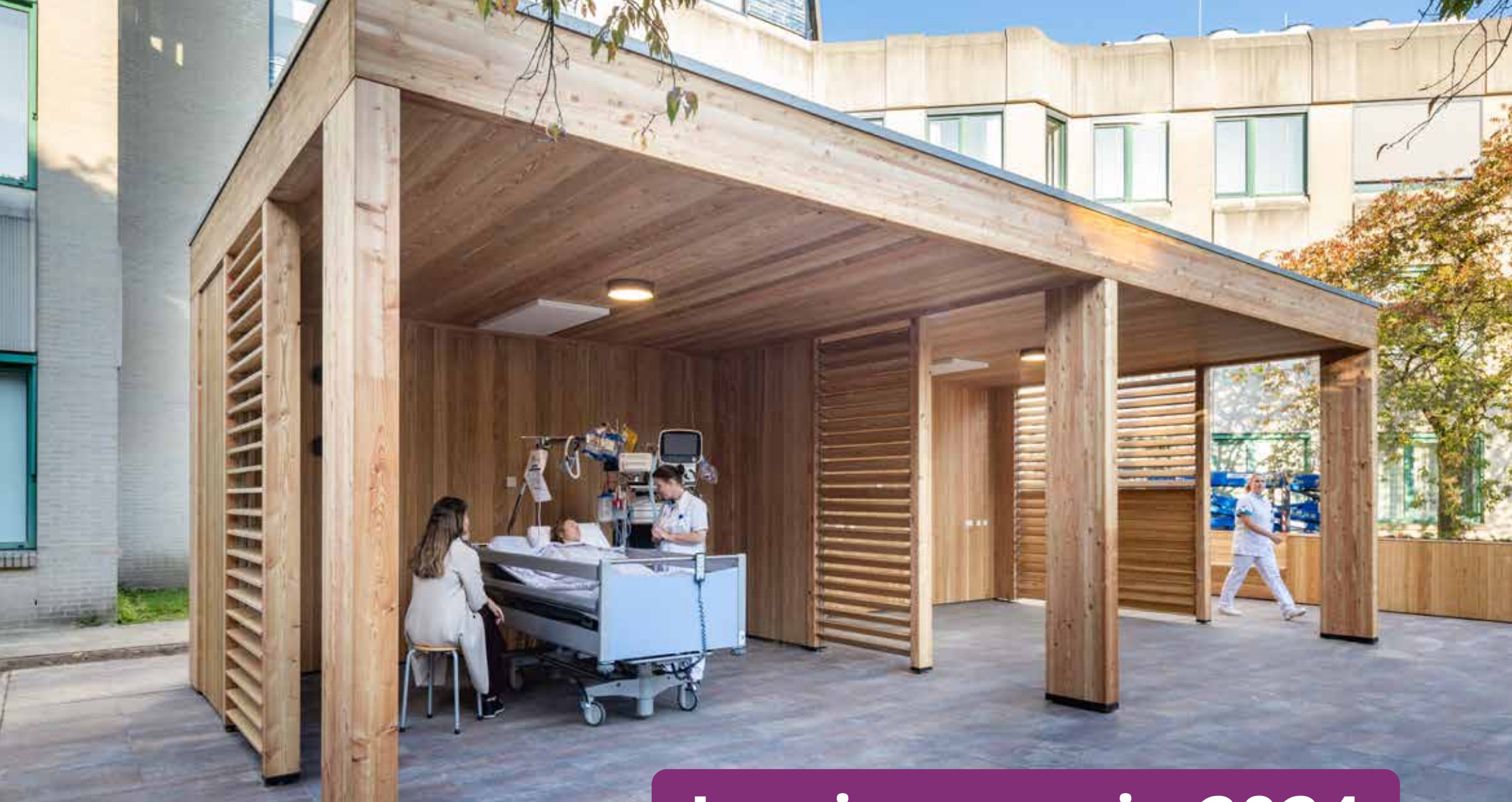




Jaarimpressie 2024

Net dat beetje extra aandacht

4 Voorwoord

5 Projecten

- 5 Fitnessen met prachtig uitzicht
- 6 BeterBuiten feestelijk geopend
- 8 Kleine gebaren maken een wereld van verschil
- 9 Fietslabyrint brengt beweging en herinneringen
- 10 Workshop Look Good, Feel Better geeft vrouwen met kanker hun zelfvertrouwen terug
- 12 Een aangename sfeer en omgeving

13 Lever je plastic flesjes in

14 Dankbare woorden

15 We hebben jouw hulp nodig!

16 Vrienden van CWZ golftoernooi was een groot succes

18 Vrienden van CWZ in cijfers

19 Volg ons op social media en blijf op de hoogte

Voor u ligt de jaarimpressie over 2024 van Stichting Vrienden van CWZ.

