

Info-magazine VPTZ Midden Gelderland

'Samen voor één krachtige organisatie'. Dat is de kop boven het inleidend artikel van voorzitter Peter de Krijger van het gloednieuwe informatiemagazine waarmee de Stichting VPTZ Midden Gelderland zich presenteert. Er is een nieuw bestuur en er zijn ongeveer 70 enthousiaste vrijwilligers, die klaar staan om palliatieve en terminale patiënten en hun mantelzorgers, te ondersteunen in hun thuissituatie.

In het informatiemagazine vertellen zorgverleners en mantelzorgers over hun ervaringen met de VPTZ Midden Gelderland en verhalen vrijwilligers en coördinatoren, waarom ze voor dit vrijwilligerswerk kiezen en wat zij zoal meemaken. Waarom samenwerken tussen zorgverleners en de VPTZ zo

belangrijk is en hoe samen de palliatieve thuiszorg in een Patz-werkgroep, adequaat en inspeland op de behoeften van betrokkenen, kan worden vormgegeven. De Coöperatie IJsselstroom in Doesburg en omgeving is hier een goed voorbeeld van, waarin huisartsen en wijkverpleegkundigen bekijken, welke cliënten er voor palliatieve thuiszorg in aanmerking komen.

Het Informatiemagazine sluit af met twee artikelen over wat de Vrijwilligers Palliatieve en Terminale Zorg in zijn algemeenheid inhoudt en welke complementaire zorg hierop als waardevolle aanvulling kan worden gezien. Als laatste staan de telefoonnummers van onze coördinatoren van de vier afdelingen van VPTZ Midden Gelderland,

onze website en e-mailadres vermeld. Deze coördinatoren en hun vrijwilligers zullen ervoor zorgdragen dat dit informatiemagazine, dat in een oplage van 2.000 exemplaren is gedrukt, in wachtkamers en folderrekken bij de verwijzers in ons werkgebied terecht komt. Tevens is op de website www.vptzmiddengelderland.nl een exemplaar te vinden.

Mocht u over één of meerdere exemplaren van ons informatiemagazine willen beschikken, dat kunt u dit altijd kenbaar maken door ons secretariaat info@vptzmiddengelderland.nl te mailen. Wij zullen er dan voor zorgdragen dat u de gewenste exemplaren zo spoedig mogelijk ontvangt.



Bestuursleden Jan Vredegoor (links) en Peter Teunissen met het nieuwe informatiemagazine van de VPTZ Midden Gelderland.

In deze nieuwsbrief

- Jaar met positief saldo afgesloten
- Marretje Daans was een echte ambassadeur
- Nominatie VPTZ Duiven-Westervoort
- Themadag over Zorg en Afscheid

VPTZ Midden Gelderland sluit het eerste jaar af met een plus



De kennismakingsdag nam een flinke hap uit de begroting.

De VPTZ Midden Gelderland heeft het eerste jaar met een klein positief resultaat kunnen afronden. Dat blijkt uit het financieel jaarverslag 2017 dat op de bestuursvergadering op 18 april is vastgesteld.

Deze plus komt mede door een positief resultaat van Stichting Hospice Martinus, waarmee eind 2017 is gefuseerd. Door het afstoten van de 'Bijna-Thuisappartementen' bleven huurpenningen en servicekosten achterwege. Het bestuur werkt aan een plan hoe om te gaan met een dergelijke voorziening. Voorlopig blijft het bij ondersteuning in de thuissituatie en verpleeg- en verzorgingshuizen.

Iedereen was benieuwd hoe het afgelopen jaar, na de samenvoeging en fusie van vijf stichtingen, eindelijk heeft uitgepakt. Uit de kwartaalrapportages blijkt dat de nieuwe stichting de uitga-

ven goed in de hand heeft. De extra uitgaven die verband houden met afscheid nemen, kennismaken en fuseren, zijn, zoals altijd, lastig te voorzien.

