



## Nieuwsbrief Hospice Wassenaar

# Maatwerk, ook in de stilte van de nacht.....

*Binnen het vaste professionele zorgteam van Hospice Wassenaar neemt Jeannette Steiner een speciale plaats in. Werken al haar collega's in dag- én nachtdiensten, verpleegkundige Jeannette is er alleen 's nachts. Met haar bijna 40-jarige ervaring in diverse takken van de verpleging voelt zij zich thans helemaal thuis in de palliatieve zorg.*



Jeannette is 57 jaar, heeft een dochter en woont in Leiderdorp. Het 'nachtleven' bevalt haar uitstekend, dit in tegenstelling tot veel verpleegkundigen die toch moeite hebben met een verschoven levensritme. Was dit een bewuste keuze van haar? Jeannette schudt haar hoofd en zegt: "Eigenlijk is het mij gewoon overkomen op het moment dat ik van werkring veranderde en bewust koos voor palliatieve zorg. Via mijn werkgever kwam ik terecht bij het hospice in Leiden. Ik was dolblij met die aanstelling want na een aantal jaren in de palliatieve unit van een verpleeghuis en korte tijd in de terminale thuiszorg wilde ik heel graag in een hospice, die zo rond de eeuwwisseling steeds meer in opkomst waren, gaan werken.

Nu draaide het in die functie wel uitsluitend om nachtzorg en dat was ik al jaren niet meer gewend. Ik wilde echter zó graag in een hospice werken dat ik aangaf die nachten geen probleem te vinden. Al snel kwam ik er achter dat ik de juiste beslissing had genomen.

Mijn dochter heeft het nooit als vervelend ervaren dat haar moeder niet altijd thuis sliep en kon ook altijd bij mijn zusje slapen, als zij dat graag wilde."

Nachtdiensten draaien betekent natuurlijk overdag slapen. Jeannette heeft daar, weliswaar voorzien van een paar oordoppen en een verduisteringsbandje om haar ogen, weinig moeite mee: "Ik slaap prima en als ik eind van de middag wakker word, ga ik eerst lekker douchen, maak een kopje koffie, rommel wat in huis, ga voor mijzelf koken en om een uur of half tien stap ik op de fiets. Vanaf het station neem ik de bus naar Wassenaar waar ik meestal rond half elf aan kom. Dan nog een wandelingetje van 10 minuutjes en ik ben bij het hospice."

Aangekomen wordt de dienst overgedragen door haar collega die tot 23.00 uur heeft gewerkt. Alle bijzonderheden worden

uitgewisseld en vaak lopen zij samen nog even de gasten, die nog wakker zijn, langs zodat zij weten dat er een andere

verpleegkundige is gearriveerd. Soms blijft de collega van de avonddienst nog wat langer om zo samen een bepaalde gast beter te kunnen installeren voor de nacht. Eenmaal alleen in haar dienst heeft Jeannette een vaste routine waarmee zij begint: "Ik lees mijn dossiers en maak nog een ronde langs de gasten en door het huis. Ik controleer of alle deuren volgens de regels óf open óf dicht zijn, dat er geen onnodige verlichting aan is en sluit wat ramen want het kan 's nachts best koud worden, vervolgens maak ik een begin met mijn rapportage. Het wezenlijke verschil met de dagdienst, waarin het in huis veel levendiger is, is dat je tijdens de nacht echt alleen op jezelf bent aangewezen en dat het stil is. Aanvankelijk hoor je nog wel wat autoverkeer, maar ook dat stopt op een gegeven moment en dan is de stilte bijna tastbaar."

Als het hele huis in diepe rust is en de gasten vragen geen zorg is het toch een hele kunst om wakker te blijven. Jeannette heeft ook daar zo haar eigen systeem voor: "Ik zorg dat ik mijn klusjes goed over de nacht verdeel en als bijvoorbeeld de afwasmachine nog uitgeruimd moet worden, doe ik dat en soms lees ik wat.....maar er zijn ook nachten dat de tijd om vliegt.



*vervolg op pagina 2*

## Inhoudsopgave

Nieuwe coördinator...	2
Ervaringen van nabestaanden van onze gasten	3
"Het is vandaag geen fijne dag"	4
Leven en werken met verlies	6
Een verjaardagscadeau	7

Ik ben altijd extra alert als er iemand onrustig is, de angst dat die gast gaat 'spoken', terwijl ik nodig ben in een andere kamer, misschien wel uit bed valt en een heup breekt.....ik moet er niet aan denken! Veiligheid staat bij mij echt bovenaan. Een bijzondere nacht wordt het ook als er iemand gaat overlijden en de familie waakt; dan ben je er vanzelfsprekend ook voor hen.

