

INHOUDSOPGAVE:

- 1
Afscheid van het leven
- 2
Medewerkers komen met hun hart
- 3
Secretariaat en administratie
Wie, Wat, Waar
- 4/5
Verpleegkundigen in Hospice
Zutphen
Meer mogelijkheden dankzij trap
- 6
Van een vrijwilliger
- 7
Roparun 2015
ADM-lezing 2015
- 8
Word Vriend

AFSCHEID VAN HET LEVEN

Het Engelse woord en het oudere Nederlandse woord hospice gaan beide via het Frans terug op het middeleeuws Latijnse 'hospitium', dat de betekenis had van 'opvang voor hulpbehoevenden' en 'gastenverblijf'

Het eerste hospice moderne stijl, waar de nadruk volledig op levenskwaliteit en comfort ligt, was het St. Christopher's Hospice in Londen, dat in 1967 werd opgericht door Dame Cicely Saunders.

Dit is ook de basis, – het bestaansrecht-, van Hospice Zutphen. Vanuit onze visie dat een beschaafde samenleving er voor zorgt dat elk mens een waardig levenseinde kan hebben, bieden wij een veilige omgeving die voelt als thuis.

Uit een onderzoek naar regie over de plaats van sterven blijkt dat 'thuis voelen' belangrijker wordt gevonden dan 'thuis zijn'. Thuis blijkt een rekbaar begrip te zijn en gasten in hospices ervaren gevoelens die geassocieerd worden met 'thuis', zoals sfeer, aandacht, betrokkenheid en veiligheid (bron: *Berdine Koekoek*).

De zorg is gericht op het verlichten van pijn en ongemak, maar er is ook aandacht voor de emotionele, sociale en spirituele behoeften van de individuele gast.

'Sterven doet iedereen anders'

Inmiddels zijn er in Nederland 250 hospices. Daarvan zijn er 110 zelfstandig, de anderen zijn gesitueerd op een afdeling bij een verzorgings- of verpleeghuis. In totaal hebben deze hospicevoorzieningen zo'n 1000 bedden. (bron: *Katja Meertens*).



Vervolg Sterven doet iedereen anders

Het stervensproces begint op het moment dat het bewustzijn komt dat je niet lang meer te leven hebt. Hoeveel we ook weten over het sterven, een deel van wat er op of rondom een sterfbed gebeurt, blijft een mysterie. Wat ervaren stervenden? Maken zij soms overstapjes naar een andere wereld? Veel mensen geloven daarin, en zien het bevestigd in de verschillende stadia van helderheid waarin stervenden zich bevinden. Maar echt weten doen we het niet.

Het mysterie betreft ook het moment van sterven. Er zijn veel verhalen bekend over mensen die hun stervensmoment lijken te kunnen uitstellen. Bijvoorbeeld omdat zij nog een verjaardag van een (klein)kind willen meemaken. Of omdat zij willen wachten totdat die ene speciale persoon is geweest. Er zijn ook verhalen bekend over mensen die juist op het moment sterven dat er niemand bij hen is. Stervenden lijken zich soms nog erg te hechten aan het leven. Zij lijken iemand nodig te hebben die zegt "het is goed, je mag gaan."

De Romeinse filosoof Seneca zei: "het leven is nodig om te leren leven en te leren sterven". In het hospice kan iedereen dat op eigen wijze doen.

Hilda de Bruin



Hilda de Bruin
Secretaris Hospice Zutphen
Woont sinds 5 jaar in Zutphen
Vm. P&O adviseur bij
de Politie in de Randstad
68 jaar
Samenwonend

Vanaf begin 2015 is Hilda de Bruin secretaris van het bestuur van de stichting Hospice Zutphen. Zij volgde Ans Mentink op, die na jarenlange inzet voor het hospice eind 2014 aftrad.

Hilda zag de advertentie voor de vacature en dacht op dat moment direct "dat is wat voor mij". Zij was toen al enige tijd op zoek naar vrijwilligerswerk dat aansloot bij haar wens om zich in te zetten voor mensen in hun laatste levensfase. Het werkveld van secretaris van het hospice is met name gericht op de zorg voor personeel en organisatie.

