

Betrokken vanaf het begin

In de serre van het hospice aan de Haarstraat spreek ik met Jan Cornelissen, bestuurslid van de stichting Hospice Gorinchem. Hij draait al sinds 1996 mee als vrijwilliger in de terminale thuiszorg. Uit die tijd kent hij Matje Verlee, de huidige coördinator-zorg in het hospice. Geïnteresseerd in dit werk heeft hij indertijd een toerustingscursus gedaan waarmee hij aan de slag kon als vrijwilliger aan het bed thuis. "Je moest het werk wel aankunnen, anders werd je afgewezen."

Van theologie naar HR-Consultancy

Vanuit zijn theologische opleiding aan de Katholieke Universiteit Nijmegen was Jan werkzaam geweest in het parochiewerk en toerustingswerk, als godsdienstleraar en docent voor ziekenverzorgenden in de Maartenskliniek. De eindschrijft bleek een struikelblok te zijn voor het afronden van zijn studie. Hij was meer met andere dingen bezig. Zo was hij o.a. betrokken geraakt bij de adviesbranche en daarin als trainee werkzaam. Zijn werkgever drukte hem wel op het hart toch vooral zijn studie af te maken.

Na nog een uitstapje bij een andere organisatie besloot Jan binnen een eigen BV als zelfstandige aan de slag te gaan, waarna hij na enige tijd weer bij zijn eerste werkgever belandde.

Vrijwilliger aan het bed

Ja, en hoe raak je dan betrokken bij de terminale thuiszorg in Gorinchem? "Dat kwam doordat ik in 1996 in het regionale krantje een interview van iemand las die zeven maanden lang haar eigen man had verzorgd." Dat leek Jan ook wel wat. Gesprekken en trainingen volgden, met als resultaat dat hij bij de VTZ Leerdam actief werd als vrijwilliger aan het bed. Later liep dat uit op een bestuursfunctie. In al die ruim 20 jaar dat Jan betrokken is bij de palliatieve zorg is er uitgebreid aandacht geweest voor de vrijwilliger. Nog steeds is er jaarlijks het vrijwilligersuitje (ter leringhe ende vermaeck), het kerstdiner en de kerstattentie. De vrijwilliger weet zich hierdoor gekend en gewaardeerd. Heel belangrijk.

Bestuurssecretaris

De ontwikkelingen gingen door; in 2000 werd het hospice aan de Haarstraat geopend en in 2005 werd de samenwerking tussen hospice en VTZ een feit in de Stichting Hospice Gorinchem-VTZ. Even was er nog de vraag: ga ik in het hospice meedraaien of blijf ik in de zorg thuis? Jan koos voor het laatste. Veranderende omstandigheden in de privésfeer noopten hem om enkele jaren wat meer afstand te nemen. Toen er in 2006 behoefte bleek aan een nieuw bestuurslid was dat voor



Jan Cornelissen
Bestuurslid - Hospice Gorinchem

hem een goede plek om weer actief mee te gaan draaien, eerst als algemeen lid en later als secretaris. In deze functie heeft hij dus ook al heel wat jaren het reilen en zeilen van de organisatie meegemaakt. Zo ziet hij de golfbewegingen, veroorzaakt door veranderingen in de maatschappij, zoals o.a. het ingaan van de WMO. Met de huidige uitbreiding van alle zorg aan huis zijn er nu ook meer organisaties die zorg thuis leveren. Dat heeft tot gevolg dat er voor het huidige Hospice Gorinchem minder inzetten zijn in de thuissituatie.

Jan noemt de mensen die betrokken zijn bij het zorghuis en de zorg thuis een hartverwarmende club met een bijzondere inzet voor dit mooie werk. Hij hoopt in de toekomst enthousiaste jonge mensen te kunnen verwelkomen. Je moet er als bestuur voor waken niet vast te roesten. Nieuwe impulsen zijn goed en welkom.

Deze nieuwsbrief is een uitgave van:



Contact: Ria van den Berg (Directeur)
Adres: Haarstraat 29, 4201 JA Gorinchem
Telefoon: (0183) 40 60 40
E-mail: info@hospice-gorinchem.nl
Internet: www.hospice-gorinchem.nl

Rabobank: NL53 RABO 0397 2226 37
ABN Amro Bank: NL68 ABNA 0403 6762 82

Ontvangt u onze nieuwsbrief liever digitaal? Laat het ons weten via een mail naar: info@hospice-gorinchem.nl

Wilt u ons steunen?

In deze nieuwsbrief treft u een donateursformulier aan. Wat uw bijdrage ook is, wij stellen uw steun zeer op prijs.

