

Nieuwsbrief van Stichting Hospice en Vrijwillige Terminale Thuiszorg Midden-Holland

Er zijn.....

‘Er zijn.....’

Voor u ligt de eerste nieuwsbrief ‘Er zijn’ die wij twee keer per jaar zullen sturen aan donateurs, sponsors, verwijzers, andere in- en externe relaties en geïnteresseerden in het werk van Stichting Hospice en Vrijwillige Terminale Thuiszorg Midden-Holland.

Onze organisatie bestaat uit 120 vrijwilligers, begeleid door vakkundige professionals, die zich inzetten door mensen in de laatste fase van hun leven en hun familie te ondersteunen. Dat kan in het hospice aan de Ridder van Catsweg, ook in de thuissituatie en in verpleeg- en verzorgingstehuizen.

Wij hebben gekozen voor ‘Er zijn’ omdat deze woorden precies de kern van ons werk weergeven. Vrijwilligers bieden tijd, aandacht en ondersteuning en dat is veelal niet zichtbaar door het doen van activiteiten. Wij zijn er voor terminale mensen en hun naasten zodat zij in alle rust afscheid kunnen nemen van elkaar.

‘Er zijn’ voor de ander is van grote waarde voor mensen; dit blijkt uit de hartverwarmende reacties van de families die wij ontmoeten, of uit de lieve woorden die geschreven staan in het gastenboek in het hospice. In het nieuwe jaar, 2011, gaan we op dezelfde voet verder. ‘Er zijn’ voor de ander, dat is waar het om gaat in ons werk.

Het nieuwe jaar brengt ook ontwikkelingen zoals een intensievere samenwerking met het steunpunt mantelzorg en we gaan de mogelijkheden onderzoeken om de organisatie geschikt te maken voor jongeren, die verplicht zijn een maatschappelijke stage te doen tijdens hun schooltijd.

U leest in deze nieuwsbrief ook een advertentie voor een vrijwilliger financiële administratie, onze huidige vrijwilliger heeft zijn werkzaamheden per 1 januari beëindigd. Mocht u iemand kennen in uw omgeving die het leuk vindt om als vrijwilliger bij ons te werken, of u zelf natuurlijk, dan ik hoor het graag.

Marianne Boone, manager

Hospice en Vrijwillige Terminale Thuiszorg biedt ondersteuning aan mensen in hun laatste levensfase

Toen met de start van de zorg in het hospice aan de Ridder van Catsweg in september 2002 een aanvang werd genomen, wist men nog niet dat de organisatie zo zou gaan uitgroeien.

Na de fusies - in 2006 met de Christelijke Terminale Thuiszorg - staat er nu een professionele organisatie die mensen in de regio Gouda ondersteunt in de laatste fase van hun leven. Maar liefst 120 goed opgeleide en betrokken vrijwilligers, ondersteund door vier coördinatoren en de manager, zijn actief be-

trokken bij het bieden van de zorg in het hospice en in de thuissituatie. Daarnaast wordt er momenteel als proef palliatieve zorg aangeboden in verpleeg- en verzorgingstehuizen.

Palliatieve zorg

Palliatieve zorg is het geheel van activiteiten dat gericht is op verlichten van het lijden van mensen in de fase van hun ziekte- en behandelingsproces waarbij er geen kans meer is op genezing.

Teamwerk

Het geven van palliatieve zorg is teamwerk en de

samenstelling van het team zal steeds wisselen. Hierbij wordt gekeken welke zorg er nodig is. Ons doel is om de kwaliteit van het leven zo optimaal mogelijk te maken. Heel belangrijk hierbij is om goed te luisteren naar de betrokkene en de familie om zo de wensen en behoeften van de gast te leren kennen en daarop aan te sluiten. Het team rondom de betrokkene bestaat uit de vrijwilligers, de coördinatoren, de verpleegkundigen en de huisarts en kan zo nodig worden aangevuld.

lees verder op pagina 2





Colofon

'Er zijn' is de nieuwsbrief van Stichting Hospice en Vrijwillige Terminale Thuiszorg Midden-Holland.

'Er zijn' verschijnt twee keer per jaar in een oplage van 500 exemplaren en is ook te downloaden van de website.

redactie

Marianne Boone
Elly van Tol
Hans van der Veen

fotografie

fotoburo Martin Droog
Hospice en Vrijwillige Terminale
Thuiszorg Midden-Holland
Hans van der Veen

realisatie

Hans van der Veen

druk

Luma Drukwerkservice

redactieadres

Ridder van Catsweg 67
2803 NA Gouda
T. 0182-358195
M. info@hospicemiddenholland.nl

www.hospicemiddenholland.nl



vervolg van pagina 1

Hierbij kun je denken aan een fysiotherapeut, een geestelijk verzorger, een maatschappelijk werker, een psycholoog, een creatief therapeut en een diëtiste.