Als er meerdere gasten zorg en aandacht vragen, kan ik altijd een beroep doen op het 24-uurs team. Dat zijn de collega's die dag en nacht beschikbaar zijn ter assistentie."

De vraag of er in dit werk, zoals in zovele andere beroepen, ook een routine sluipt, wimpelt Jeannette meteen af: "Dit werk is maatwerk, iedere gast is anders en heeft zijn of haar eigen behoeftes. Soms zijn mensen angstig tijdens de nacht. Dan ga ik ernaast zitten en dat geeft rust. De gesprekken die dan ontstaan zijn vaak heel persoonlijk en ook komt het voor dat er bekentenissen worden gedaan die nog nooit aan iemand verteld zijn. Het naderende einde heeft 's nachts, als je meer op

jezelf bent teruggeworpen, een grotere impact dan tijdens de gewone routine van overdag."

Verpleegkundigen krijgen soms heel wat op hun bordje, zowel fysiek als emotioneel. Het is werken met je handen en met je hart. Voor hen is er ook een luisterend oor indien zij dat nodig hebben, zowel bij de coördinatoren als bij de collega's. Jeannette maakt van deze mogelijkheid gebruik indien zij dit nodig acht: "Soms twijfel je wel eens. Heb ik het wel goed gedaan? Het is prettig dat je er met je collega over kunt praten. Het komt ook voor dat als er iemand tijdens de nacht is gestorven, mijn collega van de dagdienst die mij komt aflossen, en ik samen nog even rustig bij dat bed gaan zitten. Ook wij zijn warmvoelende mensen en niet alleen maar iemand die toevallig dit werk doet. Het is altijd weer een bijzonder geschenk dat je met je zorg en aanwezigheid echt iets te bieden hebt in die allerlaatste levensfase."

*Wil de Looze*

## Nieuwe coördinator stelt zich voor

Op 1 juli trad ik in dienst van het Hospice Wassenaar. Dertig jaar geleden begon ik als verpleegkundige in het ziekenhuis waar ik mij specialiseerde in de stomazorg. Ik vond toen al dat sommige mensen in het ziekenhuis wat extra zorg verdienden en in de functie van stomaverpleegkundige kon ik die realiseren. Daarnaast begeleidde ik ook de vrouwen met borstkanker. Deze specialisaties waren destijds in de pioniersfase, maar zijn nu niet meer weg te denken. Toen ik na tien jaar werd gevraagd door een bedrijf om medische hulpmiddelen te verkopen heb ik daar na enige twijfel positief op gereageerd. Een zelfstandige job waarbij ik in zowel sales- als marketingfuncties enorm veel ervaring heb opgedaan. Toch bleef het kriebelen en het gemis van een aantal aspecten uit de zorg werd steeds meer voelbaar. Na een sabbatical van een jaar kwam de vacature van het hospice voorbij en het werd voor mij duidelijk dat ik deze kans niet voorbij moest laten gaan.

Vanaf de eerste dag al voelde het goed. Zodra ik de lift uitstapte, voelde ik mij welkom en was er een sfeer van gastvrijheid. Juist die gastvrijheid die het hospice uitstraalt, wil ik ook de gasten bieden die in het hospice verblijven. Hoe meer iemand zich ergens thuis voelt, des te meer iemand zichzelf kan zijn. En dat is juist zo essentieel omdat het de echtheid weergeeft van hoe wij als mensen met elkaar omgaan. Opvallend in het begin, maar vanzelfsprekend op dit moment vind ik de ruimte die er is voor de gasten en hun familie en vrienden om emoties te kunnen uiten. Dit kan intens verdriet of boosheid zijn, maar ook blijheid of opluchting. Uitersten



wisselen elkaar hierin af. De sfeer waarin dit alles gebeurt, wordt gecreëerd door de omgeving maar vooral door de mensen die werken in ons hospice. De vrijwilligers die er met geduld en toewijding zijn voor de gasten. De verpleegkundigen die zeer professioneel en met veel respect de zorg bieden voor iedere gast op een persoonlijke wijze. Mijn collega-coördinatoren die mij het vertrouwen hebben gegeven om samen met hen verantwoordelijk te zijn voor de dagelijkse gang van zaken in het hospice. Met ons allen zijn we een team dat er ieder moment van de dag voor gaat om voor onze gasten zoveel mogelijk kwaliteit toe te voegen aan het laatste stukje van hun leven. En dat is een mooie taak en ik voel me bevoorrecht dat ik hier een aandeel in mag hebben. Ik durf nu al te zeggen dat ik nog geen moment spijt heb gehad van mijn besluit om dit werk te gaan doen.