Ook de inkomende geldstroom voldoet niet altijd aan de verwachtingen. De door het Ministerie van Volkshuisvesting, Welzijn en Sport (VWS) toegezegde verhoging van het subsidiebedrag blijkt door de hogere aantallen inzetten niet altijd positief uit te pakken. In 2018 is het subsidiebeleid herzien en levert de subsidieverhoging wel het gewenste resultaat op. Voor 2018 levert dit VPTZ Midden Gelderland bijvoorbeeld ruim € 10.000,- extra subsidie, maar nog geen sluitende begroting op.

De belangrijkste kostenposten zijn de coördinatoren en vrijwilligers. Om voor subsidie in aanmerking te komen moet de VPTZ-instelling over tenminste één betaalde coördinator beschikken. Daar-

naast ontvangen de overige coördinatoren een vrijwilligersvergoeding binnen de fiscaal vrijgestelde kaders. Deskundigheidsbevordering en PR blijven speerpunten van beleid. Hier wordt extra geld voor ingezet. Coördinatoren en vrijwilligers moeten voldoende zijn opgeleid voordat zij worden ingezet. Een basiscursus van zes dagdelen en een praktijkdeel maken hiervan deel uit. Daarnaast vindt jaarlijkse bijscholing plaats op de VPTZ-academie en zelf georganiseerde themadagen.

Behalve het jaarverslag boog het bestuur zich over het Verslag van activiteiten 2017. Hierin zijn de verslagen van de coördinatoren van de vier afdelingen, het secretariaat en het bestuur samengevoegd tot een leesbaar document. Naast de organisatorische consequenties die door de samenvoeging, ontbinding en fusie zijn ontstaan, is te lezen hoe de Stichting VPTZ Midden Gelderland uiteindelijk is vormgegeven.

Coördinatoren beschrijven hoe zij en de vrijwilligers dit proces hebben ervaren, de activiteiten zij met hun vrijwilligers hebben ondernomen en welke opleidingen en themadagen zijn bezocht. Ook laten zij weten hoeveel keer de vrijwilligers daadwerkelijk zijn ingezet en hoeveel intakegesprekken hiervoor noodzakelijk waren. Hoe eerder de coördinatoren worden ingeschakeld voor een inzet, des te meer profijt hebben de mantelzorgers en de patiënt ervan.

Het Financieel jaarverslag 2017 en het Verslag van activiteiten 2017 is in te zien op de website www.vptzmiddengelderland.nl.

‘Na middernacht komen de stille verhalen naar boven’

“Alleen, midden in de nacht, aan het bed van iemand die op sterven ligt, daar ontstaan heel intieme gesprekken. Heel vaak gaan die over de essentiële dingen van het leven. Ze vertrouwen jou meer dingen toe, dan ze aan hun familie vertellen. Die willen ze niet belasten met hun angst voor het ongewisse van de dood, hun zorgen voor de achterblijvers. Die momenten en dat vertrouwen, die zijn mij ontzettend dierbaar. Dat is het mooie van dit werk.”

Al sinds 1995 is Marretje Daans (75) vrijwilliger bij de VPTZ. Eerst bij de toenmalige VTZ Huissen en vanaf 2002 bij de VPTZ Doesburg-Angerlo e.o., een van de afdelingen van de VPTZ Midden Gelderland. “Ik heb voor veel oudere mensen gezorgd. Onder andere voor mijn demente moeder die jarenlang in het verpleeghuis Elderhoeve in Arnhem lag. In 1995 verhuisden we naar Huissen. Dan kom je in een nieuwe omgeving en er is geen betere manier om snel met anderen contact te maken dan door vrijwilligerswerk. Toen ik in een lokaal krantje de vacature zag voor een vrijwilliger bij de VTZ Huissen heb ik direct gereageerd.”

Als ‘ervaringsdeskundige’ werd Marretje nog tijdens de basiscursus ingezet. Hoe vaak ze is ingezet, weet ze niet precies, maar het moet in de honderden lopen. Tot haar zeventigste werkte ze het liefst ‘s nachts. “Overdag is er aanloop genoeg en kan de familie het meestal zelf wel af. Die drukte is er ‘s avonds niet meer. Als vrijwilliger zorg jij ervoor dat de familie ‘s nachts rustig kan slapen. En in die nachtelijke uren komen de bijzondere verhalen naar boven. Ik vind dat prachtig.”