Wensen

Alles is er op gericht om het lijden te verlichten en waar mogelijk in te gaan op de wensen van de betrokkene en de familie.

De wensen van de gasten zijn natuurlijk zeer verschillend. Om een paar voorbeelden te noemen: een wandelingetje door de tuin, voorlezen, een gesprek voeren, iets lekkers om te eten, een voetmassage.

Goede palliatieve zorg voegt leven toe aan de dagen en geen dagen aan het leven.

Hospice

Het meest tastbare van de organisatie is het hospice aan de Ridder van Catsweg. In deze 'Witte Villa' zijn vier kamers waar gasten, die thuis niet kunnen worden verzorgd, de laatste fase van het leven kunnen doorbrengen. Zij worden omringd door familie, vrienden en gemotiveerde vrijwilligers, die de gasten op diverse gebieden ondersteunen.



Iedere maand Open Huis

Om mensen met vragen over het hospice en de terminale thuiszorg of geïnteresseerden die vrijwilliger willen worden tegemoet te komen, zetten wij elke eerste zaterdag van de maand van 11.00 tot 13.00 uur de deuren van het Atelier open. Naast het vragen van informatie bestaat de gelegenheid om schilderijen en kunstvoorwerpen, die door vrijwilligers van de organisatie zijn gemaakt, te bezichtigen. Bij verkoop van deze schilderijen en kunstvoorwerpen gaat een deel van de opbrengst naar onze organisatie.

Belangstellenden voor ons werk zijn van harte welkom in het Atelier achter het hospice aan de Ridder van Catsweg 67. Men kan gewoon binnenlopen en de koffie staat klaar! Mensen die meer informatie willen kunnen bellen naar 0182-358199, of u kunt een kijkje nemen op onze website: www.hospicemiddenholland.nl

fotobureau Martin Droog



Uitstapje voor de vrijwilligers

Op zaterdagmorgen 18 september jongstleden vertrok om 09.00 uur een grote dubbeldeksbus met 55 vrijwilligers van Hospice en Vrijwillige Terminale Thuiszorg Midden-Holland via de A12 en de A44 richting Leiden, waarna de groep na een klein uurtje aankwam bij Museum Corpus.

Na binnenkomst werden de vrijwilligers over vier groepen verdeeld die elk apart en met een tussenruimte van ongeveer 10 minuten een rondleiding maakten in het binnenste van het menselijke lichaam met een hoogte van 35 meter. De deelnemers kregen allemaal een koptelefoon op, zodat iedereen de uitleg bij de verschillende onderdelen goed kon volgen.

Via een roltrap kwam men bij de knieën het Corpus binnen waar te zien was hoe een kniegewricht onder allerlei omstandigheden werkt. Het volgende deel van het lichaam was de baarmoeder waar de vrijwilligers (in 5D-techniek met speciale brillen) de reis mee maakte van de zaadcellen naar de eicel, de bevruchting en de ontwikkeling van het ongeboren kind.

Via een liftsysteem kwam men in het darmstelsel, waar ze de route van een broodje-kaas vanaf de mondholte, tong, slokdarm, maag en darmen konden volgen tot en met de ontlasting, alles met bijbehorende geluiden (!). Verder naar boven bij hart en longen zag men, weer via die 5D-techniek, de werking van bloedvaten en de duize-

lingwekkende reis van rode bloedlichaampjes door hart, longen en verdere lichaamsdelen. Het hart pomp het bloed, dat via de longen zuurstof opneemt, door het lichaam naar alle ledematen om die van zuurstof te voorzien. Het zuurstofarme bloed wordt weer teruggevoerd naar het hart.

Staande op een sponzige tong werden de smaakpapillen aangewezen, het oog ontleed en duidelijk de lens, de iris en de achterkant van de oogbol getoond. Daarna werden de vrijwilligers opgetild naar het hoogste punt: het hoofd en de hersenen. Zij kregen uitleg over de werking van het brein. In de neusholte staande wordt het reukorgaan uitgelegd en het blijkt dat luidruchtig niezen heel gezond is.

De vrijwilligers stapten na een indrukwekkende wandeling uit het corpus en tijdens de naar beneden lopend wandeling waren er onderweg nog veel wetenswaardigheden te zien. Er liep een rode draad door de wandeling, van spelletjes op de computer tot een test op de fiets hoelang je moest trappen om calorieën te verbranden.