*Ingrid Schonk*

# Ervaringen van nabestaanden van onze gasten

Vanuit het hospice wordt enige weken na het overlijden van een gast aan de nabestaanden gevraagd of zij hun ervaringen en indrukken tijdens het verblijf in het hospice aan de hand van enkele korte vragen willen weergeven.

De brief met de vragen wordt verstuurd door het bestuur. Op deze wijze wordt aangegeven hoezeer het bestuur samen met coördinatoren, verpleegkundigen en vrijwilligers hecht aan en ook graag leert van deze ervaringen. Zo horen de direct verantwoordelijken over hoe de kwaliteit van verpleging en verzorging wordt beleefd, als de nabestaanden na enige tijd terugkijken.

Aan de nabestaanden worden o.m. vragen gesteld over hun ervaringen t.a.v. de opname en de informatie, de zorg door verpleegkundigen, artsen, vrijwilligers en coördinatoren, de sfeer en de inrichting van het hospice en de nazorg. Tenslotte wordt er naar eigen ervaringen, suggesties en opmerkingen gevraagd. Veel nabestaanden geven (meestal in de persoon van de contactpersoon) hun reacties. Het lijkt het bestuur goed u een indruk van deze reacties te geven.

Door het grote verschil in opnameduur van de gasten (variërend van enkele dagen tot vele weken) heeft de ene familie veel uitgebreidere ervaringen dan de andere. Wij mogen in alle eerlijkheid zeggen dat in het algemeen de reacties buitengewoon positief zijn. De gasten komen meestal uit de thuissituatie of een ziekenhuis en soms uit een verpleeg- of verzorgingshuis. Dikwijls is de zorg die in een hospice kan worden gegeven onbekend. Dan blijkt duidelijk hoe de rust in het hospice, de aandacht en de wijze van zorgverlening aan de gasten en familie als verrassend worden gewaardeerd. De zorg door de verpleegkundigen, door de vrijwilligers, de begeleiding en de aandacht van de coördinatoren, de sfeer in het hospice, het rekening houden met eigen wensen: al deze aspecten krijgen veel lof en waardering. Juist in de moeilijke laatste fase van het leven blijken de zorgverlening, de aandacht en het nemen van tijd een grote rust te geven en een troost te zijn. Uit de reacties blijkt veelal een "thuisgevoel": men kan zichzelf zijn. Ook de medische zorg wordt veel genoemd. De deskundigheid is een punt van lof. In het bijzonder worden ook de waardigheid rond het sterfbed en de nazorg vanuit het hospice veelvuldig genoemd als troost en als hulp bij de verwerking.

Enkele citaten mogen als voorbeeld wel vermeld worden:

*“wat een zegen dat moeder op het laatst dit nog heeft mogen meemaken” / “de verpleegkundigen en vrijwilligers zijn engelen van zorg en geduld” / “je kon zo goed je verhaal en problemen kwijt, dat heeft zoveel rust gegeven” / “de warmte en sfeer hebben ons door zoveel verdriet heen geholpen” / “de hartelijkheid die je ieder keer ervaart” / “wat fijn dat er zulke instellingen zijn in ons land, daar moeten er meer van zijn”.*

Natuurlijk zijn er ook op- en aanmerkingen. Over het lawaai soms op de gang, over de logistiek rond de maaltijden, er gaat wel eens iets mis in de communicatie, het komt voor dat er problemen over de kamer zijn wanneer iemand weer teruggeplaatst zou moeten worden. Maar deze opmerkingen zijn ver in de minderheid. Echte suggesties over wat anders zou kunnen of andere wensen hebben we in feite tot nu toe niet gehoord.

Bestuur en medewerkers zijn zeer erkentelijk voor al deze reacties. Ieder streeft er vanuit zijn of haar eigen functie naar om de zorg in deze laatste levensfase zo goed mogelijk te doen zijn. Dat is niet altijd eenvoudig. Het bestuur is al degenen die dagelijks dit werk doen dankbaar voor de bijzondere inzet waarmee dit gebeurt: coördinatoren, verpleegkundigen, artsen en alle vrijwilligers zonder wie dit werk niet mogelijk zou zijn.

Wij mogen heel blij zijn dat ons hospice in de drie jaar van zijn bestaan functioneert zoals het doet. Maar dat betekent niet dat we het nu wat rustiger aan kunnen gaan doen. Iedere dag opnieuw en rond iedere gast weer wordt de volle inzet gevraagd om deze speciale laatste zorg optimaal te kunnen geven. Wij zijn daartoe in staat en wij zullen dat blijven doen.