Het jaar waarin ons grootste project BeterBuiten in augustus bouwkundig van start ging en op 14 november werd geopend door burgemeester Hubert Bruls. Een erg feestelijk moment waarvoor ik alle betrokkenen die dit hebben gerealiseerd nogmaals heel hartelijk wil bedanken. Zowel de medewerkers van CWZ die hun schouders eronder zetten, als de organisaties en bedrijven die hielpen met financiële ondersteuning. Met name wil ik hier noemen: Stichting Volksbelang van 1895, de sponsors die zorgden voor de opbrengst tijdens het Vrienden van CWZ golftoernooi en Stichting Openbaar Carnaval in Nijmegen, die de opbrengst van de collecte van hun carnavalsmis aan dit project schonken.

Natuurlijk zijn we ook in 2024 weer benaderd door diverse verpleegafdelingen van CWZ om een aantal wensen te vervullen die het verblijf en welbevinden van onze patiënten veraangenamen. Tot deze projecten behoren onder andere:

- Opknapbeurt van de wachtruimte op de dialyseafdeling.
- Donatie van opnametasjes gevuld met primaire behoeften voor patiënten van de acute opname afdeling.
- Realisatie fietslabyrint op de afdeling neurologie zodat patiënten virtueel kunnen fietsen door elke gewenste omgeving.
- Realisatie fotowand in de verkoeverkamer voor kinderen na een operatie.

We zijn blij dat Stichting Vrienden van CWZ meer bekendheid krijgt op diverse afdelingen en we veel kunnen doen met aanvragen die het verblijf in CWZ zo aangenaam mogelijk maken.

In dit jaar was er tegelijkertijd een afname van de ondersteuningsmogelijkheden voor de stichting vanuit de beschikbare middelen van het ziekenhuis. Hierdoor wordt er meer inzet verlangd vanuit het bestuur van Vrienden van CWZ en van beschikbare en gemotiveerde vrijwilligers. Gelukkig krijgt dit in 2025 meer en meer vorm en hebben we eind 2024 ondersteuning gekregen van Nienke Huitsing.

In deze jaarimpressie geven we je graag een mooi beeld van de projecten die we in 2024 extra aandacht gaven. Want dat is immers waar we het allemaal voor doen: net dat beetje extra aandacht voor de patiënten, naasten en medewerkers van CWZ. Met elkaar en voor elkaar.

*Arjan van Nistelrooij,
voorzitter Vrienden van CWZ*



Fitnessen met prachtig uitzicht

Dagelijks maken veel patiënten gebruik van de fitnesszaal op de afdeling ergotherapie-logopedie-fysiotherapie. Begin 2024 kreeg de fitnesszaal al een welkome upgrade met nieuwe apparatuur ter vervanging van de 20 jaar oude toestellen. Maar er ontbrak nog iets: een frisse en inspirerende muurdecoratie. Dankzij de hulp van Stichting Vrienden van CWZ schittert er nu een foto van Nijmegen op de muur, die meteen sfeer toevoegt.

Een wens in vervulling

De fitnesszaal wordt elke dag intensief gebruikt voor de revalidatie en behandeling van verschillende groepen patiënten, zoals hartrevalidatie, neurorevalidatie, psychiatrische zorg en patiënten met aanhoudende lichamelijke klachten (ALK). Voor veel patiënten zijn de fitnessactiviteiten niet alleen een fysieke behandeling, maar ook een moment van sociale interactie. De wens van het team is dan ook om de fitnesszaal te laten aansluiten bij de behoeften van de patiënten: een frisse omgeving die inspireert, motiveert en uitnodigt tot gesprek.

