

## Stichting Indra

Stichting Indra zet zich in voor Hindoestaanse ouderen die graag onder elkaar willen zijn en met elkaar de eigen cultuur, de gemeenschappelijkheid en het delen van herinneringen van vroeger belangrijk vinden. De dagbesteding, de eigen taal en de wijze van voedselbereiding sluiten aan bij de behoeften en wensen van de deelnemers.

### Stichting Indra heeft een gepast aanbod voor:

- Ouderen die een indicatie hebben van het Centrum Indicatiestelling Zorg (CIZ)
- Ouderen die geen indicatie hebben, maar voor wie sociale contacten en het doorbreken van sociaal isolement belangrijk zijn kunnen gebruik maken van de dagactiviteiten

Het leveren en borgen van kwaliteit staat voorop. Dat betekent dat het personeel beschikt over vaardigheden die passen bij onze deelnemers. Empatisch vermogen, kennis van de specifieke culture achtergrond en affiniteit met de doelgroep zijn essentieel. Respect en vertrouwen spelen hierbij een centrale rol.

Er worden afspraken gemaakt over de specifieke behoeften, zoals medicatiegebruik, (di)etwensen, lichamelijke- en geestelijke mogelijkheden.

Stichting Indra werkt intensief samen met deskundigen zoals het woon-/en zorgcentrum de Koperhorst, de Nehob, de Nederlandse Hindoebond, welzijnsinstellingen in Amersfoort en Utrecht en het Oase in stad Utrecht.

Een deel van de dagactiviteiten vindt plaats in de Koperhorst in Amersfoort.



## Dagbesteding

### Programma:

09.45 uur	Ontvangst
10.00 uur	Koffie/thee en de week door nemen.  Is er iets te melden over de familie, de woonomgeving, de gemeenschap, politiek of iets wat je opgevallen is uit het binnen of buitenland.
11.00 uur	Het voorbereiden van de maaltijden
12.00 uur	Samen koken
13.30 uur	Samen eten
14.30 uur	Samen opruimen
15.00 uur	Geheugentraining, spelletjes, informatieverstrekking, bewegen
17.00 uur	Afsluiting



## De Activiteiten

De activiteiten vinden zowel binnen als buiten plaats en sluiten aan bij de behoeften van de deelnemers. Zo wordt een à twee keer per maand een externe activiteit georganiseerd. Dat kan zijn samen naar een spirituele of culturele bijeenkomst. Het bezoeken van andere organisaties met een specifiek aanbod voor Hindoestaanse ouderen of het organiseren van een busreis naar Den Haag of een andere stad.

Maar ook, samen de natuur in. Kijken naar de planten in een bos of park en het bespreken van de werking van het buiten zijn op het lichamelijke en geestelijke welzijn. Zoeken naar de verbinding tussen de natuur in het land van herkomst en Nederland.

De binnenactiviteiten hebben betrekking op:

1. maandmenu maken
2. maaltijden voorbereiden
3. afspreken wie boodschappen wil doen voor de volgende week
4. gezamenlijke maaltijd
5. recepten uitwisselen
6. fruit eten
7. het dakterras (plantjes verzorgen)
8. maandactiviteiten vaststellen
9. programma bespreken
10. bespreken van thematische onderwerpen zoals: geheugentraining, (specialistische) zorg, welzijn, inkomen, rouwverwerking e.d.
11. zoeken naar gemeenschappelijke (h)erkenning
12. ruimte voor eigen spirituele (culturele) inbreng
13. ruimte voor grappen en grollen

## Wonen, zorg en welzijn

Stichting Indra realiseert vanaf het najaar van 2011 kleinschalige woon-/ zorg voorzieningen in Amersfoort en omstreken voor Hindoestaanse ouderen. Ouderen uit de Hindoestaanse gemeenschap of mensen die affiniteit hebben met de doelgroep komen in aanmerking voor deze 24 uren voorziening.

Stichting Indra beoogt ouderen met een zorgvraag een **Thuis** te bieden die past bij hun levensstijl. Dat betekent dat alles in het werk gesteld wordt om tegemoet te komen aan de wens van de bewoners. Samen met bewoners en familie wordt gewerkt aan een sfeer die het gevoel van thuis evenaart. Behoeften van ouderen zijn bepalend voor de werkwijze. Deze wordt uitgevoerd door mensen met hart voor de zaak.

### Bedrijfsformule

De stichting richt zich op gelijk gestemde ouderen, bijvoorbeeld ouderen die samen willen wonen en de zelfde hobby's delen. Vraaggericht werken is leidend voor stichting Indra. Bij de toelating wordt aandacht besteed aan de kernwaarden als menswaardigheid, zelfstandigheid (zo lang mogelijk), spiritualiteit en inspelen op de zorgvraag van ouderen en of de familie. De toenemende druk op de reguliere ouderenzorg en de behoefte aan kleinschalige particuliere woonzorg arrangementen waar wonen, zorg en welzijn op elkaar afgestemd zijn vraagt om goede samenwerkingsverbanden. Stichting Indra werkt intensief samen met huisartsen, fysiotherapeuten, de sportschool, pedicure en andere organisaties die zich bezighouden met ouderenzorg.

Platanenlaan 12, 3833 AX Leusden  
E-mail: [info@stichtingindra.nl](mailto:info@stichtingindra.nl)  
Telefoonnummer: 06-23917557  
Contactpersoon: Olga Badal

## Stichting Indra Ouderenhuisvesting Midden Nederland



### *Dagbesteding voor Hindoestaanse ouderen*

**Vanuit cultureel, maatschappelijk en sociaal perspectief gezien is er een match tussen wensen en behoeften van Hindoestaanse ouderen.**