"Medewerkers komen met hun hart"

En dat is nu net het terrein waar zij veel ervaring op heeft. Hilda was dan ook erg blij dat zij de vacature mocht invullen.

Na bijna een jaar aan de slag is Hilda nog steeds enthousiast over haar functie en over datgene wat zij in de afgelopen periode heeft meegemaakt.

"De organisatie voelt aan als een warme deken" en de vrijwilligers "komen elke keer weer met hun hart, en gaan samen aan de slag". Vooral het feit dat iedereen in het hospice echt gezien wordt, raakt haar nog steeds. Het motto "zorg dat je weet hoe het met jezelf gaat en met de mensen om je heen" lijkt in het hospice tot haar genoegen dagelijkse praktijk. Vrijwilligers zijn weliswaar vrijwillig aan de slag, maar hun inzet is verre van vrijblijvend. De groep is zeer betrokken en kundig. Er is dan ook vrijwel geen verloop en een laag verzuim.

En dat geldt voor de volle breedte. Naast de zorgvrijwilligers is er immers ook een grote groep die beheer- en administratietaken doet.

Ook in het bestuur van het hospice heeft Hilda het getroffen. Zij ervaart vooral de teamgeest en de openheid in het bestuur als positief. Dat uitte zich het afgelopen jaar in het bijzonder bij de veranderingen in de coördinatie van het hospice. Een traject dat volgens Hilda goed kon verlopen, juist door de gezamenlijke inzet van het bestuur en de steun van alle betrokkenen. In dat verband kijkt zij ook met respect naar het vorige coördinatieteam.

Naar de toekomst toe heeft Hilda er dan ook alle vertrouwen in, dat de stevige organisatie van het hospice en de warme werkcultuur verder kunnen groeien. Waarmee de zorg voor de gasten op een hoog peil kan worden gewaarborgd.





Secretariaat en Administratie voeren we hier net als in de gewone wereld”

Op het secretariaat en de administratie van het hospice werken 7 vrijwilligers elk zo'n 2 dagdelen per week.

Zij verzorgen het post- en betalingsverkeer, verwerken facturen, doen gastenadministratie, onderhouden het donateursbestand, archiveren, ondersteunen het bestuur van Hospice Zutphen en van de Vrienden Hospice Zutphen en regelen de gehele ICT. Ook de conceptbegroting en het opstellen van de jaarrekening hoort tot de taken.

De medewerkers hebben affiniteit en ervaring met de werkzaamheden. Zij voelen zich sterk bij het hospice betrokken, en hebben er allen al hun eerste lustrum gevierd. Inmiddels staat er een professioneel opgezette organisatie, waarbij elk lid een eigen takenpakket heeft. Dat vergroot de zelfstandigheid, en zorgt voor scheiding tussen de administratieve verantwoordelijkheden. Dit werk kun je alleen maar 100% doen. Het moet kloppen, en daarin onderscheidt de administratie van Hospice Zutphen zich niet van andere organisaties. Het feit dat Hospice Zutphen toch vooral een vrijwilligersorganisatie

is waar de lijnen kort zijn, en alles wat inkomt en uitgaat zichtbaar is, maakt mede dat er een grote verantwoordelijkheid gevoeld wordt voor de financiële huishouding en de logistiek binnen het huis. Immers een groot deel van de exploitatie wordt gedekt door bijdragen van de gasten, een betrokken donateursgroep en bijdragen van derden. Dat laatste al dan niet door activiteiten in de samenleving waarvan de opbrengst aan het hospice geschonken wordt. Daar moet je heel zorgvuldig mee om gaan. Zoals ook met de privacygevoelige gastenadministratie.

De medewerkers van de administratie zijn op heel verschillende manieren bij het hospice betrokken geraakt. Zoals door een advertentie, een betrokken buurvrouw, een echtgenote die zorgvrijwilliger is en zo meer. Met als rode draad het idee om als vrijwilliger mee te doen aan een maatschappelijk belangrijke functie. Door de jaren heen is de groep als team gegroeid. En het is niet alleen werken, maar ook plezierig om dat samen te doen!