Na de lunch met heerlijke broodjes, drinken en fruit ging de groep op weg naar de Oude Rijn om daar in sloepen een vaartocht door de grachten van Leiden te maken. Tijdens de vaartocht werd één van de twee sloepensloep de doorgang onder een spoorbrug verhinderd. Daardoor moest deze groep een uur wachten voordat ze werden opgehaald om de tocht door de Leidse grachten te kunnen voortzetten en te genieten van het prachtig zonnig weer. Na een zeer voorspoedige reis door het fraaie Hollandse landschap kwamen de vrijwilligers omstreeks half vijf weer in Gouda aan.

Hartelijk dank aan de organisatoren en aan fonds Nutsohra (sponsor) voor deze prachtige dag!



'Er zijn...' ook voor bewoners van verzorgings- en verpleeghuizen in Midden-Holland

"Wat geweldig dat deze vrijwilligers bij onze moeder aanwezig waren .. wij hadden het alleen nooit gered!"

Zomaar een verzuchting van een dochter wanneer de coördinator haar na het overlijden van haar moeder in het zorgcentrum belt. Gedurende vijf avonden achtereen hebben vrijwilligers van Hospice en Vrijwillige Terminale Thuiszorg Midden-Holland gewaakt bij mevrouw de K. zodat de dochter naar huis kon om haar nog jonge kinderen naar bed te brengen. Ook de verzorgenden, op de afdeling waar mevrouw woonde, zijn erg tevreden over de aanwezigheid van de vrijwilligers: *"Omdat wij wisten dat de vrijwilligster bij mevrouw aanwezig was, gaf dit ons gelegenheid om in alle rust voor de overige bewoners te kunnen zorgen. Wat fijn dat deze mogelijkheid er is..."*

Dit jaar zijn vrijwilligers in 20 situaties gevraagd om aanwezig te zijn/te waken bij bewoners van een zorgcentrum-of verpleeghuis. Het doel hiervan is om de kwaliteit van de laatste levensfase voor bewoners zo optimaal mogelijk te laten verlopen. Dit project loopt tot november 2011.

Voor vragen of informatie kunt u contact opnemen met Elly van Tol van Hospice en Vrijwillige Terminale Thuiszorg Midden-Holland in Gouda, telefoon 0182-358199.





Internationale Dag
van de Palliatieve Zorg

Internationale Dag van de Palliatieve Zorg

Op 8 oktober 2011 wordt de zevende editie van de Internationale Dag van de Palliatieve Zorg gehouden. Het Internationale thema van de IDPZ 2011 is nog niet bekend.

De Internationale Dag van de Palliatieve Zorg (IDPZ) wordt georganiseerd om meer bekendheid te geven aan palliatieve zorg en de mogelijkheden in de laatste levensfase. Welke vragen of problemen kunnen spelen in de laatste fase van het leven? Welke keuzes kunnen patiënten en hun naasten maken?

Op en rond 8 oktober 2011 worden in heel Nederland activiteiten georganiseerd. Zo wordt er landelijk meer aandacht geschonken aan de palliatieve zorg. Wat er in Gouda en omgeving gaat gebeuren, is nog niet bekend. Wij houden u op de hoogte via de nieuwsbrief en de website.

Europees Jaar van de Vrijwilliger

2011 is het Europees jaar van het vrijwilligerswerk (EJV 2011). Dat wordt een podium waarop alles wat wordt georganiseerd in de schijnwerpers wordt gezet. Dat moet lukken met zoveel vrijwilligers, ook bij onze organisatie, waarvoor 120 vrijwilligers zich kosteloos inzetten.

In Nederland zijn zo'n vijf miljoen vrijwilligers actief. Zij zetten zich in voor anderen en zijn van onschatbare waarde voor de samenleving. In 2011 willen wij onze vrijwilligers laten zien hoe belangrijk zij zijn.

De hoofddoelen van het EJV 2011 zijn: vieren en waarderen van de kracht van het vrijwilligerswerk en het brede publiek laten zien welke soorten vrijwilligerswerk er bij onze organisatie zijn. Wij houden u op de hoogte van onze activiteiten. Kijk op de website.

Thuis in je eigen omgeving sterven

Terminale Thuiszorg is een vorm van zorg die niet heel erg bekend is. Dat merkt terminale thuiszorg vrijwilligster Minke van Noord op. Als ze met mensen spreekt over haar vrijwilligerswerk, krijgt ze vaak vragen en merkt ze dat veel mensen deze zorgvorm niet kennen.

