen die niet lang meer te leven hebben, komen te overlijden in het ziekenhuis. Voor de een is dit wenselijk, maar voor de meesten is dit niet hoe ze hun laatste dagen voor ogen hadden. Zij zijn in deze fase het liefst in een vertrouwde omgeving, dicht bij hun dierbaren. Helaas is dit niet altijd een optie. CWZ vindt het daarom extra belangrijk dat patiënten en naasten zich wel thuis kunnen voelen. Sinds mei 2021 is het mogelijk om gebruik te maken van Vlinder. Met Vlinder is het mogelijk om een ziekenhuiskamer comfortabeler en huiselijker te maken, zowel voor de patiënt als naasten.



Sfeer, rust en comfort

‘Eigenlijk is Vlinder een soort verplaatsbaar hospice. Een middel dat bestaat uit verschillende onderdelen waarmee we de ruimte meer als ‘thuis’ kunnen laten voelen. Een gevoel dat bestaat uit warmte, vertrouwdheid en de aanwezigheid van naasten’, vertelt één van de initiatiefnemers Lisa Franken, senior verpleegkundige in CWZ. Samen met verpleegkundigen Helga Aalders (palliatief en ondersteunend team) en Jemaine Knol (Acute Opname Afdeling) is zij op het idee van Vlinder gekomen. Helga vult aan, ‘Patiënten die in het ziekenhuis overlijden verdienen extra aandacht en goede zorg. Rust, comfort en een warme sfeer zijn hierin belangrijk. We wilden daarnaast ook meer doen voor de naasten. Het waken in een stervensfase is namelijk een behoorlijk intensieve en emotionele periode, maar ontzettend belangrijk. Met Vlinder hopen we ook hen steun te kunnen bieden.’

De kracht van Vlinder

Vlinder richt zich niet alleen op de sfeer, maar ook op het maken van mooie herinneringen, het bieden van troost en comfort en afleiding tijdens het waken. Jemaine schetst een beeld van wat Vlinder is, ‘De naam Vlinder hebben we natuurlijk niet voor niets gekozen. Een vlinder verplaatst zich makkelijk en staat bekend als het symbool voor transformatie. Deze kenmerken zien we ook terug in het project Vlinder. Vlinder is namelijk een eenvoudig te verplaatsen kar met daarop verschillende onderdelen om een standaard kamer in korte tijd aangenamer te maken en op te frissen.

Denk aan een comfortabele stoel, elektrische kaarsen, kleurrijke lampen, een bluetooth box, massage olie en een gedichten- en herinneringsboek. Dit laatste helpt vooral om mooie momenten te creëren voor de familie. Vlinder is gemakkelijk te verplaatsen van kamer naar kamer, waardoor een standaard kamer in een korte tijd met weinig inspanning huiselijk gemaakt kan worden.’

Inzet Vlinder

Vlinder is er voor patiënten die terminaal ziek zijn en op korte termijn in het ziekenhuis komen te overlijden. Familieleden kunnen bij de afdeling aangeven dat ze gebruik willen maken van Vlinder. De afdeling zorgt er vervolgens voor dat Vlinder bij beschikbaarheid naar de familieleden wordt gebracht. ‘Het mooie aan dit project vind ik ook dat het hele ziekenhuis een steentje bijdraagt. We doen dit namelijk samen. Alleen zo kunnen we de juiste zorg op dat moment bieden’, vertelt Helga.

Mini Vlinder

Voor patiënten die in isolatie liggen en komen te overlijden is er Mini Vlinder. Dit is een kleine versie van Vlinder met onderdelen die na gebruik niet meer worden ingezet of die de familieleden mee naar huis kunnen nemen.

Vlinder wordt inmiddels gebruikt door uiteenlopende afdelingen. Het palliatief team ontvangt regelmatig complimenten van zowel collega's als dierbaren van patiënten. Het project is met steun van Vrienden van CWZ gerealiseerd.



‘Beweegborden’ brengen patiënt in beweging op de afdeling neurologie

Wanneer patiënten langdurig zijn opgenomen in het ziekenhuis bewegen zij vaak weinig. Want ziek zijn, is op bed liggen, denkt men vaak. Maar juist als je ziek bent, is blijven bewegen erg belangrijk. Door te bewegen tijdens ziekenhuisopname voorkomt de patiënt complicaties en wordt de kans op een beter herstel vergroot. Om deze reden introduceerden neurologie-verpleegkundigen Marjon Migchielsen, Annemieke Roelofs en Tessa Janssen in samenwerking met stichting Vrienden van CWZ ‘beweegborden’ op de afdeling.