Nieuwe foto, nieuwe energie

Samen met collega's van de afdeling bouw en huisvesting én de gebruikers van de fitnesszaal is gezocht naar een passend fotobehang. De keuze viel uiteindelijk op een sfeervolle foto van Nijmegen. De nieuwe wanddecoratie wordt al meteen opgemerkt. Patiënten reageren enthousiast en voelen zich nog meer welkom in de vernieuwde fitnesszaal. Eén patiënt grapte: 'Eigenlijk had ik liever een foto van NEC gezien, maar deze is ook heel mooi!'



BeterBuiten feestelijk geopend

Op donderdag 14 november opende Burgemeester Bruls officieel het nieuwe duurzame buitencomplex BeterBuiten. Dit is een plek bij CWZ midden in het groen, in de frisse buitenlucht en tussen de fluitende vogels waar patiënten alleen of samen met hun naasten even kunnen ontspannen. BeterBuiten is een initiatief van de medewerkers van de intensive care (IC) en is mogelijk gemaakt door Stichting Vrienden van CWZ en Stichting Volksbelang van 1895.



Mogelijk gemaakt door sponsors

Dankzij donaties en bijdragen van sponsors kon Vrienden van CWZ samen met Stichting Volksbelang van 1895 BeterBuiten realiseren. In de afgelopen jaren gingen Vrienden van CWZ en de initiatiefnemers aan de slag met diverse activiteiten om via sponsorwerving het geld voor BeterBuiten bij elkaar te krijgen. Arjan van Nistelrooij, voorzitter Vrienden van CWZ: 'De door Stichting Vrienden van CWZ verzamelde middelen hebben als doel het welzijn en welbevinden van de CWZ-patiënt te vergroten. Op dit project zijn we supertrots.'

Daarnaast is BeterBuiten mede mogelijk gemaakt door een mooie bijdrage van Stichting Volksbelang van 1895. Tom Haartsen, bestuurslid van de stichting: 'Er was geen enkele twijfel, zo'n mooi initiatief moesten we ondersteunen.'

Healing environment

BeterBuiten is er voor iedere patiënt, ook als deze nog niet fit genoeg is om uit bed te gaan. Een plek waar ze even niet aan hun ziekte hoeven te denken en zich weer even mens kunnen voelen. Met BeterBuiten streeft CWZ naar een zogenaamde 'healing environment', een omgeving die bijdraagt aan behandeling, herstel en welzijn. De natuur heeft namelijk een positief effect op de gezondheid.



'We merken op basis van eerdere ervaringen dat patiënten en hun naasten het fijn vinden om even naar buiten te kunnen en dit als zeer prettig ervaren' vertelt Annemieke Idsinga, één van de initiatiefnemers. Malaike Fuchs, intensivist in CWZ, vult aan: 'Door naar buiten te gaan voelt een patiënt zich weer mens en onderdeel van de wereld. Dat is een ontzettend belangrijke ervaring, die ook nog eens heel positief kan bijdragen aan het herstel.'

We willen iedereen die de afgelopen jaren heeft bijgedragen aan de realisatie van BeterBuiten hartelijk bedanken!



Kleine gebaren maken een wereld van verschil

Binnen de ziekenhuismuren kan je in aanraking komen met situaties waar je buiten het ziekenhuis vaak niet bij stilstaat. In zulke kwetsbare en onverwachte momenten kan een klein gebaar een wereld van verschil maken voor een patiënt. Vanuit deze gedachte heeft Stichting Vrienden van CWZ in 2024 twee hartverwarmende initiatieven mogelijk gemaakt.

Een tas vol liefde op de AOA

Soms hebben patiënten die opgenomen worden op onze acute opname afdeling (AOA) om verschillende redenen geen spullen bij zich. Wij vinden het belangrijk dat patiënten respectvol worden behandeld en toegang hebben tot basisbenodigdheden zoals een shirt, een tandenborstel en soortgelijke items. Daarom hebben medewerkers van de AOA, met de hulp van Vrienden van CWZ, de liefdevolle tas samengesteld. Deze bedrukte tas bevat een shirt, een tandenborstel, tandpasta, een kam en zeep. De tas wordt door AOA-verpleegkundigen met liefde gegeven aan patiënten die dit nodig hebben. Een prachtig initiatief waarmee we samen de patiënt welkom laten voelen in ons ziekenhuis.