Marretje: “Als vrijwilliger zorg jij ervoor dat de familie ‘s nachts rustig kan slapen.”

Mensen zijn altijd dankbaar voor de hulp van de VPTZ. Ze hoort regelmatig iemand verzuchten dat ze graag eerder van de VPTZ hadden gehoord. “Veel mensen kennen ons niet. Dat is jammer. Huisartsen en verzorgenden zijn onze ingang. Zij weten het eerste wie hulp nodig heeft. Het is beter dan vroeger, toen de ‘professionals’ neerkeken op vrijwilligers. Maar wij zitten nog steeds niet in hun systeem. Zij zijn alleen maar druk met hun behandelplan en vergeten de mensen op ons te wijzen. Wij zitten niet structureel in hun zorgplan.”

Het is dan ook ontzettend belangrijk om continu met huisartsen en verzorgenden in gesprek te gaan. “Samenwerking is erg belangrijk. Bij onze afdeling is dat gelukkig goed geregeld. Maar wij moeten eigenlijk overal in beeld zijn als mensen hulp nodig hebben. Wij zorgen

voor rust en mantelzorgers houden het door onze hulp langer vol.”

Anderzijds zijn mantelzorgers ook wel eens afwachtend. “Ze willen het beste voor de zieke. Ze voelen het als een belofte en willen die tot het uiterste waarmaken.”

Marretje stopt met de VPTZ omdat ze met echtgenoot John in Maarn gaat wonen. Of ze daar weer bij de VPTZ gaat werken, weet ze nog niet. Ze moet eerst haar plek zien te vinden in haar nieuwe woonplaats. Wel gaat ze verder met haar wekelijkse bezoeken aan demente ouderen in een verpleeghuis. “We gaan dan een kopje thee drinken of een stukje wandelen. Maar vaak zit ik er alleen maar een beetje bij voor de gezelligheid. Dat is wat ik ook deed bij de VPTZ: ‘er zijn’ zodat iemand zich niet alleen voelt.”

VPTZ Duiven-Westervoort genomineerd voor vrijwilligersprijs

Nee, teleurgesteld zijn ze niet de zes vrijwilligers van VPTZ Midden Gelderland afdeling Duiven-Westervoort dat ze vrijdagavond 9 maart zonder prijs naar huis gaan. "Het gaat niet om de prijs", zegt coördinator Sjoukje Boers. "Het is leuk om genomineerd te zijn voor de vrijwilligersprijs 2017. Daardoor krijgen onze vrijwilligers de aandacht die ze verdienen. Maar nog belangrijker is dat men weet dat we bestaan en wat we doen."

De VPTZ Midden Gelderland afdeling Duiven-Westervoort is vrijdagavond een van de genomineerden voor de vrijwilligersprijs 2017. Om vrijwilligers een keer in het zonnetje te zetten, organiseert de gemeente Duiven ieder jaar een vrijwilligersfeest. Tijdens dat feest worden in drie categorieën een prijs, met bijbehorende cheque, uitgereikt aan die vrijwilliger of organisatie die de meeste stemmen heeft gekregen van inwoners in de gemeente Duiven.

Het feest wordt gehouden in de OG-Tent in Duiven, waar de VPTZ Midden Gelderland wordt vertegenwoordigd door de vrijwilligers Rens Huuskes, Hans Meeussen, Jac Willemsen, Ria Pouwels, Wies Heessen en de twee coördinatoren Baukje Boschker en



Vrijwilligers van de VPTZ genieten tijdens de feestelijke vrijwilligersavond.

Sjoukje Broers. Vanuit het bestuur is secretaris Jan Vredegoor aanwezig. Coördinatoren Baukje en Sjoukje hebben vooraf geen hooggespannen verwachtingen. Baukje: "Ik reken er niet op dat we de prijs winnen. Wij zijn niet gewend naar buiten te treden. We zijn misschien wel te bescheiden. Bovendien is ons verhaal niet zo makkelijk te vertellen."