Wat is een beweegbord?

Een beweegbord is een middel om de patiënt zoveel mogelijk te stimuleren tot beweging binnen de mogelijkheden die er zijn in een ziekenhuis. Met behulp van pictogrammen wordt op het bord aangegeven wat de patiënt zelf kan doen aan beweging en waar ondersteuning bij nodig is. De pictogrammen geven bijvoorbeeld aan of de patiënt uit bed kan, hoeveel minuten per dag de patiënt mag bewegen en welke hulpmiddelen hierbij nodig zijn. Zo zijn bewegingen speciaal op de patiënt afgestemd en kan dit veilig gebeuren. ‘We zien vaak dat de familie vragen heeft: *‘mag moeders een stukje lopen?’* of *‘hoe komt vader uit bed?’*. De beweegborden bieden dus niet alleen duidelijkheid aan de patiënt en verpleging, maar ook aan familie en naasten’, legt Annemieke uit.

Beweegborden ondersteunen bij herstel en structuur

Weinig bewegen tijdens een ziekenhuisopname kan nadelige gevolgen hebben, zoals achteruitgang van de mobiliteit, verminderde conditie, afname van spierkracht, meer kans op complicaties en een langere opnameduur. Dit maakt bewegen dus erg belangrijk, maar de beweegborden zijn niet alleen hiervoor van belang. ‘Eigenlijk gaan de beweegborden om meer dan alleen bewegen. De borden zijn een middel om zo normaal mogelijk door een ziekenhuisopname te komen, met een ritme dat lijkt op dat van thuis. De borden bieden dus een stukje structuur’, vertelt Tessa. Op de beweegborden staan tips zoals het dragen van stevige schoenen, het gebruik maken van een rollator of ander hulpmiddel, maar ook het dragen van een bril en of gehoorapparaat. Dit alles maakt de thuiskomst na opname dus gemakkelijker.

Een ziekenhuiscultuur van bewegen

De aanvraag van de beweegborden sluit goed aan bij het aandachtsveld van zeventigplussers, waar Marjon, Annemieke en Tessa zich voor inzetten. Vooral ouderen gaan snel achteruit als ze veel op bed liggen. Zij hebben minder reserves, legt Marjon uit. De initiatiefneemsters willen de ziekenhuiscultuur van ziek zijn en op bed liggen veranderen naar ziek zijn en bewegen. ‘De cultuur in het ziekenhuis is dat mensen veel op bed liggen. Terwijl bewegen juist zorgt voor een kortere opname en beter herstel’, vertelt Marjon. De drie neurologieverpleegkundigen zijn het erover eens dat eigenlijk alle afdelingen in CWZ wel een beweegbord kunnen gebruiken. Deze cultuurverandering past bij de missie van Vrienden van CWZ om patiënten in beweging te brengen. Mentaal, zodat ze weer vertrouwen krijgen en de regie kunnen pakken in hun leven. Maar ook fysiek, zodat ze een actieve bijdrage kunnen leveren aan herstel, behoud van conditie of minder snelle achteruitgang. Joost Engel, bestuurslid van Vrienden van CWZ, vult aan: ‘We vinden het als stichting belangrijk om dit project te steunen, omdat vitaliteit en bewegen hoog op onze agenda staat. Hiermee willen we net iets extra’s betekenen in het welzijn van de patiënt. De beweegborden zijn een prachtig initiatief van de verpleegkundigen om nog iets meer te kunnen betekenen voor patiënten en familieleden.’ De beweegborden zijn dan ook een mooi middel om hieraan bij te dragen.



‘De borden zijn een middel om zo normaal mogelijk door een ziekenhuisopname te komen, met een ritme dat lijkt op dat van thuis.’

- Tessa Janssen, neurologieverpleegkundige



Lever je plastic flesje in
en steun automatisch
Vrienden van CWZ.

Zo kunnen we nóg meer
voorzieningen, geschenken
en activiteiten realiseren
voor patiënten.

*Lever jij ook
je flesjes voor ons in?
Dankjewel!*

Locatie inzamelpunt: binnentuin CWZ

Yes, weer een fles.