Waar wij nu behoefte aan hebben:

- Bijdrage voor onze nieuwe voorlichtingsfilm
- Sponsoring koffie/thee voor onze gasten en bezoek
- Linnengoed
- Nieuw servies

Vrijwilliger worden?

Bij onze stichting werken vooral vrijwilligers. Denk je erover onze organisatie als vrijwilliger te komen versterken? Kijk voor meer informatie op onze website (www.hospice-gorinchem.nl) of neem vrijblijvend contact met ons op via mail (info@hospice-gorinchem.nl). Bellen kan ook. Liefst van maandag t/m donderdag tussen 09.00 en 12.00 uur (0183 - 40 60 40).

Ontvangt u onze nieuwsbrief liever digitaal? Laat het ons weten via een mail naar: info@hospice-gorinchem.nl

Santa Run
23 december

Vrijwilligers hospice
nemen deel aan de
10^e Santa Run

Aandacht

*Aandacht is een
variatie van liefde.*

*Ze is een geschenk
dat je ontvangt
en geven kunt.*

*Ze is niet alleen
op zichzelf gericht.
Ze ziet ook een ander.*

*Ze verspreidt licht.
Ze heeft fantasie
en is verrassend.
Ze haalt mensen
uit de schaduw.*

*Ze is attent
en creatief.
Ze denkt aan wie
gemist wordt.*

*Ze kan stil zijn.
Maar ook stem geven
aan wat vergeten wordt.*

*Aandacht is voedsel
voor de ziel.
Onmisbaar als de liefde.*

Marinus van den Berg

Geslaagde open dag

Zaterdag 28 oktober organiseerde Hospice Gorinchem een open dag vanuit De Vijf Zinnen, schuin tegenover het hospice. Wethouder Freije verrichtte die dag een paar belangrijke handelingen. Hij onthulde niet alleen een naambord met ons vernieuwde logo, maar startte met een 'druk op de knop' ook de première van onze nieuwe hospicefilm. De belangstelling voor de open dag was overweldigend.

Vragen van buiten

Heel regelmatig krijgen wij het verzoek eens toe te lichten wat Hospice Gorinchem eigenlijk is en wat het allemaal doet. Wij vinden het belangrijk dat dan goed te kunnen laten zien én voelen. Dat is niet alleen essentieel voor mensen die in de toekomst gebruik willen maken van onze diensten, maar bijvoorbeeld ook voor mensen die als vrijwilliger bij de organisatie willen komen werken en voor organisaties die overwegen ons te steunen.

Onze taak voor het voetlicht

U weet vast al dat wij het als onze taak zien waardig sterven in een warme omgeving mogelijk te maken. Daarom ondersteunen we terminaal zieken (en hun mantelzorgers) dus in de laatste fase van het leven. Dat kan in het hospice, maar ook gewoon bij mensen thuis. Helaas is dat ondanks al onze inspanningen toch nog lang niet bij iedereen bekend.

Presentaties, rondleidingen, open dagen

Om onze organisatie nog meer bekendheid te geven én duidelijk te maken waar wij voor staan, leiden we mensen rond, geven we presentaties en organiseren we één keer per jaar een laagdrempelige open dag. Dat laatste deden we dit jaar op zaterdag 28 oktober. In en vanuit De Vijf Zinnen konden mensen 'een kijkje

in de keuken' van onze organisatie nemen. Er was een informatiestand, vrijwilligers beantwoordden er vragen en er waren rondleidingen in het hospice, schuin tegenover De Vijf Zinnen.

Première film

Tijdens de open dag was ook de première van onze nieuwe film. We investeerden samen met Rick Roos van De Beeldkazerne veel tijd en energie in het maken van die film omdat we ook los van open dagen willen kunnen laten zien hoe we mensen thuis ondersteunen en in welke sfeer zieken en hun naasten in het hospice verzorgd en ontlast worden. Beeld brengt de essentie immers vaak beter over dan woorden alleen. Bij de première van de film tijdens de open dag waren de commentaren ronduit lovend.

Ook meer weten of onze film zien?

Wilt u ook meer weten over Hospice Gorinchem? Bijvoorbeeld omdat u overweegt in de toekomst gebruik te maken van onze diensten, omdat u als vrijwilliger bij onze organisatie wilt gaan werken of omdat u onze organisatie wilt steunen? Wij presenteren onze organisatie met alle liefde en plezier op uw maat. Met een rondleiding, een gesprek of bijvoorbeeld met een presentatie bij uw organisatie.

Waarom steken we in het hospice een kaars aan?

December, een maand waarin een recordaantal kaarsen wordt aangestoken. In deze tijd van halogeen- en ledverlichting die winkels, straten en huizen in licht doet baden zoeken we met behulp van kaarslicht naar sfeer en warmte. Kaarslicht kan letterlijk een lichtpuntje zijn in donkere dagen. Het staat symbool voor (menselijke) warmte, intimiteit, herinnering en hoop.