Maar de nominatie op zich is al reden om trots op te zijn, vindt bestuurslid Jan Vredegoor. "Het is fantastisch dat onze vrijwilligers voor dit feest zijn uitgeno-

digd. Ik ben ontzettend trots op de vrijwilligers die dit prachtige werk uitvoeren. Of we winnen of niet, we staan weer in de schijnwerpers en de mensen zien ons."

De vrijwilligers van de VPTZ worden als derde naar het podium geroepen. Daar blijkt dat de presentatrice nog nooit van de VPTZ heeft gehoord. Kort en bondig legt Sjoukje uit waar de VPTZ voor staat en wat ze doen. "Dat doen we al twintig jaar", vult Baukje haar aan. "Maar we zijn nog steeds niet zo bekend. We zijn dan ook erg blij dat we vanavond hier op het podium staan."

Uiteindelijk grijpen de vrijwilligers van de VPTZ naast de prijs. Maar met een tevreden glimlach lopen ze na de prijsuitreiking van het podium af. Voorop een trotse Sjoukje met een flinke bos bloemen: "Het maakt niet uit of je een prijs wint en wat voor vrijwilligerswerk je doet. Iedere vrijwilliger doet het vanuit zijn hart. Erg mooi dat vrijwilligers in het zonnetje worden gezet en een leuke avond krijgen aangeboden."



De vrijwilligers van de VPTZ op het podium van de OG-Tent in Duiven.

Marijke van Dalfsen Vrijwilliger van de Maand in Doesburg



Marijke van Dalfsen ziet er steeds naar uit om ingezet te worden.

Marijke van Dalfsen is in januari 2018 door de Buurtacademie in Doesburg uitgeroepen tot vrijwilliger van de maand. Marijke is een van de vrijwilligers van Vrijwilligers Palliatieve Terminale Zorg afdeling Doesburg-Angerlo e.o..

Net zoals in veel andere gemeenten reikt ook Doesburg ieder jaar een vrijwilligersprijs uit voor een organisatie of persoon die zich dat jaar extra heeft ingezet als vrijwilliger, de zogenaamde Hens van der Wal-prijs. De Buurtacademie, die zich richt op het bevorderen van welzijn, ontwikkeling en zelfredzaamheid van de inwoners van Doesburg, wil vaker vrijwilligers in het zonnetje zetten. Vandaar dat ze een aantal jaren is begonnen met het uitroepen van de Vrijwilliger van de maand.

Samen met andere vrijwilligers ondersteunt Marijke mantelzorgers van mensen die thuis willen overlijden. Op gezette tijden, vaak 's nachts, vervangt zij mantelzorgers waardoor die rust kun-

nen krijgen of even iets anders te kunnen doen dan waken bij hun dierbaren. Het gaat om palliatieve zorg voor iemand die spoedig zal overlijden.

Toen Marijke ruim een jaar geleden een oproep las voor dit vrijwilligerswerk wist ze meteen dat dit iets voor haar voor is. Vorig jaar heeft Marijke zes oproepen gehad. Ze heeft dus ook zes keer afscheid moeten nemen. Toch blijft haar reactie steeds 'Ik mag weer!', als haar hulp wordt gevraagd. Natuurlijk heeft dit werk ook zijn invloed op haar zelf. Voor ze naar iemand toegaat, zorgt ze dat haar hoofd leeg is en ze haar eigen besommeringen thuis laat. En na het overlijden van degene, met wie ze inmiddels een band heeft opgebouwd, zoekt ze even de natuur op en maakt soms een klein versje of een gedicht. Bij een van de mensen waarbij ze waakte schreef ze op een nacht: "Op de valreep van je leven kwam ik je tegen, Goede Vaart, Johanna"

Om dit goed te kunnen doen, komt veel

bij kijken. Daarom krijgen alle nieuwe vrijwilligers bij VPTZ Midden Gelderland een basiscursus voor beginners. Daarna worden regelmatig workshop en trainingen verzorgd en zijn er zogenaamde huiskamerbijeenkomsten waar vrijwilligers ervaringen uitwisselen. Daar komen ook allerlei vragen aan de orde waar mensen tegenaan kunnen lopen. Hoe ga je om met iemand die niet wil sterven? Hoe laat je iemand drinken in bed? Hoe reageer je op iemand die zegt: Zie ik je nog?, terwijl je allebei weet dat die persoon er over twee dagen niet meer zal zijn? Welke waarden en normen zijn er in het algemeen rond sterven? Hoe ga je om met je eigen gevoelens en met bezoekers en familieleden die afscheid komen nemen?