CWZ is sinds 2021 een vrijwillig innamepunt voor kleine plastic flesjes. Help jij ons met inzamelen? Met het inleveren van de plastic flesjes draag je niet alleen bij aan het milieu, maar help je ook stichting Vrienden van CWZ om nóg meer voorzieningen, geschenken en activiteiten te realiseren voor patiënten. Een win-win situatie dus!

Tussen de 600 en 1000 flessen

Dagelijks ziet Twan Joosten, adviseur duurzaamheid, flessen in de prullenbak verdwijnen: 'In coronatijd verkoopt het restaurant tussen de 600 en 1000 flessen frisdrank per week aan patiënten en medewerkers, en dit is slechts een derde van wat er normaal verkocht wordt'. Ook Wesley Rabelink, hoofd horeca, herkent deze situatie: 'De plastic flessen belanden in de algemene prullenbakken en dus op de grote hoop'. Sinds 1 juli wordt statiegeld op kleine plastic flesjes geheven. Een belangrijke stap om deze grondstoffen steeds beter te gebruiken.

Verduurzamen van de zorg

Ilona Tijssen, adviseur milieu en duurzaamheid, vertelt dat deze weggegooides flessen voorheen samen met het restafval bij afvalverwerker Renewi eindigden in de verbrandingsoven: 'Door de flessen gescheiden in te zamelen, kunnen deze voor 80-90% gebruikt worden als grondstof voor nieuwe producten.

Op die manier krijgen lege flessen een tweede leven'. Twan geeft aan dat daarnaast het gebruik van gerecyclede materialen de CO₂- en watervoetafdruk van nieuwe producten verlaagd. Hij juicht dit initiatief dan ook toe: 'Het inleveren van de flessen bij het innamepunt is een laagdrempelige manier om zelf een steentje bij te dragen aan het verduurzamen van ons ziekenhuis'.

Donatie aan Vrienden van CWZ

De bijdrage die voortkomt uit de ingezamelde flesjes wordt gedoneerd aan Vrienden van CWZ. Met deze donatie ontstaan nieuwe mogelijkheden om de patiënt net dat beetje extra aandacht te bieden en een prettige omgeving te creëren. Joost Engel, bestuurslid van Vrienden van CWZ, vertelt dat hij afgelopen maanden dagelijks een flesje heeft verzameld en zo leverde hij nu al een vijftigtal flesjes in. Onder het motto 'alle kleintjes helpen Vrienden van CWZ'. Ook ziet hij het innamepunt als een manier om een bijdrage te leveren aan een stukje duurzaamheid binnen CWZ.

Jij helpt toch ook mee?

Lever je plastic flesjes in bij een van de twee grote inzamelingsflessen in de binnentuin. Het statiegeld van €0,15 per fles wordt automatisch overgemaakt naar de stichting.





**Leerlingen van de
St. Nicolaas Jenaplanbasisschool
sponsoren picknicktafel voor medewerkers**

Wat hebben zes kinderen van St.Nicolaas Jenaplanbasisschool op het Jonkerbosch terrein te maken met de nieuwe picknicktafel op het personeelterras van CWZ? Eirik, Hanne, Julie, Juliëtte, Sarah en Angelina vonden dat alle medewerkers van het ziekenhuis bij de eerste coronagolf nog veel applaus kregen van alle mensen, maar bij de tweede coronagolf veel minder. Dus bedachten de zes leerlingen zelf een plan om hun burens nogmaals in het zonnetje te zetten.

Samen aan het werk

De jonge initiatiefnemers staken de hoofden bij elkaar en bedachten meerdere activiteiten om geld in te zamelen. Zo renden ze samen 100 rondjes om het schoolplein en brachten zelfgemaakte kerstkaarten rond in de wijk. Vervolgens schreven ze een brief aan de stichting Vrienden van CWZ, waarin ze vertelden dat het geld bestemd is voor de medewerkers van CWZ. De enige voorwaarden? Dat er geen televisie van gekocht mocht worden, 'omdat je dan wel televisiekijker van beroep zou zijn geworden in plaats van zieke mensen helpen'. Samen wisten ze een bedrag van 300,06 euro in te zamelen. Een bedrag dat ze in het voorjaar hebben overhandigd aan het bestuur van Vrienden van CWZ. Het bestuur beloofde hierbij dat de donatie ook daadwerkelijk bij de medewerkers terecht zou komen.

100 rondjes om het schoolplein, zelfgemaakte kerstkaarten en een heitje voor karweitje om geld in te zamelen.