Minke fietste op weg naar haar werk altijd langs het hospice aan de Ridder van Catsweg. Op die manier kende zij het hospice. Minke: "Door een reorganisatie kon ik met vervroegd pensioen en dat zette mij aan het denken om hospicevrijwilligster te worden. Ik werkte als directiesecretaresse, maar mijn vroegere ervaring als kraamverzorgster gaf mij het vertrouwen dat ik deze zorg aan zou kunnen. Daarnaast heb ik mijn eigen moeder samen met mijn broers en zussen verzorgd tot haar dood. Dat was een mooie ervaring."

Opleiding

Minke heeft vijf jaar geleden de interne opleiding van het Hospice en Vrijwillige Terminale Thuiszorg Midden-Holland gevolgd. Het is een opleiding van acht avonden, waar zij veel heeft geleerd. Veel basisvaardigheden die je nodig hebt en veel nuttige informatie heeft ze daar gekregen. Ook het contact met de toekomstige collega's was heel waardevol.

"Iedereen blijkt wel eens twijfels en onzekerheden te hebben, het is prettig om dat met elkaar te delen," vertelt Minke.

Sterven in eigen omgeving

Het sterven in de eigen omgeving -als mensen dat graag willen- vindt Minke het mooiste. Daarom vindt ze het prettig dat ze samen met haar thuiszorgcollega's dat mogelijk kan maken voor de stervende mens. "Het speciale om bij iemand thuis te komen, waar je vaak alleen bent met de cliënt, is heel bijzonder. Je hebt meestal snel contact met die persoon en bouwt een band op. Het contact is iedere keer heel anders. De ene cliënt vindt het prettig als je bij hem of haar zit en af en toe een gesprek begint, de andere cliënt wil graag dat je in een andere ruimte gaat zitten."

Aanvulling

De vrijwilligers vormen een aanvulling op de mantelzorgers, die kunnen dan een paar uur iets anders doen of bijvoorbeeld blijven werken. Minke is vaak zo'n vier uur per week ingeroosterd. Ze neemt meestal iets te lezen of een handwerk mee, omdat je niet al die tijd actief hoeft te zijn. In de thuissituatie is 'Er zijn' heel belangrijk. De cliënt zelf geeft aan wat voor hem of haar daarbij belangrijk is.

"In het begin vond ik het soms moeilijk om gesprekken te voeren met cliënten. Ik heb inmiddels ervaring en ook verschillende boeken gelezen over sterfensbegeleiding. Daar heb ik van geleerd dat je beter geen vragen kunt stellen die lastig zijn voor de cliënt. Het luisteren en inspelen op de situatie is heel belangrijk," zegt Minke.

Dienst

Minke geeft aan dat je maximaal twee diensten per week mag draaien en soms nog een weekenddienst erbij. Als er geen aanvraag is voor de thuiszorg, dan plant ze zichzelf in om in het hospice een dienst te doen. Dat is weer heel anders dan in de thuiszorg, maar wel heel prettig om dat op deze manier te kunnen afwisselen.





presentaties

Hospice en Vrijwillige Terminale Thuiszorg Midden-Holland beschikt over een beamerpresentatie dat het werk van de organisatie visualiseerd. Deze presentatie ondersteunt het verhaal dat twee vrijwilligers graag aan u vertellen.

Wilt u geïnformeerd worden over terminale zorg in het hospice en in de thuiszorg, dan kunt u contact opnemen met Elly van Tol, coördinator. Wij komen graag bij u langs.

Vernieuwde website

Onze oude website was hard aan vernieuwing toe en daarom is besloten de website in een nieuw jasje te steken.

Sinds 1 januari 2010 is de naam van onze organisatie: Hospice en Vrijwillige Terminale Thuiszorg Midden-Holland. Door deze naamsverandering is het logo iets aangepast en zijn tegelijkertijd wat nieuwe frisse kleurtjes aan onze huisstijl toegevoegd. Ook zijn/worden onze website, presentaties, folders en het jaarverslag aangepast.

Donatie

Door een donatie van Roteryclub Reeuwijk is het mogelijk gemaakt dat het bedrijf Faceworks in Reeuwijk een nieuwe basiswebsite voor ons heeft gebouwd. Hans van der Veen neemt de (basis) invulling voor zijn rekening en Angelique Aerts is de webmaster en zorgt dat de teksten en de foto's op de nieuwe website worden geplaatst. De betrokkenen zijn er in geslaagd om een mooie, duidelijke en toegankelijke website te maken. Natuurlijk zullen we nog de nodige kinderziekten te gekomen. Maar dat is niet erg, die zijn er om te overwinnen. Bovendien is een website nooit af!



