



VERANDERING

Het verdriet in zijn stem is te horen. Het lukt hem niet meer zijn werk in de bouw vol te houden. Activiteiten als veel trap op- en aflopen, bukken

en zwaar tillen, kosten hem te veel moeite en pijn. De reumatoloog heeft polyartrose bij hem geconstateerd. Hij moet ermee leren leven, werd tegen hem gezegd. Niet alleen hij is verdrietig, ook zijn collega's vinden het jammer dat hij weinig meer op de bouwplaats te vinden is.

Zijn grootste wens? De komende twee jaar bij zijn huidige werkgever blijven tot aan zijn pensioen. Of dat gaat lukken, is nog onduidelijk. Wel kunnen we kijken hoever we komen. Dat spreken we af. Hij is bereid er veel voor te doen. We brengen eerst samen in kaart welke activiteiten hij nu doet. Hoeveel energie hem dat kost, de mate van pijn, hoe lang het herstel duurt, enzovoorts. Hij moet erom lachen en krijgt weer een doel om naar toe te werken.

Daarna begint het bouwen aan een stevige basis om terugval zoveel mogelijk te voorkomen. Tot zijn verbazing gaat hij in eerste instantie veel minder doen waardoor hij steeds meer gaat ervaren wat hij nodig heeft om te kunnen functioneren. Daarna bouwen we de belasting heel voorzichtig op.

Maar de grootste verandering vindt op zijn werkplaats. Collega's zien hem steeds vaker op de bouwplaats verschijnen. In eerste instantie voor een bakje koffie. Later loopt hij meer rond en helpt beginnende collega's met tips en adviezen. Iedereen ziet hem opfleuren. Door een zeer meedenkende werkgever heeft hij nu een passende parttime functie: mentor van beginnende collega's waarin hij zijn werkervaring kwijt kan. Collega's nemen na wat gesprekken zonder problemen het zware werk voor hun rekening.

Een chronische aandoening als reuma heb je nooit alleen. Dit heeft ook invloed op de mensen in je omgeving. Het met elkaar zoeken naar hoe het wel kan en wat daarvoor nodig is, scheidt een band. Op het werk is een dure training teambuilding dan niet meer nodig.

Annemiek de Crom
www.annemiekdecrom.nl

WORD EEN HOSPITAL HERO TEST-OUDER!

**Wie wordt een echte Hospital Hero test-ouder?
Wie helpt mee de Hospital Hero app nog beter te maken?**



In ReumaMagazine 1 2023 las je in het dossier hoe de Hospital Hero app kinderen van 4 tot 10 jaar helpt om zich voor te bereiden op hun ziekenhuisbezoek. Het ziekenhuis verandert in een dierentuin. Kinderen ontdekken thuis al wat je allemaal met die dieren in het ziekenhuis kunt doen!

Stichting Hospital Hero is op zoek naar ouders die actief mee willen denken in de verdere ontwikkeling van de Hospital Hero app. Komt jouw kind (4-12 jaar) regelmatig in het ziekenhuis? En wil je meedenken in de ontwikkeling van nieuwe concepten, functionaliteiten om kind en ouder te begeleiden en voor te bereiden op een bezoek aan het ziekenhuis? Meld je aan!

Wat wordt er van je verwacht?

- Je vindt het leuk om met het team mee te denken hoe de app kan worden verbeterd.
- Je bent 2x beschikbaar voor een interview om jouw ervaringen te delen.
- Je bent 2x beschikbaar om een ontwerp te testen en daar feedback op te geven.

Kijk op www.reumamagazine.nl.

Of stuur een mailtje naar info@hospitalhero.nl onder vermelding van jouw volledige naam, ervaring met het ziekenhuis en telefoonnummer.