Een picknicktafel voor onze medewerkers

Uiteindelijk is er van de donatie een picknicktafel aangeschaft, zodat medewerkers een extra mogelijkheid hebben om in de buitenlucht hun pauze door te brengen. Deze picknicktafel is door de medewerkers van activiteiten-centrum Suz&So gemaakt. Suz&So is een maatschappelijke onderneming waar mensen werken met een afstand tot de arbeidsmarkt. Het laatste beetje geld wat we tekort kwamen, wilde Suz&So graag zelf bijleggen. Een mooi gebaar.



De feestelijke onthulling

Op donderdag 23 september 2021 was het dan eindelijk zover. Dé onthulling van de picknicktafel. Eirik, Hanne, Julie, Juliëtte en Angelina kwamen samen met vaders, moeder en oma naar het personeelterras van CWZ om de nieuwe picknicktafel te bewonderen. Ook Patrick van Ruijven van Suz&So en Pleun Houwen en Arjan van Nistelrooij van het bestuur van Vrienden van CWZ waren hierbij aanwezig. Arjan hield nog een mooi dankwoord richting de kinderen met als afsluiter: 'Een geweldige actie, jullie zijn niet alleen burens maar ook echte Vrienden!'. Vervolgens kregen de kinderen een luid applaus en werd er geproost met ranja. Om het feestelijk te maken vierden de aanwezigen de onthulling onder het genot van iets lekkers, dankzij de goede zorgen van Paul Swarts, eerste medewerker horeca van CWZ. Daarna was er voor de leerlingen tijd om te spelen in de beweegtuin.

Dank aan onze helden

De namen van de zes helden van St. Nicolaas Jenaplanbasisschool en Suz&So staan op de picknicktafel, zodat iedereen kan zien wat voor moois ze hebben gedaan voor CWZ. Het bestuur van de stichting Vrienden van CWZ wil Eirik, Hanne, Julie, Juliëtte, Sarah, Angelina en Suz&So bedanken voor hun geweldige inzet en inspanning. Wij weten zeker dat de medewerkers van CWZ ontzettend blij zijn met deze mooie aanwinst voor het personeelterras!

Drie nieuwe bestuursleden

Vrienden van CWZ zou niet hetzelfde zijn zonder het bestuur van de stichting. Ieder bestuurslid brengt zijn eigen kennis, netwerk en ervaring mee. In 2021 hebben we 3 nieuwe bestuursleden mogen verwelkomen. Met deze nieuwe krachten voor de stichting kan Vrienden van CWZ nog meer mooie projecten realiseren voor de patiënten. Arjan van Nistelrooij, Pleun Houwen en Gert-Jan Willems stellen zich graag aan jullie voor!



Arjan van Nistelrooij
Ervaren apotheker

'Samenwerken in en rondom de zorg heeft in mijn persoonlijke en bestuurlijke leven altijd centraal gestaan. Verbinden is nog steeds het beste medicijn naar verbetering en doelmatigheid. In mijn vrije tijd tref je mij het vaakst aan op de fiets of op de golfbaan en elke week speel ik op de tenorsaxofoon tijdens de repetities van ons bandje 'Soulution'. En vader zijn van vijf kinderen en inmiddels drie kleinkinderen is de mooiste hobby.'

Toen er werd gevraagd of ik interesse had om toe te treden tot het bestuur, vond ik dit een eer. Het bleek al snel dat er volop leven in de stichting zit. Vrienden van CWZ heeft als opdracht om het welbevinden van de patiënten een maximale kans te geven tijdens het verblijf in het ziekenhuis. Een bijdrage leveren aan de 'zachte kant' van het verblijf of de nazorg inspireert mij. Ik hoop mijn creativiteit en verbindendheid als toegevoegde waarde in te kunnen zetten voor de stichting, met als doel dat patiënten naast een goede behandeling, ook een goede herinnering hebben aan de patiëntbeleving.'



Pleun Houwen
Diëtist in hart en nieren

'Mijn persoonlijke motto? Alles uit het leven halen en genieten! Je vindt me regelmatig in gezellige restaurants, bij vrienden met een borrel of gewoon thuis op de bank bij mijn gezin. Ik ben een fanatieke sporter, met een voorliefde voor tennis. Al jaren ben ik werkzaam als diëtist in een gezondheidscentrum.'