*Jaap Visser, Bestuur Hospice Wassenaar*





## “Het is vandaag geen fijne dag”

De goudkleurige tonen van de bladeren om ons heen zijn langzaam aan het verdwijnen. De takken van de bomen, bijna kaal, vormen fier en krachtig het uitzicht vanuit het hospice. Als een trouwe wachter komt de toren van de Dorpskerk weer in zicht aan de achterkant.

Zo verglijden de seizoenen, als de weken, soms dagen van onze gasten.

Als het over de dagen gaat, betekent dat voor ons, dat wij veel afscheid nemen en verwelkomen.

Ondanks het gegeven voor ons allen in het hospice, dat wij weten waarom wij er zijn, raakt ons dit telkens weer. Het vertrouwen dat wij krijgen van onze gasten en hun naasten is een van de mooiste ervaringen van ons werk.

De warme, gezellige liefdevolle omgeving voelt voor familie en gasten als een mantel, met veel zakken vol leven, vol liefde, vol verdriet.

Aan onze ‘stam’ tafel zitten onze gasten, vrijwilligers en familie. Lach en traan staan soms broederlijk naast elkaar op het menu.

Kleinkinderen kruipen spelend met auto’s over de vloer. Zittend op de knietjes wordt er aan de tafel met overgave een tekening voor de zieke oma gemaakt.

Ontroerende, bijzondere gesprekken met kinderen, gaan vrijwel altijd over het leven. Dan staat er ineens een klein stoer mannetje met zijn vliegtuigje in zijn hand, met grote bruine ogen naar je op te kijken en zegt: “Het is vandaag geen fijne dag”. Deze zes woorden zeggen alles over het verdriet dat hij voelt, omdat er gewaakt wordt bij zijn oma. Hij laat zijn vliegtuigje een looping maken door de lucht en speelt weer verder.

In je kwetsbare volwassenheid kun je alleen maar zwijgend volgen. Zes woorden zijn genoeg om zoveel verdriet tot uiting te brengen.



Ik wens iedereen die ons hospice een warm hart toedraagt heel fijne decemberdagen.

*Elsbeth Zonneville,  
coördinator  
Hospice Wassenaar*

## Elk afscheid is de geboorte van een herinnering



Onder dit thema werd al weer voor de derde keer in september een herinneringsbijeenkomst gehouden in de kerk van de Vrijzinnige Geloofsgemeenschap NPB in Wassenaar. In het jaar daarvoor waren 55 gasten overleden; zij werden herdacht in deze bijeenkomst. Veel familie en vrienden waren aanwezig. Met mooie overwegingen, muziek en zang en de traditionele bloemengroet werd weer even stil gestaan bij hen die overleden zijn in ons hospice. Als je dan op het eind die volle vaas met zonnebloemen ziet staan - voor iedere gast één - dan wordt het weer duidelijk dat we zoveel gasten, hun familie en vrienden hebben bijgestaan in de laatste dagen of weken. Hieronder volgt de overpeinzing die door Mariëlle Soet, verpleegkundige in het hospice, is uitgesproken.

## Geniet ten volle van vandaag.....

Kwart voor zes, de wekker gaat. Niet mijn meest favoriete moment van de dag. Ochtendrituelen volgen, o.a. het lezen van een stukje tekst behorende bij vandaag: “Leef één dag tegelijk. Probeer niet vooruit te rennen en dingen voor morgen te regelen, want morgen komt misschien wel nooit. Geniet ten volle van vandaag, geniet alsof het je allerlaatste dag is.”

Zachtjes sluip ik de kamers van dochter en zoon in, nog even een kus; slapend zijn pubers toch best heel lief. Tijdens de stille rit naar Wassenaar rijd ik heerlijk met het raam open. Ik geniet van de ochtendmist, die als een deken over de natte grasvelden ligt. De opkomende zon werpt er haar eerste stralen op. Ik parkeer mijn auto, druk op de hospicebel en stap de lift in. Boven gekomen gaan de deuren open, kaarsen branden en er staan prachtige bloemen. Mijn collega uit de nachtdienst zegt: “Ik zal je maar meteen vertellen dat mijnheer op kamer 4 is overleden.” Nu ben ik echt wakker. Ze deelt haar verhaal met me als we samen naar het levenloze lichaam kijken: “De familie zei dat je wel keihard moet zijn als je dit werk doet.”

Ik herken zulke reacties wel: “Jeetje, werk je in een hospice? De dood, al dat verdriet, ik zou dat echt nooit kunnen.”

Ik heb mij dan ook voorgenomen dat ik, als ik ‘verhard’ ben en niet meer met mijn hart kan werken, beslist een andere baan zoek. Tot nu toe prijs ik mij gelukkig met de, zoals we dat in het hospice wel noemen, ‘kippenvolmomenten’. Momenten die intens waardevol en leerzaam zijn op mijn eigen levenspad.