Truida Westerik

Marijke is niet de eerste vrijwilliger van de VPTZ Midden Gelderland, die deze eer is toegevalen. Truida Westerik werd precies drie jaar geleden al tot vrijwilliger van de maand uitgeroepen.

Truida is ruim twintig jaar vrijwilliger. Haar passie is andere mensen helpen. Al in de beginperiode van de VPTZ voelde Truida zich aangesproken zich in te zetten voor mantelzorgers die hun dierbaren thuis willen laten overlijden.

Koninklijke onderscheidingen

Tijdens de lintjesregen hebben ook vrijwilligers die actief zijn of waren voor VPTZ-afdelingen in de Liemers en omstreken een koninklijke onderscheiding gekregen. Janny Weustink in Doesburg, oud-bestuurslid VTZ Doesburg, Ben Berendsen in 's-Heerenberg, penningmeester VPTZ Zuid-West Achterhoek en Nan Hoesté in Zevenaar, oud-bestuurslid VPTZ Zevenaar.

Themadag over het laatste afscheid in Openluchtmuseum Arnhem

De VPTZ Midden Gelderland doet zondag 27 mei mee aan de Themadag Zorg en Afscheid in het Nederlands Openluchtmuseum Arnhem. Van 10.00-18.00 uur is er op deze unieke locatie van alles te beleven en te zien rondom afscheid. In een ontspannen en gezellige sfeer kunnen belangstellenden deelnemen aan workshops en lezingen en een tentoonstelling uitvaartfotografie bekijken. Daarnaast zijn er diverse stands en lekkere hapjes en drankjes.

Het is voor het eerst dat er een themadag over het laatste afscheid wordt gehouden in de regio Arnhem. De themadag is eerder gehouden in de regio Nijmegen en werd daar zeer positief ontvangen. Voor de organisatie hebben de Afscheidswijzer en het Open Lucht Museum de handen ineengeslagen. Afscheidswijzer is een regionale gids met alle informatie over het laatste afscheid in een handzaam naslagwerk.

Praten over de dood doen we liever niet. Toch is het belangrijk dat naasten



Zondag 27 mei worden zorg en afscheid op verschillende manieren bespreekbaar gemaakt.

van elkaar weten hoe hun laatste wensen eruit zien. Wil je gecremeerd of begraven worden? Weten je ouders en vrienden dat? Is er een testament? Stel dat je ongeneeslijk ziek wordt, hoe wil je dat je laatste levensfase eruit ziet? Tijdens de themadag wordt dit onder-

werp op verschillende manieren bespreekbaar gemaakt.

Behalve de VPTZ Midden Gelderland zijn er nog ongeveer veertig andere instellingen en organisaties, veelal uit de regio Arnhem, aanwezig die met dit onderwerp te maken hebben. Andere deelnemers zijn bijvoorbeeld: het Wereld Natuur Fonds, De Liemerij, Leger des Heils, Dierenbescherming, STMG, 2Switch, Humanitas, Artsen Zonder Grenzen, Mezzo voor mantelzorgers, KBO Gelderland en verschillende uitvaartverzorgers.

Dus: durf je het aan om na te denken over afscheid nemen, kom dan naar het Openluchtmuseum! Tickets voor de themadag en het Openluchtmuseum via afscheidswijzer.nl. De eerste 750 entreekaartjes kosten slechts € 7,95, inclusief toegang tot het Openlucht Museum. Alle activiteiten op de themadag zijn kosteloos bij te wonen.



Het Openluchtmuseum Arnhem staat zondag 27 mei in het teken van Zorg en Afscheid.