Toen ik gevraagd werd om aan te sluiten bij het bestuur hoefde ik hier niet lang over na te denken. Een stichting die zoveel moois en goeds doet voor een hele grote groep patiënten van CWZ, daar wil ik met trots onderdeel van zijn. Het is voor de patiënten belangrijk dat het verblijf aangenaam en dragelijk is. En dat is precies waar ik mij hard voor wil maken. Er staat natuurlijk een topteam aan artsen, verpleegkundigen en medewerkers klaar om patiënten de juiste zorg te bieden, maar Vrienden van CWZ kan daar nog net dat beetje extra verlichting tijdens het verblijf aan toevoegen. Ik hoop met mijn creatieve brein een toegevoegde waarde te zijn voor de stichting.'



Gert-Jan Willems
Spin in het bedrijfsleven

'Mijn motto: Als je het een ander gunt, komt het vanzelf naar jou toe. Dit is dan ook iets waar ik me graag aan vasthoud. Ik ben graag met mensen. Nieuwe mensen ontmoeten, samenwerken en samen aan iets moois bouwen is iets waar ik energie van krijg. Je vindt me thuis regelmatig in de keuken. Dan sta ik met passie te koken of schenk ik een goed glas wijn in. Ik ben ook graag actief bezig. Van wandelen, fietsen en tennissen tot aan een bijzondere reis maken met mijn gezin. Allemaal activiteiten waar ik met volle teugen van geniet.'

Netwerken, mensen in contact brengen en bijdragen aan een groter maatschappelijk doel is iets waar ik een voldaan gevoel van krijg. De stichting Vrienden van CWZ draagt bij aan een kwalitatief beter verblijf voor de patiënt. Een prachtig initiatief waar ik graag ook aan bijdraag. Ik ga voor het samen doen. Gewoon doen, ervoor gaan en in harmonie samen werken, dan kun je écht iets betekenen.'

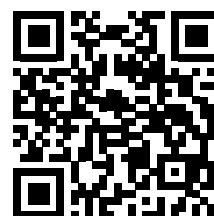
WIJ HEBBEN JOUW HULP NODIG.

Vrienden van CWZ zorgt voor net dat beetje extra aandacht dat juist zo belangrijk is als patiënten verblijven in CWZ. We realiseren voorzieningen, activiteiten en geschenken om het voor patiënten en hun dierbaren zo aangenaam mogelijk te maken.

Wij gaan verder daar waar de reguliere zorg stopt. We zetten ons in voor een comfortabele omgeving, extra beweging én afleiding wat helpt bij het herstel om sneller naar huis te mogen, maar ook om bij te komen en te verwerken wat patiënten meemaken.

Steun ons en help het verschil te maken!

Zonder jouw hulp, lukt het ons niet.



Doneer direct via de QR-code

Je bepaalt zelf hoeveel je doneert!
Stichting Vrienden van CWZ is je dankbaar.



De grote Vrienden koffieactie

Elk jaar is er een kerstactie voor medewerkers van CWZ om geld in te zamelen voor onze stichting. Inmiddels is het een traditie geworden en ook dit jaar hebben we weer een mooie actie mogen organiseren. In 2021 kon iedereen - niet alleen medewerkers van CWZ - deelnemen aan de actie.

Koffie van Blommers

In 2021 kon iedereen een smakvolle zak koffiebonen of gemalen koffie kopen van koffie-branderij Blommers. Per verkochte zak ging er bij bezorgen €3,50 naar de stichting en bij afhalen zelfs €9! Daarnaast zat er een mooie winactie aan verbonden. Wanneer je een zak koffiebonen kocht, maakte je als koper kans op een luxe espressomachine.

Opbrengst van de actie

Uiteindelijk zijn er 56 zakken besteld waarmee er bijna €300 is opgehaald voor Vrienden van CWZ. Daarnaast hebben wij iemand blij mogen maken met een luxe espressomachine.

Namens Vrienden van CWZ willen wij iedereen bedanken voor de steun. Ook bedanken wij koffie-branderij Blommers voor het mogelijk maken van deze kerstactie. Met de opbrengst kunnen we zorgen voor net dat beetje extra voor patiënten en hun dierbaren.