Ik doe mijn naambordje op: Mariëlle Soet, verpleegkundige. En verder: Florence, zorg met respect. Woorden die doelen op de thuiszorgorganisatie waarvoor ik werk, maar die voor mij van essentiële betekenis zijn in mijn vak.

*Florence:*

***Florence Nightingale deed de legendarische uitspraak: “Verplegen is een kunst.”***

*Zorg met respect:*

***respect komt van het werkwoord respectare (Latijn), dat letterlijk ‘opnieuw zien’ betekent.***

Elke keer als ik voor een gastenkamer sta, probeer ik weer opnieuw te zien wat er nodig is. Op het moment dat ik de deur open, treed ik een heel persoonlijke ruimte binnen waar de gast, samen met de naasten, het laatste stukje leven leeft. Ga ik naar binnen omdat ik zo nodig vanuit een schijnbaar goed bedoeld Florence Nightingale gevoel wil helpen? Een arm om iemand heen wil slaan (iets wat we zo snel doen), omdat IK zo nodig wil troosten? Ga ik naar binnen vanuit dat stukje ego dat zo graag GOED wil doen? Of kan ik elke keer en op elk moment de gast opnieuw zien, respect hebben voor het feit dat het zijn of haar proces is. Dat ik zorg kan geven met mijn handen op mijn rug wil zeggen: niet meteen vanuit MIJN behoefte handelen, maar heel precies proberen aan te voelen wat de ander nodig heeft.

Het leveren van die zorg schenkt mij die gouden kippenvolmomenten waarvan ik er hier graag een aantal noem:

- “Zuster, voordat ik straks ga slapen en nooit meer wakker word, wil ik zo graag nog één keer naar de wc en als ik weer in bed lig, wil ik graag nog één keer een hapje ijs proeven...”
- De vrijwilliger die vraagt: “Mariëlle, mag ik even bij je zitten.....de vrouw die we net hebben verzorgd is net zo oud als ik. Het komt zo dichtbij...”
- De Keniaanse man, jonger dan ik. Gevlucht uit zijn land, waar eerder zijn vrouw en kinderen verongelukt waren, probeerde hier een bestaan als krantenbezorger op te bouwen. Pijn in zijn rug bleek een vergevorderd stadium van kanker dat o.a. zorgde voor verlamming van zijn

onderlichaam. Een pikzwart atletisch lichaam, benen die een marathon hadden kunnen lopen, maar nu slap op de lakens liggen. De witte luier die ik bij hem omdoe, is bijna beschamend. Hij wil met zijn rolstoel in die ene streep zonlicht zitten en daarna praat hij voor het eerst die ochtend: “Sister remember: keep your eyes and ears always open, but keep your mouth shot.” Deze wijsheid is een cadeau dat ik een leven lang met mij mee zal dragen.

- De man met een rotsvast geloof in God legt zijn doodzieke hoofd op mijn arm, hij fluistert: “Hoe kan ik nu toch zo verschrikkelijke bang zijn...?”
- Ik help een 96-jarige vrouw onder de douche. Naakt zit ze daar, een lichaam dat bijna een eeuw oud is. De blauwe douchemuts op die minstens al de helft van die eeuw met haar meegaat. Ontroerd voel ik me heel klein.
- De man wiens handen op mijn schouders rusten om zo naar de postoele te schuifelen. We lachen, wat wordt het vandaag: een Weense wals of de tango? Hij geeft mij in het bijzijn van zijn zoon een veelbetekende knipoog met zijn helblauwe ogen. We wisten alle drie dat in die ene knipoog, de heimwee naar het leven, zijn man zijn en al zijn verdriet en onmacht lagen besloten.



Aan het slot van mijn dienst sta ik met een coördinator en een vrijwilliger buiten op de stoep en kijk de vertrekkende begrafenisondernemer na. De zon begint te schijnen, de klokken van de kerk luiden. Einde van een hospicedag. Naar huis rijdend denk ik aan de tekst van vanochtend: Geniet ten volle van vandaag, geniet ervan alsof het

je allerlaatste dag is. Vroeger zou ik het een cliché hebben genoemd, nu weet ik dat het werkelijk zo is!

Thuisgekomen komt keiharde muziek mij tegemoet en ik tref een viertal chips etende pubers aan. Voor even trek ik mijn schouders op. Kijk om mij heen in het huis waar ik na mijn scheiding met de kinderen ben gaan wonen en ineens lijkt het een paleis. Het Ikea-bankje is absoluut de mooiste bank van het westelijk halfmond. Ik schenk mezelf een glas wijn in en proost op het leven.