Wie Wat Waar



WIE

Kathy de Vries (rechts) en Tineke Breuer- van de Haar treden per 1 januari 2016 in dienst als coördinator. Deze functie wordt als duobaan ingevuld. Beiden zullen 25 uur per week aanwezig zijn. Veel succes!



WAT

Elke week in alle seizoenen zorgt Jeanne van Hoogdalem met de bloemencommissie van Hospice Zutphen voor boeketten en bloemstukken in alle ruimten; een kleurrijk welkom!



WAAR

Een handige werkkamer is ingericht op de eerste verdieping. Deze ruimte die ook toegankelijk is via de nieuwe trap, dient ook als kleine vergaderruimte.



In ons hospice werkt een team van negen verpleegkundigen. Hun deskundigheid op palliatief gebied levert een cruciale bijdrage aan het comfort van onze gasten.

VERPLEEGKUNDIGEN IN HET HOSPICE

De vrijwilligers doen de dagelijkse verzorging van onze gasten en de verpleegkundigen bieden daarbij steun wanneer nodig. In overleg met artsen wordt alles gedaan om pijn en benauwdheid zo goed mogelijk te voorkomen of te bestrijden, zodat er ook in de laatste fase van het bestaan ruimte is voor 'leven'. Met zo min mogelijk lichamelijk ongemak kunnen genieten van een mooi uitzicht of even buiten zitten, een mooie film of een lekkere maaltijd, een praatje met andere gasten of medewerkers blijft levenslang belangrijk.

Demeestevanonzeverpleegkundigen kiezen voor werken in het hospice naast hun werk in een ziekenhuis of in de thuiszorg. Zij bouwen hun deskundigheid op het gebied van palliatieve terminale zorg uit en vormen al jaren een hecht team.

Wij vroegen een aantal van hen naar hun ervaringen.

Waarom werken in een hospice?

Opvallend is dat de meeste verpleegkundigen 'tijd en aandacht kunnen geven' als de allerbelangrijkste reden noemen voor de keuze voor deze specialisatie. De verpleegkundigen ervaren dat als enorm waardevol.

"Ook de familie wordt blij van goede zorg" zegt een verpleegkundige met veel ervaring met werken in ziekenhuizen. "Hier kan ik de tijd nemen voor mensen; ze voelen zich gezien en gehoord." Een verpleegkundige noemt als voorbeeld dat ze een hele nacht met een gast optrok. "Zij wilde vooral haar verhaal kwijt, ik had tijd. We hebben via de laptop urenlang foto's gekeken van

haar dochters bruiloft. Ze heeft haar man zelfs nog wakker gebeld om te vragen waar de usb-stick geplaatst moest worden.."

'Hier kan ik de tijd nemen voor mensen'

Naast deskundigheid en kennis van palliatieve zorg, is het ook belangrijk om te kunnen schakelen. Als je dit werk goed wilt doen, moet je goed kunnen switchen tussen mensen en werkzaamheden. Flexibiliteit is onontbeerlijk. Je moet solo beslissingen durven nemen en tegen lange werkdagen kunnen.

Gevoel voor humor hebben, vinden de verpleegkundigen een belangrijk gegeven; er wordt in het hospice veel gelachen.



De verpleegkundigen zeggen veel terug te krijgen voor hun inzet. "Ik vind het leerzaam om te zien hoe mensen in het leven staan. Elke gast is uniek. Ik pik van iedereen wat op voor mijn eigen ontwikkeling en visie."

Zij leren de vrijwilligers hoe gasten op bed moeten worden verzorgd en laten hen oefenen met b.v. de tillift. Dat leidt soms tot hilarische taferelen als 'de patiënt' (nog) niet erg handig wordt opgetild en verplaatst.

'Palliatieve zorg is samen hard werken'

Samenwerken met vrijwilligers

Een opvallend verschil met andere functies in de zorgwereld is de intensieve samenwerking met vrijwilligers. Hoe kijken de verpleegkundigen hier tegenaan? Allereerst moet je natuurlijk de bereidheid hebben om samen te werken met veel en heel verschillende vrijwilligers. Het is een enthousiaste, gedreven groep mensen die goed is opgeleid om dit werk te doen. De ene verpleegkundige zegt: "Zij nemen ons veel praktisch werk uit handen en vaak is het ook nog erg gezellig." "Ze zijn heel goed opgeleid, weten van aanpakken en tonen eigen initiatief"

Een ander voegt daar aan toe "Zij kijken op een andere manier: wij in eerste instantie naar de zorg, zij naar comfort. Je kunt als verpleegkundige dingen laten omdat je weet dat de vrijwilligers het voor elkaar maken."