CWZ kleurt weer paars voor de allerkleinsten

Ruim 7% van de baby's in Nederland wordt te vroeg geboren. Dat zijn jaarlijks meer dan 11.000 baby's. Wat betekent dat duizenden gezinnen per jaar abrupt worden geconfronteerd met een achtbaan en er gemiddeld in elke kleuterklas een te vroeg geboren kind zit. Ondanks dat is de wereld van de allerkleinsten voor velen nog onbekend. CWZ staat daarom graag stil bij de Wereld Prematuren Dag, een dag waarop aandacht wordt gevraagd voor de uitdagingen en gevolgen van te vroeg geboren baby's en hun families. In het teken hiervan kleuren gebouwen wereldwijd paars, de mengkleur van de babykleuren blauw en roze. Vrienden van CWZ heeft er dan ook weer voor gezorgd dat de gehele week voorafgaand aan de Wereld Prematuren Dag het CWZ-gebouw prachtig paars kleurde.



Fietslabyrint brengt beweging en herinneringen

Beweging is goed voor het neurologisch herstel. Daarbij is taak specifiek trainen van groot belang, echter is dat in een ziekenhuisomgeving soms best moeilijk. Een virtuele fiets is hiervoor de perfecte oplossing. Dankzij Stichting Vrienden van CWZ kan het fietslabyrint op het breinplein van de afdeling neurologie nu volop gebruikt worden.

De wens

De afdeling neurologie van CWZ heeft een uniek breinplein: een multifunctionele woonkamer, waarin patiënten kunnen oefenen, ontspannen en samen zijn. Een virtuele fiets past goed bij deze ruimte. Deze fiets kan worden ingezet voor de therapie van patiënten. Zo wordt het blijven bewegen en het op peil houden van de conditie gestimuleerd. Dit is belangrijk voor het verdere revalidatieproces en om complicaties van immobiliteit te voorkomen. Ook is de fiets een hulpmiddel bij het behoud en het versterken van spierkracht. Wanneer een patiënt niet over de kracht of functie beschikt om zelf te trappen, helpt de fiets hierbij, maar wanneer de patiënt wel genoeg kracht heeft, stopt de fiets met deze ondersteuning.

Het fietslabyrint is ook interactief. Zo kunnen patiënten zelf kiezen in welke stad ze een fietstocht willen maken en bij elk kruispunt aangeven welke kant ze op willen. Kortom een mooie toevoeging aan het breinplein, die dankzij Vrienden van CWZ is gerealiseerd.

Feestelijke opening

Het fietslabyrint is feestelijk geopend met taart en woorden van dank voor alle betrokkenen. Ook is de fiets gelijk in gebruik genomen. Een patiënte begon onder luid applaus aan haar eerste fietstocht en fietste nog ver tot na de opening door. Ze vond het geweldig!

Positieve reacties

Ondertussen hebben verschillende patiënten enthousiast gebruik gemaakt van het fietslabyrint. 'Patiënten vinden het leuk om bijvoorbeeld door hun geboorte stad of dorp te fietsen. Zo zat er een patiënte samen met haar man herinneringen op te halen van de stad waar ze samen, 20 jaar geleden, lange tijd hebben gewoond. Dat zijn écht hele leuke dingen om te zien en te horen,' vertelt Lieke Engels, ergotherapeut en adviseur zorgverbetering neurologie. Het fietslabyrint is dus niet alleen een goede manier om te bewegen, maar geeft ook een aanleiding voor mooie gesprekken.



Workshop Look Good, Feel Better geeft vrouwen met kanker hun zelfvertrouwen terug

Voor iemand met kanker is het niet vanzelfsprekend dat 'je haar goed zit'. Vier keer per jaar geeft de afdeling oncologie van CWZ daarom de workshop Look Good, Feel Better. Tijdens deze workshops krijgen vrouwen met kanker tips over uiterlijk en huid- en haarverzorging. 'Je kan echt weer vrouw zijn.' Met de donaties die Stichting Vrienden van CWZ ontvangt, konden we deze workshops in 2024 weer aanbieden.