Vrienden van CWZ

in 2021 in cijfers



€ 300,06

opgehaald door de leerlingen
van St. Nicolaas Jenaplanbasisschool



€ 16.041,95

gedoneerd door
Stichting AED4ALL



€ 7.000,00

gedoneerd door
Padifood



313

vaste donateurs
van de stichting



56 kilo koffie

verkocht tijdens de
grote Vrienden koffieactie



€ 295,56

opgehaald met
de jaarlijkse kerstactie



€ 1.521,00

opgehaald met de
kerstactie van 2020



Jaarrekening

bekijk de volledige
jaarrekening van 2021

Onze bedrijfsvrienden, sponsors en partners in 2021

Mede dankzij deze samenwerkingen konden
we zorgen voor net dat beetje extra aandacht.



Blijf op de hoogte van het laatste nieuws via onze nieuwsbrief



Ontvang 2 keer per jaar de nieuwsbrief.



Altijd op de hoogte van wat we realiseren.



Lees in de nieuwsbrief wat voor impact het heeft op patiënten, dierbaren en medewerkers.



De nieuwsbrief is gratis en afmelden is op elk moment mogelijk.



Direct aanmelden voor de nieuwsbrief?
Scan de QR-code.

Augustus 2021



Thuis voelen in CWZ tijdens de sterv

Regelmatig komt het voor dat mensen die niet lang meer te leven h overlijden in het ziekenhuis. Voor de een is dit wenselijk, maar voor niet hoe ze hun laatste dagen voor ogen hadden. Zij zijn in deze fas vertrouwde omgeving, dicht bij zijn of haar dierbaren. Helaas is dit n CWZ vindt het daarom extra belangrijk dat patiënten en naasten zich voelen.

Dit jaar heeft CWZ en Vrienden van CWZ daarom Vlinder gelancee het mogelijk om een ziekenhuiskamer comfortabeler en huiselijker t voor de patiënt als naasten. Van kleurrijke lampen en een fijne grote herinneringsboek en massage olie.

[Lees meer over Vlinder >](#)



Leerlingen zamelen geld in voor Vrienden van CWZ

Zes enthousiaste leerlingen van St. Nicolaas Jenaplanbasisschool starten zelf een actie om geld in te zamelen voor Vrienden van CWZ. Ze renden samen 100 rondjes om het schoolplein om zoveel mogelijk geld in te zamelen. Benieuwd naar het bedrag dat ze hebben opgehaald?

[Lees het bericht >](#)



Zingend herstellen van COVID-19

Vrienden van CWZ steunt het programma 'Zing je sterk' waarin COVID-19 patiënten met langdurige klachten zes weken ademhalings-therapie volgen door middel van zang. Tijdens dit programma monitort CWZ haar deelnemende patiënten voor onderzoek naar het herstel.

[Lees meer over 'Zing je sterk' >](#)



Terugblik op 2020: net dat beetje extra aandacht

2020 was een ongekend jaar. Waar we normaal het liefst zo dicht mogelijk bij de patiënt en haar naasten staan om onze 'warmte' over te brengen, moesten we nu fysieke afstand houden. Iets wat niet helemaal bij ons als stichting past. Ondanks alles hebben we toch veel moois gerealiseerd. Blik met ons terug op het bewogen jaar.

[Bekijk de jaarimpressie >](#)



Maak kennis met drie nieuwe bestuursleden

Sinds het begin van 2021 is Vrienden van CWZ drie bestuursleden rijker. Pleun, Arjan en Gert-Jan kijken ernaar uit om met hun kennis, ervaring en netwerk in de regio een steentje bij te dragen aan de doelen. Leer onze (nieuwe) bestuursleden kennen en lees wat hun rol gaat worden binnen de stichting.

[Lees meer over wie ze zijn >](#)

BEDANKT NAMENS HET BESTUUR

Het bestuur van de stichting Vrienden van CWZ bedankt iedereen die ons een warm hart toedraagt. Onze trouwe donateurs die ons steunen, onze partners die altijd bereid zijn om mee te werken en natuurlijk onze CWZ-medewerkers die hun handen uit de mouwen steken om het waar te maken. Zonder jullie was het voor ons niet mogelijk om extra aandacht te geven aan de patiënt en hun dierbaren. Dank daarvoor.

*Arjan van Nistelrooij
Ale Houtsma
Pleun Houwen
Gert-Jan Willems
Elianne Snoeren
Joost Engel
Andreas Voss
René Leeuwenburgh*

Stichting Vrienden van CWZ
Postbus 9015- 6500 GS Nijmegen
vrienden@cwz.nl - 024 365 83 00

NL 82 FVLB 069 996 1017