De aanwezigheid van vrijwilligers heeft ook nog een ander voordeel, glimlacht een verpleegkundige. "We maken lange dagen en dan is het fijn om te merken dat de vrijwilligers ook een beetje voor mij zorgen; een kopje koffie, opletten of ik wel de tijd neem om te eten. Van die kleine zorgzame momentjes. De verpleegkundigen verzorgen het praktische deel van de op-leiding van de aspirant-vrijwilligers.

Ons hospice

Op de vraag wat ons hospice oproept bij de verpleegkundigen komen enthousiaste antwoorden. Hospice Zutphen is in alle opzichten een mooi huis, ruim en licht met altijd veel bloemen. De medewerkers zijn allen zeer betrokken, professionals en vrijwilligers werken prima samen. De organisatie is open en gastvrij, de onderlinge verhoudingen zijn goed. "Het is een cadeautje om hier mijn geld te mogen verdienen", "het voelt als een warme deken, ook voor mij als verpleegkundige." Een verpleegkundige mijmert: "ik herinner me een mooi zomerdag. De patio leek wel het terras van een restaurant. We zaten allemaal, gasten en medewerkers, buiten op het terras te eten en te genieten van de zon en de gesprekken"

We maken er zo met z'n allen een 'bijna-zoals-thuis-huis' van.

Thuiszorg Groot Gelre levert verpleegkundige zorg aan particulieren en instellingen. Op palliatief gebied werkt deze zorgaanbieder samen met enkele hospices en stelde ook het verpleegkundig team voor Hospice Zutphen samen.



MEER MOGELIJKHEDEN DANKZIJ EEN TRAP

Op 12 november ging een langdurige wens van het hospice in vervulling met de officiële opening van de buitentrap.

Met deze trap worden drie vliegen in één klap geslagen. Ten eerste kunnen deelnemers aan trainingen, workshops, informatieavonden etc. nu buitenom naar de Anneke Dorhout Meeszaal waar deze sessies meestal plaatsvinden. Daarmee wordt eventuele overlast voor onze gasten verminderd. Ten tweede is door het naast de trap aangebrachte raam de kamer waar de trap het pand binnenkomt nu ook te gebruiken als werkkamer of kleine vergaderkamer.

Dankzij de onvermoeibare inzet van de vorige penningmeester Tom Mariën is het gelukt om deze wens in werkelijkheid om te zetten. Van plan via vergunning, financiering tot en met de uitvoering. Het zal u dan ook niet verbazen dat wij deze trap de 'Tom Mariën trap' genoemd hebben.

Van een vrijwilliger



In 2012 en 2013 verloor ik twee dierbare collega's. Beide waren al jaren ziek. Tot hun dood bleef ik contact met ze houden en bezocht ze regelmatig. Die contacten waren heel bijzonder en hebben me veel gebracht. Toen kwam voor het eerst de gedachte bij me op om te gaan onderzoeken of vrijwilligerswerk voor mensen in de laatste levensfase iets voor mij zou zijn.

Ook wilde ik na 40 jaar in de wetenschap gewerkt te hebben na mijn pensioen in 2014 ook nog wel eens iets "heel anders" doen. Liefst werken in teamverband met en voor anderen. Via een krantartikelje belandde ik op de algemene voorlichting over vrijwilligerswerk in dit hospice.

De voorlichting en de sfeer in het hospice maakten indruk op me. Ik weet nog dat ik na afloop van de bijeenkomst even op de bank zat die uitkijkt op de patio en dacht hier wil ik wel bezig zijn. Inmiddels zit de basistraining erop, heb ik een half jaar boventallig meegewerkt en werk ik sinds enkele weken ook zelfstandig. In dat halve jaar heb ik heel veel geleerd. Op de trainingsdagen uiteraard, maar ook tijdens het meewerken. Dankzij de voortreffelijke begeleiding van de ervaren medevrijwilligers kan ik nu zelfstandig een gast verzorgen. En dat terwijl ik geen enkele zorgervaring had.