Kijk op onze vernieuwde website

www.hospicemiddenholland.nl

Onze vrijwilligers zijn goud waard!

We zijn elke keer weer onder de indruk van wat vrijwilligers voor onze organisatie betekenen.

Het beschikbaar stellen van tijd, het geven van warmte, aandacht, liefde, verzorging en flexibiliteit. Een mooie groep vrijwilligers met een gouden randje.

We hebben vrijwilligers in de thuiszorg en in het hospice. Zo'n 120 bij elkaar, niet alleen in de zorg maar ook vrijwilligers die hun specifieke diensten kosteloos aanbieden. Denk daarbij aan vrijwilligers voor de tuin, de klussen in het hospice, de boodschappen, de administratie, de communicatie en evenementen, de feestcommissie en niet te vergeten het bestuur. Allemaal mensen die hun steentje bijdragen en onmisbaar zijn voor het soepel draaien van onze organisatie.

Vrijwilligers gevraagd. Meldt u aan!

Wij zijn regelmatig op zoek naar nieuwe vrijwilligers, zeker nu wij meer aandacht besteden aan de terminale thuiszorg. Wilt u ook vrijwilligerswerk bij ons doen, neem dan contact op met

één van onze coördinatoren. Zij kunnen in een vrijblijvend gesprek u alles vertellen over het werken binnen de stichting, of kom het Open Huis elke eerste zaterdag van de maand. De eerstkomende basistraining voor nieuwe vrijwilligers start in februari/maart 2011.



wordt vrijwilliger!



Werkgebied

Het werkgebied van Hospice en Terminale Thuiszorg Midden-Holland bestaat uit de volgende plaatsen: Bergambacht, Berkenwoude, Boskoop, Bodegraven, Driebruggen, Gouda, Haastrecht, Hogebrug, Krimpen aan den Lek, Lekkerkerk, Ouderkerk aan den IJssel, Reeuwijk, Schoonhoven, Stolwijk, Vlist, Waarder en Waddinxveen. In deze plaatsen biedt de organisatie terminale thuishulp. Voor verblijf in het hospice kunnen ook mensen (gasten) van buiten het werkgebied in aanmerking komen.

Hoe kunt u ons financieel steunen?

Spreekt het werk van Hospice en Vrijwillige Terminale Thuiszorg Midden-Holland u aan en bent u bereid ons werk financieel te ondersteunen, dan kunt u ons op twee manieren helpen:

U kunt ons éénmalig een bedrag schenken

Ale giften, schenkingen en legaten zijn van harte welkom op bankrekening 362.40.19.93 ten name van Vrienden van Hospice Midden-Holland te Gouda.

Vriend/donateur worden

U kunt zich opgeven als vriend/donateur van Stichting Hospice en Vrijwillige Terminale Thuiszorg Midden-Holland. U kunt uw donatie (minimaal 25 euro

per jaar) over maken op eerder genoemde rekening.

De meest eenvoudige en meest efficiënte manier om vriend te worden van de stichting is om periodiek een bedrag te laten afboeken van uw rekening. U kunt dan een machtiging invullen en opsturen naar Stichting Hospice en Vrijwillige Terminale Thuiszorg Midden-Holland. Dit alles kunt u lezen in een folder die de organisatie ter beschikking heeft. Wij sturen u die graag toe.

Informatie

Wilt u meer informatie over hoe u ons kunt steunen of wilt u de folder plus machtigingskaart toegestuurd krijgen,

neem dan contact op en bel: 0182-358195 of kijk op onze website: www.hospicemiddenholland.nl

Wordt vriend of donateur van Hospice en Vrijwillige Terminale Thuiszorg Midden-Holland!

Jaarafsluiting voor vrijwilligers van Hospice en Vrijwillige Terminale Thuiszorg Midden-Holland



Op 20 december van het vorig jaar werd er in de Burgerhal van het stadhuis van Gouda een bijeenkomst georganiseerd voor vrijwilligers van de organisatie. Ruim 80 man/vrouw hebben genoten van het heerlijk buffet dat hun door het bestuur werd aangeboden. Flora van Egdom, voorzitter van het bestuur, sprak een dankwoordje en blikte Marianne Boone, manager, terug op het afgelopen jaar. Als dank voor de inzet kregen de vrijwilligers na afloop nog een tweetal presentjes mee naar huis.