Persoonlijke begeleiding

'Bij de workshop is er een team van beautyprofessionals aanwezig. Zoals een huidspecialist, een schoonheidsspecialist en een haarwerkspecialist. Daarnaast zijn er gastvrouwen die zorgen voor een drankje,' aldus Marij. 'Per patiënt is er intensieve en persoonlijke begeleiding. Zo wordt er gekeken naar het type huid, de haren, het tekenen van wenkbrauwen en het kiezen van passende verzorgingsproducten. Aan het eind van de workshop krijgt elke deelnemer een tasje mee met een aantal van deze producten, zodat ze ook zelf aan de slag kunnen.'

Lotgenotencontact

Meestal zijn er zo'n 10 à 12 vrouwen die meedoen aan de workshop. 'Op de dagbehandeling zien de vrouwen vaak al dat ze niet de enige zijn, maar deze workshops zorgen voor nog meer onderling contact,' vertelt Angelique. 'Als het goed klikt, spreken patiënten daarna buiten het ziekenhuis met elkaar af. Er ontstaan zelfs groepjes op WhatsApp.'

Meer zelfvertrouwen

Wanneer je kanker krijgt en chemotherapie moet ondergaan, verandert er veel aan je uiterlijk. 'Bij veel vrouwen zorgt dit voor veel minder zelfvertrouwen,' aldus Marij Lewis en Angelique Zandstra-Appel, beiden verpleegkundige op de afdeling oncologie. 'Om zelfvertrouwen terug te krijgen, is het belangrijk dat je je goed verzorgt. Veel vrouwen met kanker besteden hier weinig aandacht aan door vermoeidheid, maar uiterlijke verzorging kan juist heel belangrijk zijn. We kennen het zelf namelijk ook wel: als je in de spiegel kijkt en je hebt toch je mascara of lipgloss opgedaan, dan voel je je al een stuk beter.'

Trots

'Wij zien om ons heen dat vrouwen weer gaan stralen als ze zichzelf mooi maken. Je kan echt weer vrouw zijn,' vertelt Angelique. 'De vorige keer kwamen de vrouwen na de workshop naar de afdeling om te laten zien hoe mooi ze eruit zagen. En laatst kwam ik nog iemand tegen op de dagbehandeling die zich prachtig had opgemaakt. Met trots vertelde ze dat ze dit bij deze workshop geleerd had.'



Een aangename sfeer en omgeving

Een bezoek aan het ziekenhuis kan vervelend zijn. CWZ probeert, door aandacht te besteden aan de omgeving en de sfeer, elke ervaring zo aangenaam mogelijk te maken. Dankzij de inspanningen van Stichting Vrienden van CWZ zijn er twee nieuwe initiatieven gerealiseerd.

Een huiselijke woonkamer

Voor patiënten van wie de nieren nauwelijks werken, kan dialyse een oplossing zijn. Deze patiënten komen daarvoor een paar keer per week naar de dialyseafdeling van CWZ. Om het wachten op de afdeling wat aangenamer te maken, zorgde Vrienden van CWZ voor een huiselijke sfeer in de wachtkamer van de dialyseafdeling.



Een kleurrijke upgrade voor het kinderhoekje

Wekelijks ziet de verkoeverkamer zo'n 35 kinderen die een operatie ondergaan. Voor deze kinderen is een gedeelte van de verkoeverkamer ingericht; het kinderhoekje. Eerst keken de kinderen tegen een kale witte muur met medische apparatuur aan. Dankzij de hulp van Vrienden van CWZ is deze muur nu bekleed met een mooie, kleurrijke foto. Dit biedt rust voor de kinderen wanneer zij uit narcose komen.



Lever je plastic flesje in en steun Vrienden van CWZ

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



Lever jij ook je flesjes in? Dankjewel!

Locatie inzamelpunt: Binnentuin CWZ

Dankbare woorden

‘De Vrienden van CWZ waren enorm betrokken en gaven ons een warm gevoel, ze hebben oog voor de persoon achter de patiënt en denken graag mee in mogelijkheden.’

‘Bij de vervanging van onze 20 jaar oude fitnessapparatuur hoorde ook het verfrissen van de wand in de fitnesszaal. De Vrienden van CWZ hebben dit mogelijk gemaakt. Collega’s en patiënten zijn erg blij met deze mooie aanwinst en het lokt ook nog eens een praatje uit over onze mooie stad.’