Maar wat maakt nu dat werken op het hospice bijzonder voor me? Afgelopen zondag, een vroege dienst. De ochtendploeg zit bij elkaar om half 8 in de vrijwilligersruimte. We verdelen de taken en ik kijk voorzichtig om de hoek in kamer groen. Mevrouw is net wakker en wil nog even rustig bijkomen van de

nacht. De gordijnen mogen vast een stukje open en graag ontbijt tegen 9 uur. Wel help ik haar eerst naar het toilet en terug. In de keuken maak ik het ontbijt klaar en breng dat op de afgesproken tijd. De gordijnen open. Mevrouw eet zelf op bed, zoals ze dat graag wil. Ondertussen maak ik op haar verzoek een lekkere vruchtenpuree van verse vruchten met de staafmixer. Voor straks. Wij, de vrijwilligers en de verpleegkundige, drinken ondertussen koffie. En ja hoor, er is weer van alles gebakken!

Tegen 10 uur op haar kamer zoeken we zondagse kleding uit. Ze wil graag douchen en daarna in de relaxstoel. In de badkamer, bij het uitkleden, moet ook de halsketting met medaillon af. Ze maakt hem open. Binnenin foto's van haar en haar man, lang geleden, twee knappe jonge mensen. Tijdens het douchen en het aankleden praten we over haar huwelijk, de dood van haar man en over hun kinderen. Ze is gauw jarig maar had het vorige zondag al gevierd, want ja je weet niet hoe lang je nog hebt. Het was een prachtige dag geweest.

Even later zit ze heerlijk in de relaxstoel met de vruchtenmousse. Het loopt tegen 11 uur en ik moet overdragen. Ze bedankt me hartelijk voor de zorg en het praten. Daar in dat kastje staat nog een doos bonbons, neem daar maar een van. Eigenlijk moet ik de badkamer nog opruimen. Ben je gek zegt de volgende ploeg, dat doen wij wel. Op weg naar huis denk ik nog even na over deze fijne ochtend. De zoveelste! Ieder mens koestert een diep verlangen naar verzorgd worden als je zelf niet meer kunt, zeker in de laatste fase van je leven. Die zorg kunnen geven is niet alleen een geschenk voor de ander maar ook voor jezelf.

Piet de Goede

Roparun 2015

Op 9 oktober 2015 werd op de gala-avond van ROPARUN in Rotterdam de beste doorkomstgemeente 2015 bekend gemaakt. De Zutphense organisatie van de doorkomst leefde daar al een tijd naartoe.

Gerrit Vlogman, werkzaam in het hospice, mocht daar samen met wethouder Coby Pennings en Monique Franssen (organisatie) vanuit Zutphen de eerste prijs van € 50.000 in ontvangst nemen. Een fantastisch resultaat, na de tweede plaats van 2014.

En dat terwijl Zutphen pas voor de tweede keer als doorkomststad

op de route meedeed. De prijs is voor de gemeente Zutphen. Net als in 2014 komt het geld ten goede aan organisaties in de gemeente die zich bezig houden

met de zorg voor kankerpatiënten. Eind 2015 wordt bekend welke goede doelen in aanmerking komen. De verwachting is dat Hospice Zutphen er deze keer weer bij hoort.



De ADM-lezing 2015: Marinus van den Berg

Op 17 september werd in de Walburgiskerk de jaarlijkse Anneke Dorhout Meeslezing gehouden, met als spreker Marinus van den Berg. Dit keer geen entreprijs, maar een schaal voor een vrijwillige bijdrage bij de uitgang. Of het aantal deelnemers daardoor in positieve zin is beïnvloed, is moeilijk te zeggen. In elk geval waren er een kleine honderd, waar we heel tevreden mee zijn.

Marinus van den Berg is geestelijk verzorger in een groot hospice in Rotterdam. Hij doet dat werk al 20 jaar en gaat aan het eind van 2015 met



pensioen. Hij houdt graag en vaak lezingen overal in het land.