Een bijzondere kaars in de hal

Ook in het hospice branden kaarsen. In de huiskamer in de vorm van waxinelichtjes in een sfeervolle houder op de grote tafel. Bij één gelegenheid wordt echter de grote kaars in de hal aangestoken, namelijk na het overlijden van een van de gasten. Het bloemstuk, dat doorgaans op de sokkel in de hoek bij de trap staat, wordt vervangen door de grote standaard met kaars. Deze blijft branden tot de overledene het huis heeft verlaten. Een teken van aandacht, herinnering en respect.

Respectvol omgaan met gasten is iets wat iedere vrijwilliger vanaf het begin op het hart wordt gedrukt. Misschien overbodig, want vrijwilliger in een hospice word je niet zomaar. Maar toch is het af en toe nodig om in een zo grote en diverse groep dingen te regelen. En dan wordt een protocol geschreven. Zo is er een protocol om aan te geven wat er zoal moet gebeuren om e.e.a. na een overlijden goed en respectvol te laten verlopen. Dit betreft nabestaanden van de overledenen, vrijwilligers en professionele hulpverleners, kortom allen die bij een overlijden betrokken zijn.

De laatste zorg

Naast alle persoonlijke begeleiding en verpleegkundige, technische en administratieve handelingen is er de zorg voor de overledene. De laatste zorg. Als daar gelegenheid voor is, wordt hier al bij leven over gesproken met de gast en diens familie en/of vrienden. De laatste zorg wordt in het hospice in de regel uitgevoerd door enkele vrijwilligers, die zijn geschoold door een begrafenisondernemer. Ook zij kunnen terugvallen op een protocol, waarin met veel aandacht en respect wordt aangegeven welke handelingen uitgevoerd moeten of kunnen worden. Daarbij neemt overleg met nabestaanden een belangrijke plaats in. Hun keus is heel belangrijk en ook kunnen zij bij deze laatste zorg actief worden betrokken.

Heiltje Roos is een van de vrijwilligers die binnen het hospice geschoold zijn om de laatste zorg te verlenen. Vanuit haar ervaring en scholing in de uitvaartwereld voelde zij zich aangetrokken tot dit werk. Zo leidt zij tegenwoordig met een medevrijwilliger die ook ervaring heeft opgebouwd in deze branche de nieuwe vrijwilligers op die zich aanmelden voor



het uitvoeren van de laatste zorg. Dat de uitvaartverzorgers e.e.a. met een gerust hart aan hen overlaat, zegt genoeg over de kwaliteit van hun werk.

Heiltje benadrukt dat de keus voor het eventueel meehelpen ligt bij de nabestaanden. Zij bepalen zelf of ze erbij willen zijn of niet. Meestal blijkt dat na een eerste aarzeling of afwijzing er toch familieleden aanwezig willen zijn en automatisch ook gaan meehelpen. "We benoemen ook alles wat we doen en nemen hen zo mee in het uitvoeren van de laatste zorg. Het fijne van dit werk is dat je het zo goed kunt afronden. Het is mooi werk. Ik zeg thuis wel eens: ik heb mijn salaris weer binnen."

Zorgvuldigheid, respect en aandacht

Zorgvuldigheid is een van de kernwoorden bij het afscheid nemen van een gast. In dat kader hoort ook de gewoonte dat de dienstdoende vrijwilligers meelopen met de rouwauto naar de poort en zo de overledene uitgeleide doen. Hierna wordt de kaars in de hal gedoofd en neemt het bloemstuk weer de plek in van de kandelaar. De vrijwilligers zelf kunnen daarna nog uiting geven aan hun betrokkenheid met de gast door een condoleancekaart te tekenen en/of om later de begrafenis of crematie bij te wonen. Ook tijdens de jaarlijks in april te houden Herdenkingsdienst, waarvoor de nabestaanden van in het afgelopen jaar overleden gasten uitgenodigd worden, kunnen zij opnieuw betrokken worden bij het herinneren en gedenken.



Wel zwaar zeker dit werk?

Wanneer onze vrijwilligers aan familie en bekenden vertellen dat ze in een hospice werken of thuis terminaal zieken ondersteunen horen ze vaak 'wel zwaar werk zeker?' en 'wat bijzonder dat je dit werk doet!'. Ze weten niet altijd hoe ze daar op moeten reageren. Want bijzonder 'ja dat is het', maar zwaar, nee dat vinden ze over het algemeen niet. Want het geeft je ook vaak zo veel terug: een goed gevoel omdat je een ander kan helpen, een fijn gesprek waaraan je zelf ook vaak veel overhoudt, een zinvolle invulling van vrije tijd en mooie contacten met collega vrijwilligers waaraan je soms een vriendschap overhoudt. Maar ook meer wijsheid voor jezelf. Natuurlijk soms ook verdriet waarvan je toch soms een stukje meeneemt en lichamelijk is het ook niet altijd makkelijk. Twee keer per week (waarvan twee keer

per maand in een weekend) ondersteunen onze vrijwilligers onze gasten, zieken thuis en hun naasten. En dat het hele jaar door, ook tijdens de feestdagen wanneer veel anderen al of niet in familiekring genieten van deze vrije dagen. Wij vinden het dus wel heel bijzonder wat ze doen.