Drieluik over vrijwilligers in de palliatieve en terminale zorg

De verzorging van mensen in hun laatste levensfase en de manier waarop wordt omgegaan met het naderende einde, verschilt van cultuur tot cultuur. In Nederland verzorgden familie en burens zieken thuis. De zorg voor een terminale patiënt en sterven behoorden tot de normale gebeurtenissen in het leven. Sterven was onlosmakelijk aan het leven verbonden en de dood werd gezien als een natuurlijk einde van het bestaan.

Medisch-wetenschappelijke en technische ontwikkelingen zorgden er in de vorige eeuw voor dat behandeling, verpleging en verzorging van ernstig zieken meestal in ziekenhuizen en verpleeghuizen plaatsvond. Daar werd het leven ook meestal afgesloten. De medische behandeling, verpleging en verzorging van mensen in hun laatste levensfase kwamen voornamelijk in handen van beroepsmatige hulpverleners en specialisten. Een neveneffect was dat mensen in eenzaamheid stierven, geïsoleerd van alles wat hen vertrouwd was. Het leek wel of het onherroepelijke einde uit het openbare leven was verbannen en teruggebracht achter de muren van ziekenhuizen en andere instellingen.

Eind jaren zestig groeide het besef dat medische begeleiding van terminale patiënten slechts één kant van de zorgverlening is. Er kwam meer aandacht

voor gevoelens van verdriet en onzekerheid. Ook kwamen er betere mogelijkheden beschikbaar voor palliatieve zorg. Publicaties vonden hun weg naar beroepsbeoefenaren in de gezondheidszorg en belangstellende leken. Programma's over sterven en dood op radio en televisie maakten het onderwerp bespreekbaar en lieten zien dat de laatste levensfase voor alle betrokkenen een verrijkende ervaring kan zijn. Het besef kwam dat de verzorging van mensen op weg naar het einde niet uitsluitend het werk hoeft te zijn van medisch specialisten. Mensen blijken juist in die periode meer behoefte te hebben aan een luisterend oor dan aan een behandelend arts. Vaak zijn er geen medische redenen om terminale patiënten tot aan het eind in een ziekenhuis te verzorgen. Iedereen uit de directe omgeving kan helpen om het leven waardig af te sluiten. Dan is zorgverlening van mens tot mens van onschatbare waarde en onvervangbaar. Vrijwilligers bieden die bijzondere vorm van palliatieve terminale zorg.

Van palliatieve zorg kan al sprake zijn als zich bijvoorbeeld een ongeneeslijke vorm van kanker aandient waarbij een levensverwachting van één à twee jaar geldt. Terminale zorg strekt zich uit tot ongeveer de laatste drie maanden. Gezien de moeilijkheid om het precieze einde aan te geven zal er altijd een grijs

gebied blijven met betrekking tot de terminale zorg. Terminale zorg is dus een onderdeel van de palliatieve zorg. De verwachting is dat iemand dan binnen korte tijd zal sterven. Dat kan binnen een aantal maanden zijn, maar ook binnen een paar dagen. Voor de terminale zorg gelden dezelfde principes als voor de palliatieve zorg: de zorg is gericht op een zo goed mogelijke kwaliteit van leven, zowel voor degene die gaat sterven als voor de naasten. Ook de ondersteuning van de naasten ná de dood van hun geliefde hoort daarbij.

In de volgende nieuwsbrieven wordt dit artikel vervolgd met 'de onderdelen van de functie van de vrijwilliger' en 'aan welke eisen moet een vrijwilliger voldoen'.



Vrijwilligers Palliatieve
Terminale Zorg
Midden Gelderland

Secretariaat:

Rosendaalselaan 20

6891 DD Rozendaal

www.vptzmiddengelderland.nl

info@vptzmiddengelderland.nl

Algemeen coördinator:

Marian de Groot

Tel. 06-23943784

Redactie:

Hans Teunissen

Nummer 2, mei 2018

De afdelingen van VPTZ Midden Gelderland zijn:

Doesburg - Angerlo e.o.	T 06 - 29 20 80 83
Duiven - Westervoort	T 06 - 11 42 70 02
Rheden - Rozendaal	T 06 - 27 48 12 53
Zevenaar - Rijnwaarden - Didam e.o.	T 06 - 44 03 20 78