‘Patiënten vinden het erg leuk om te fietsen door de stad waar ze graag kwamen of geboren zijn, zo ontstaan er bijzondere gesprekken tussen ons als zorgverleners en de persoon achter de patiënten. Dat is erg waardevol!’

‘Wij zijn ontzettend blij met de kleurrijke muur in het kindrhoekje. Voor de kinderen is het leuke afleiding om tussen de bladeren de diertjes te zoeken. Een mooi gebaar waar we samen trots op zijn, dank aan de Vrienden van CWZ!’

We hebben jouw hulp nodig!

Stichting 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 voor de patiënt helpt bij het herstel om sneller naar huis te mogen, maar ook om bij te komen en te verwerken.

**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.



vriendenvancwz



Vrienden van CWZ golftoernooi: een groot succes

Op vrijdag 13 september 2024 vond de derde editie van het Vrienden van CWZ Benefiet Golftoernooi plaats, opnieuw op de golfbaan Het Rijk van Nijmegen in Groesbeek. Dit jaar was er een bijzondere toevoeging: niet-golfers konden deelnemen aan een golfclinic, waardoor de dag voor iedereen toegankelijk werd!

Prachtig bedrag voor BeterBuiten

De opbrengst van deze geweldige dag bedraagt maar liefst €20.000 voor het project BeterBuiten: een plek waar je als patiënt alleen of samen met je naasten even buiten kunt ontspannen. Wat een fantastische prestatie!

Een warm welkom

Vanaf 11.00 uur werden de gasten hartelijk verwelkomd door het organisatiecomité. Onder het genot van een kop koffie of thee en heerlijke zoete lekkernijen maakten de deelnemers kennis met elkaar en hoorden zij op welke hole ze konden starten. Na het welkomstwoord werd er aan de deelnemers uitleg gegeven over de spelvorm en de loterij, die dit jaar naast de veiling werd georganiseerd.



Zonneschijn en sportiviteit

Ondanks de regenbuien die die week over onze regio trokken, waren de weergoden ons goedgezind en konden we gedurende de dag zelfs genieten van het zonnetje. Om 14.00 uur werden de deelnemers van de clinic verwelkomd. Na een kennismaking met de golfprofessional leerden zij de kneepjes van het vak en kregen zij een eerste indruk van de golfsport. Team Cillessen was de grote winnaar van de golfwedstrijd!

Feestelijke afsluiting

Na de wedstrijd en de clinic verzamelden de deelnemers zich in het restaurant voor een gezellige borrel. Daarna werden de uitslagen van de loterij bekendgemaakt en startte de veiling. Het buffet dat volgde, werd even onderbroken voor het resterende deel van de veiling. Na een geslaagde dag keerden de deelnemers voldaan weer huiswaarts. De totale opbrengst, bestaande uit inschrijfgelden en de opbrengst van de veiling en loterij, bedraagt €20.000 voor een nog beter BeterBuiten.

Een grote dank gaat uit naar alle bedrijven en personen die een flight kochten, evenals de leveranciers die prachtige items aanleverden voor de veiling en loterij.



Vrienden van CWZ in cijfers

€84.388

gedoneerd door
Stichting Volksbelang
van 1895 voor
BeterBuiten

€20.187,24

opgehaald met
het golftoernooi

€2.294,27

ingezameld door
het inleveren van
pet flesjes

251

vaste donateurs van
Stichting Vrienden
van CWZ

€25.000

gedoneerd door
Stichting Concordia
Nijmegen

Bekijk de volledige jaarrekening van 2024



Volg ons op social media en blijf op de hoogte

Wil jij door het jaar heen op de hoogte blijven van alle prachtige initiatieven die Stichting Vrienden van CWZ realiseert? Volg ons dan op LinkedIn en Facebook!



Scan de QR-code en volg ons op LinkedIn



Scan de QR-code en volg ons op Facebook



Bedankt namens het bestuur

Het bestuur van Stichting Vrienden van CWZ bedankt iedereen die ons een warm hart toedraagt. Onze 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

Pleun Houwen

Gert-Jan Willems

Elianne Snoeren

Joost Engel

Gert van Dijk

René Leeuwenburgh



vriendenvan**cwz**

Stichting Vrienden van CWZ

Postbus 9015

6500 GS Nijmegen

vrienden@cwz.nl

024 365 83 00

NL 82 FVLB 069 996 1017