Groei

Vrijwilligers krijgen voor ze aan bed gaan werken altijd een uitgebreide scholing. Tijdens deze scholing leren ze omgaan met alle facetten van de terminale zorg. De praktische verzorging van zieken in bed, de communicatie met zieken en naasten, maar ook een stukje geestelijke ondersteuning. Hoe verloopt een rouwproces en kan je daar je eigen ervaring bij inzetten en wat nu juist niet. Vrijwilligers komen tijdens deze fase zó dichtbij de mens, maar

moeten ook de nodige afstand kunnen nemen en bewaren. Hoe doe je dat, maar hoe zorg je ook goed voor jezelf zodat je het kunt volhouden. Dit moet iedereen voor zichzelf invullen, want de randvoorwaarden voor een goede ondersteuning zijn bekend, maar iedere situatie is anders en moet naar eigen inzicht worden ingevuld. Er zijn voor de ander, maar niet tot elke prijs. Natuurlijk is het soms zwaar om mensen in deze fase te ondersteunen, maar dit wordt vaak niet zo gevoeld. Meer nog, vrijwilligers geven na een aantal jaren vaak aan hoe ze gegroeid zijn, niet alleen in dit werk maar ook privé. Ook voor hen dus een waardevolle ervaring.

Deskundigheidsbevordering

Voor onze organisatie zijn trainingen en cursussen een belangrijke manier om onze vrijwilligers te ondersteunen in het werk. Het doel van het scholingsaanbod is het waarborgen van kwaliteit, zodat de vrijwilliger zich een waardig partner weet voor de zieke mens en diens naasten. Maar net zo belangrijk is het bevorderen van welbevinden van de vrijwilliger. Leren blijkt namelijk een belangrijke motivatie om vrijwilligerswerk te doen. Ook het afgelopen jaar heeft onze organisatie weer een aantal trainingen aangeboden, soms in eigen beheer, soms via onze landelijke organisatie VPTZ. Wij zijn dan ook trots op onze goed opgeleide en betrokken vrijwilligers.



Ook onze gasten, zieken thuis en hun naasten geven het aan ons terug: "Onze vader was dankbaar voor alle goede en liefdevolle zorg die aan hem is besteed door alle vrijwilligers. Wij hoorden van hem dat hij goed werd opgevangen als hij bang en onzeker was waar het zijn levenseinde betrof. Vanaf het allereerste begin voelde hij zich bij jullie thuis. Wij als naaste familie delen die dankbaarheid."

"Hier loop ik warm voor!"

Ook dit jaar vond in de week van 6 t/m 10 november voor de 6e keer in Gorinchem De Week van de Dialoog plaats. Op basis van een landelijk initiatief werden in deze week op 14 plekken, verspreid over de stad Gorinchem, dialooggesprekken gehouden met als thema "Hier loop ik warm voor".

Een van de plekken werd aangeboden door het hospice in de Haarstraat. Hier verzamelden zich op donderdagmiddag 9 november jl. zes mensen uit diverse (vrijwilligers)organisaties om met elkaar in dialoog te gaan. Drie hospicevrijwilligers (Roos de Fijter, Germaine Willink en Heiltje Roos), een ondernemer uit de vastgoedsector en een geestelijk verzorgster uit de gezondheidszorg spraken o.l.v. een getrainde gespreks-

leidster over motivatie, inzet en dromen. Germaine was zeer enthousiast over het gesprek. "Het was ontzettend leuk om eraan mee te doen. Heel persoonlijk en volstrekt niet vrijblijvend. Prachtig om op een gelijkwaardige manier te kunnen spreken met onbekenden over allerlei levensvragen en elkaar daarin te herkennen. Over wat je drijft en waar je van droomt. Om te zien wat voor de ander belangrijk is in leven en werken. Verrassend



wat je dan ook van je medevrijwilligers te horen krijgt. Je leert ze daardoor weer anders en beter kennen."

Na het gesprek volgde een rondleiding door het hospice, waarbij bleek dat de andere deelnemers zich bewust hadden opgegeven voor deze locatie, omdat ze benieuwd waren naar het hospice als huis en organisatie.