*Mariëlle Soet*

## Leven en werken met verlies

In september en oktober hebben vier vrijwilligers en een verpleegkundige van Hospice Wassenaar een cursus doorlopen bij het opleidingsinstituut Stavoor. Dit instituut richt zich onder meer op mens en samenleving; het traint en ondersteunt individuen, organisaties en gemeenten die zich inzetten voor een betere samenleving. Ank, Mary, Maryo, Joke en verpleegkundige Jill brachten in totaal vijf dagen door in een schitterend oud klooster in Zenderen.

We spreken met een enthousiaste Joke Jansen, vrijwilligster in het hospice vanaf het eerste uur: "Ik ben de enige binnen het hospice die nu twee keer deze cursus heeft gevolgd en wat voel ik mij bevoorrecht dat ik deze kans kreeg." Het onderwerp van de cursus was: Leven en werken met verlies. In twee blokken van drie en twee aaneengesloten dagen werd er intensief gewerkt in een kleine groep van 14 personen. Joke: "De insteek van deze cursus is eigenlijk om er achter te komen hoe je zelf omgaat met verdriet en verlies. Pas als je dat weet, kun je een ander bijstaan of hulp bieden. Het mooie van deze intensieve dagen (van 10.00 tot 22.00 uur) is dat je even bewust stil gaat staan midden in je drukke leven van alledag en kijkt naar je eigen reacties en gedrag in bepaalde situaties. Je volgt hierbij het principe van de 4 G's:

- er vindt een Gebeurtenis plaats;
- dit levert een Gevoel op;
- hier vorm je een Gedachte bij;
- dit leidt tot een Gedrag.



Joke Jansen

Verlieservaringen zijn doorgaans pijnlijk, maar kunnen ook verdieping en verrijking brengen in het leven. Op de cursus wordt ook geleerd om deze "winst" in het verlies te ontdekken, vaak puttend uit persoonlijke ervaringen. Dit levenskapitaal kun je inzetten op allerlei levens- en werkterreinen ten bate van jezelf en anderen. De cursisten worden ook geconfronteerd

Door het spelen van rollenspellen en het bespreken van praktijksituaties en daarbij structureel de 4 G's te doorlopen en te bespreken leer je jezelf kennen. Nu klinkt dit wat abstract en zweverig misschien, maar deze dagen voegen echt wat toe aan je persoon".

met een drietal vragen;

### Wat haal ik in het hospice?

Joke: "Kippenvelmomenten, het gevoel dat ik hier bij mag zijn in de meest intieme momenten van iemands leven".

### Wat breng ik in het hospice?

Joke: "Mijn ervaring vanuit mijn achtergrond in de zorg, maar tegelijkertijd haal ik er ook elke keer weer nieuwe ervaring uit!".

### Hoe kan ik de ander nabij zijn?

Joke: "Leer om bij jezelf te blijven, wat kan ik en wat wil ik. Leren herkennen van soorten verdriet, iedereen uit zich op zijn manier. Verdriet laat zich niet vangen in één hokje".



Mary, Ank, Maryo en Jill

Joke heeft na haar eerste cursusdeelname twee jaar geleden op één van de thema-avonden voor de vrijwilligers een presentatie gehouden over de cursus. "Deelname aan deze cursus is op basis van vrijwilligheid, maar ik kan iedereen binnen het hospice van harte aanbevelen ook eens te gaan. Alhoewel ik begrepen heb dat de subsidie volgend jaar grotendeels weg valt voor dit soort opleidingen, hoop ik dat er een manier gevonden kan worden om toch elk jaar een groep deel te laten nemen."

Naast de cursuselementen was er een ander aspect dat Joke minstens zo waardevol vond. "In de groep zaten deelnemers van nog drie andere hospices. Gedurende de 5 dagen dat je samen bent, kun je natuurlijk ook uitgebreid elkaars verhalen en ervaringen horen. Deze toets van je eigen functioneren aan de praktijk van een ander levert een schat aan kennis en informatie op."

Uiteraard hebben de cursisten als vrijwilligers van Hospice Wassenaar aan de training deelgenomen, maar Joke geeft aan dat dergelijke sessies een algemene verrijking zijn. "Het is goed om eens bewust stil te staan bij je eigen functioneren. Je hoeft niet per se terug te kijken, maar gewoon even de tijd nemen om na te gaan of je op de juiste weg bent en je af te vragen of je jezelf daarbij prettig voelt".

Ruud Bellekom



## Afscheid van mevrouw B.

“Goedemiddag, we komen voor mevrouw B.”

Twee mooie jonge meiden, kortgerokt en grote ringen in de oren, stapten energiek de lift uit. “Op welke kamer ligt zij?” En daar sta je dan, want mevrouw B., die slechts een weekje bij ons verbleef, was de dag ervoor overleden. Zo tactvol mogelijk brachten we hen hiervan op de hoogte.