Een man met een missie en met een duidelijke visie op stervens-begeleiding, en ook op de begeleiding van de naast- en nabestaanden. Zijn verhaal was heel persoonlijk. Geen doorlopend betoog, maar een verzameling verhalen over ervaringen, - waar tussendoor allerlei uitspraken vielen - die ons als gehoor geboeid en geconcentreerd naar hem deden luisteren. Ik heb er, zoals velen die avond, een aantal van genoteerd:

- Je doet soms het meeste door niets te doen.
- Vel geen morele oordelen.
- Een vaak voorkomend probleem in de laatste levensfase is het onafgemaakte leven (materieel of relationeel). Laat de mensen hun verhaal vertellen.
- Mensen willen zo lang mogelijk de regie in eigen handen houden.
- Begeleid in het tempo van de ander: tussen de gast en de

bezoeker bestaat vaak een verschil in tijdbeleving.

- “De familie” bestaat niet. Als een moeder van vijf kinderen sterft, sterven er vijf moeders.
- Je kunt niet voor een ander zorgen zonder zorg voor jezelf.
- Mensen hebben vooral angst voor de manier waarop zij zullen sterven.
- Het is goed dat euthanasie mogelijk is, maar niets gaat “op bestelling”.

Van de mogelijkheid vragen te stellen na de pauze werd gretig gebruik gemaakt. Het viel op dat Marinus van den Berg ruim de tijd nam om “de vraag achter de vraag” te zoeken. Ook dat is een belangrijk onderdeel bij de begeleiding van gasten in het hospice.

Het was een mooie avond!

Adriaan van Oosten

(voorzitter Vrienden Hospice Zutphen)

Word Vriend

Met uw steun maakt
u het mogelijk ons
werk voort te zetten.

Als u ons een warm hart toedraagt, kunt u ons op twee manieren steunen. Met een eenmalige gift of door Vriend te worden van de Stichting Vrienden van Hospice Zutphen voor een bedrag van minimaal €20 per jaar. De Stichting is door de belastingdienst aangewezen als een instelling die uw gift of donatie belastingvrij mag ontvangen. U kunt daardoor onder bepaalde voorwaarden het door u geschonken bedrag als aftrekpost opvoeren in uw aangifte inkomstenbelasting van dat jaar. Een legaat kan vrij van schenkingsrecht gegeven worden (ANBI-regeling). Nadere inlichtingen zijn bij de stichting verkrijgbaar.

Hartelijk dank

We hebben van diverse gevers gulle giften mogen ontvangen. Ook kerken, vrouwenverenigingen, serviceclubs en diverse andere organisaties hebben aan ons gedacht.

Stichting Kateker Zutphen	€ 1.600
Kerken	€ 887
Vrouwen van nu Ruurlo	€ 300
ROC Aventus	€ 25
NN	€ 1.850
Dhr. V te D	€ 100
Mw. G te E	€ 50
Mw. K	€ 145
Mw. R	€ 40
Mw. P te Z	€ 20
Mw. H te Z	€ 20
Dhr. V te D	€ 250
Dhr. R te G	€ 258
Dhr. v.d.W te W	€ 100
fam. K	€ 1.050
fam. K	tuinset

COLOFON:

Nieuwsbrief van de Stichting Hospice Zutphen

Thorbeckesingel 2
7204 KS Zutphen.
Telefoon 0575 566 333
e-mail:
info@hospice-zutphen.nl
www.hospice-zutphen.nl

Bank:

NL22ABNA0513679960
t.n.v. Stichting Vrienden
Hospice Zutphen te
Zutphen

Redactie:

Dick van Dijk
Marieke Holleman
Marijke Horensma
Wil Schreuder

Bureau redactie:

Diederike van Dorsten

Vormgeving:

Rio Nieuwburg

Drukwerk:

MailStreet te Deventer

Onjuiste gegevens?

Wilt u bij verhuizing of onjuiste adressering de onderstaande gegevens per mail of briefkaart doorgeven aan Hospice Zutphen

- Naam
- Oud adres
- Nieuw adres
- Postcode
- Woonplaats

ANBI