Steun zoekend bij elkaar trachtten zij dit bericht te verwerken. Terwijl het ene meisje haar tranen nauwelijks de baas kon, sloeg het andere troostend een arm om haar heen. De verpleegkundige en ik begrepen dat wij deze geschokte dametjes niet zomaar terug naar huis konden sturen en nodigden hen uit in onze zitkamer.

Zachtjes snuffend en maar herhalend dat “het allemaal zo snel gegaan was”, namen ze verdrietig kleine slokjes van hun thee en vertelden waarom mevrouw B. zo bijzonder voor hen was: “Wij werken in de thuiszorg en kwamen 4 jaar lang dagelijks meerdere malen bij haar over de vloer. Echt een heel lieve vrouw die nooit klaagde, altijd vriendelijk en dankbaar was en waar we allebei een hele speciale band mee hadden”.

Ze wilden eigenlijk al eerder naar het hospice komen, maar dachten er goed aan te doen mevrouw B. eerst een beetje te laten wennen aan haar nieuwe omgeving. Deze beslissing werd nu hartgrondig betreurd: “Hadden we maar niet gewacht, we hebben niet eens behoorlijk afscheid kunnen nemen toen zij thuis opgehaald werd!”

Jammer genoeg weet je nu eenmaal van tevoren niet altijd zeker of je ergens goed aan doet. De verpleegkundige vertelde hen dat het overlijden van mevrouw B. ook voor ons vrij onverwacht kwam, maar dat zij bij ons nog wel een paar goede dagen had gehad. Dat laatste deed hen zichtbaar goed.

Het bleek een stormachtig vertrek van huis te zijn geweest, dat min of meer onder druk van familieleden had plaatsgevonden. Nadat ze voor de laatste maal liefdevol de haren van mevrouw B. gekamd, haar nagels keurig verzorgd en steunkousen aangetrokken hadden, zagen de meisjes het wegdragen van hun mevrouw met lede ogen aan. “Ze werd direct op een brancard gelegd die, - omdat de kamer vrij vol stond -, hoog opgetild moest worden. Mevrouw B. had een nogal laag hangende antieke lamp. De broeders hadden niet in de gaten dat ze daar tegenaan zouden botsen, dus pakten wij het ding om het opzij te houden. Het aanwezige nichtje riep direct dat we wel voorzichtig moesten zijn met die lamp..... terwijl wij er alleen maar voor wilden zorgen dat mevrouw haar hoofd niet zou bezeren! Hoe typerend: wij dachten aan onze mevrouw, maar deze nicht was al nooit zo bezig met het welzijn van haar tante en vond de lamp belangrijker. De ambulance was vertrokken voordat wij het wisten en

dus spraken we meteen af hierheen te komen op onze vrije middag..... en dat is vandaag!”

Die laatste woorden kwamen er wat kleintjes uit en terwijl ze elkaar intens spijtig aankeken, vroegen zij of ze misschien nog wel de kamer mochten zien waar mevrouw haar laatste dagen had doorgebracht. We voldeden maar al te graag aan dit verzoek en stilletjes, de ruimte goed in zich opnemend, namen ze alsnog innig afscheid van mevrouw B.

Het meegebrachte plantje, dat wat doelloos in de zitkamer was achtergebleven, hebben wij later alsnog in de bewuste kamer gezet. Eigenlijk meer als eerbetoon aan deze twee oprecht warmhartige jonge vrouwen die saampjes de vaak zo negatieve uitlatingen over de thuiszorg die middag in een wel heel ander daglicht hadden gezet.

*Wil de Looze*

## Een verjaardagscadeau



Er stond weer taart op tafel in het hospice op 25 september. De derde verjaardag werd gevierd. En er was een speciaal verjaardagscadeau: de Quiltclub uit Voorschoten bood een prachtige quilt aan.

Met veel liefde heeft de Quiltclub uit Voorschoten speciaal voor het hospice een quilt ontworpen en er is lang aan gewerkt om deze in elkaar te zetten. In overleg met één van de coördinatoren hadden de dames de kleuren uitgezocht in harmonie met die in het hospice. Bij het doorpitten gebruikten zij drie motieven / symbolen. In de rand werd een kabel van verbondenheid aangebracht. Op de vier hoeken zijn vlinders te zien: zij staan symbool voor de ziel, voor opstanding en eeuwig leven. En verder werden in de quilt de zonnebloemen uit het logo van het hospice gepit. “Tournesol” heten deze bloemen in het Frans. Door de dag heen draait deze bloem mee met de zon. In de nacht keert zij zich weer naar de kant waar deze opkomt, verlangend naar een nieuwe dag, een nieuw begin. De quilt zal gebruikt worden om na het overlijden de gast toe te dekken. Het bestuur, de coördinatoren en de vrijwilligers waarderen dit mooie geschenk.

*Hanna Smit*

## Stichting Vrienden van Hospice Wassenaar

Ook het afgelopen jaar mocht de Stichting Vrienden van Hospice Wassenaar weer veel steun ontvangen van:

- de trouwe en ook nieuwe donateurs
- de periodieke schenkers
- eenmalige gevers
- nabestaanden van onze gasten
- direct van onze gasten
- zomaar ter gelegenheid van een verjaardag of iets anders

Gelukkig zijn er dan ook nog allerlei service clubs (Rotary, Lions etc.) die hebben gegeven of graag een actie willen gaan doen. Op 7 december was er een benefietconcert voor het hospice bij gelegenheid van het dertigjarig bestaan van de The Greenville Seven olv Han Beekkerk van Ruth. Door de goede belangstelling resulteerde dit in een mooi bedrag van € 1870. Alle gulle gevers hartelijk dank.



*Het benefietconcert was een groot succes*

## Feest voor het hospice

Op 28 november waren er veel hospice medewerkers (vrijwilligers, verpleegkundigen, coördinatoren en bestuur) aanwezig voor het "Midwinterfeest" in Hotel restaurant De Gouden Leeuw in Voorschoten. Na een kopje koffie met wat lekkers, luisterden we naar een mooi Italiaans lied, gezongen door Lucia Senf en Ellen Looyestijn. Maar wat schetste onze verbazing dat we, na in een aantal groepjes te zijn ingedeeld, zelf een driestemmig lied mochten instuderen dat we daarna per groepje hebben voorzien van een toepasselijke hospice tekst. Eerlijkheid gebiedt hier te zeggen dat niet alle bijdragen voor publicatie geschikt geacht werden. Een gezellige avond met wisselende activiteiten en daar tussendoor ook nog een driegangendiner in ongedwongen sfeer. Na het diner waren ook de partners welkom. Een uitgelezen gelegenheid om ook hen eens een beetje extra aandacht te geven.



## Colofon

december 2008

*Deze nieuwsbrief wordt samengesteld door de werkgroep communicatie van de Stichting Hospice Wassenaar, onder redactie van Gabriele Lansbergen. De volgende nieuwsbrief verschijnt juni 2009.*

### Wilt u ons bereiken, dan kunt u terecht bij onze bestuursleden:

<i>Gabrie Lansbergen, voorzitter,</i>	<i>070-5140873</i>
<i>Hans Klooster, secretaris,</i>	<i>070-5177456</i>
<i>Hein Wiegmans, penningmeester</i>	<i>071-5618195</i>
<i>Hennie Fock-Timmermans, lid</i>	<i>070-5177366</i>
<i>Hanna Smit, lid</i>	<i>071-5614645</i>
<i>Jaap Visser, lid</i>	<i>071-5616625</i>
<i><a href="mailto:bestuur@hospicewassenaar.nl">bestuur@hospicewassenaar.nl</a></i>	

### U kunt ook onze website bezoeken:

*[www.hospicewassenaar.nl](http://www.hospicewassenaar.nl)*

### Donateurs voor de Stichting Vrienden van Hospice Wassenaar kunnen zich met naam en adres aanmelden:

*Antwoordnummer 10014, 2240 VB Wassenaar.*

*via [riendenvan@hospicewassenaar.nl](mailto:riendenvan@hospicewassenaar.nl) of*

*Marga Louw, secretaris 070-5141939*

*Bankrekeningnummer: 3661.50.510*

### Voor deze nieuwsbrief bedanken wij:

*Wil de Looze, Ruud Bellekom en Hans van Zwicht.*

### Deze nieuwsbrief is gratis verzorgd door

**GRAPHIC SQ.**  
GRAFISCHE VORMGEVING

MARINEWEG 2 • 2241 TX WASSENAAR  
TELEFOON 070 517 51 93 • FAX 070 517 17 41  
EMAIL [INFO@GRAPHICSQUARE.NL](mailto:INFO@GRAPHICSQUARE.NL)  
WEBSITE [WWW.GRAPHICSQUARE.NL](http://WWW.GRAPHICSQUARE.NL)

**GRAFICON**

grafische producties  
leiderdorp



## Hospice Wassenaar

Van Zuylen van Nijveltstraat 465

2242 MB Wassenaar

Telefoon (070) - 5121130

[coordinator@hospicewassenaar.nl](mailto:coordinator@hospicewassenaar.nl)