

## 'Wij willen er zijn voor anderen'

"Ons kernthema is 'er zijn'. Dat staat niet voor niets met grote letters naast ons logo. Onze vrijwilligers zorgen er voor dat mensen zich niet meer alleen voelen in misschien wel de moeilijkste tijd van hun leven. Mensen moeten weten dat ze gehoord en gezien worden. Dat er iemand naast ze staat", zegt Peter de Krijger, voorzitter van VPTZ Midden Gelderland.

VPTZ staat voor Vrijwilligers Palliatieve Terminale Zorg. VPTZ Midden Gelderland is vorig jaar ontstaan uit een fusie van de afdelingen Doesburg, Rheden/Rozendaal en De Liemers. De organisatie beschikt over goed opgeleide vrijwilligers die bewust voor dit werk

hebben gekozen. Zij worden gevraagd bij patiënten, die te horen hebben gekregen dat verdere behandeling niet meer mogelijk is en dat de eindfase van het leven nadert. Mantelzorgers rond de patiënt krijgen door de inzet van vrijwilligers meer rust en ruimte in een emotionele fase.

Peter: "We werkten al een aantal jaren samen onder een overkoepelend bestuur. Maar om een aantal praktische redenen besloten we te fuseren tot een stichting. Voordeel is dat je als grotere organisatie financieel sterker staat, maar je kunt ook de scholing van je vrijwilligers beter regelen. Daarnaast willen we de komende tijd grote

stappen zetten op het gebied van pr. De komende tijd richten we ons op het vergroten van onze naamsbekendheid. Er zijn nog veel te veel mantelzorgers die het zwaar hebben en niet weten dat wij ze kunnen helpen."

Er is een nieuwe website. Er wordt gewerkt aan een informatiemagazine en er komt een sociale kaart van instellingen en organisaties die te maken kunnen krijgen met mantelzorgers.

Ondanks de fusie blijven de afdelingen redelijk zelfstandig. "Wat lokaal kan, blijft lokaal", zegt Peter de Krijger. "De afdelingen weten het beste wat er in hun gebied speelt. Bovendien moet je vrijwilligers niet te ver laten reizen om iemand te kunnen helpen."



Bestuur VPTZ Midden Gelderland, vlnr: Peter Teunissen, Adie de Kruif, Peter de Krijger, Gerard van der Vlies, Gerry Gies, Dorothé van Koolwijk en Jan Vredegoor.

### In deze nieuwsbrief

- Een mantelzorgers over de VPTZ
- Algemeen coördinator Marian de Groot
- Coördinatoren stellen zich voor
- PaTz-groepen zorgen voor rust

# ‘Dankzij vrijwilligers VPTZ kon Myriam thuis sterven’



**Foto gemaakt door hun dochter Carlijn van Myriam en Erwin Hogeboom in betere tijden.**

“Dankzij de vrijwilligers kijk ik met een goed gevoel terug op de laatste levensfase van Myriam. Ik ben zo dankbaar dat ze thuis kon overlijden. In die moeilijke periode heb ik zoveel liefde en warmte gevoeld. Dat was echt hartverwarmend. Zonder vrijwilligers had ik het niet getrokken en had Myriam niet thuis kunnen blijven.”

Erwin Hogeboom (53) in Duiven nam op 14 oktober 2016 afscheid van Myriam, twee weken na hun 24-jarig huwelijksfeest. Mede dankzij de hulp van de vrijwilligers van de VPTZ konden hij en hun dochter Carlijn thuis afscheid nemen van Myriam.

Toen Carlijn 1 jaar was, werd bij Myriam borstkanker geconstateerd. Na een borstbesparende operatie pakte ze de draad van haar leven weer op. “Myriam was een opgewekte, energie-

ke vrouw. Vol levenslust. Ze was altijd in de weer en regelde bijna alles in huis. Als er iets was, loste zij het op.”

De kanker kwam terug. Ook de tweede en de derde keer kwam ze er bovenop. Erwin: “Myriam hield van het leven. Ze was een sterke vrouw en een enorme vechter.” De schok was dan ook groot toen in februari 2016 opnieuw kanker werd vastgesteld. Opnieuw in de rugwervel, op een plek die niet bestraald of geopereerd kon worden. Erwin: “Dit was einde verhaal, wisten we. De verslagenheid was enorm. Ze had alles aangegrepen om te blijven leven, acupunctuur, homeopathie, ijsbaden. Vergeefs.”

Vanaf toen werd Erwin mantelzorg. “Ik kan me het nog precies herinneren. Ik was beneden en Myriam riep dat ze haar been niet meer kon bewegen.

Later viel ook het tweede been uit. Ik heb de thuiszorg gebeld en meteen kwam een heel proces op gang. In no time stond het huis vol met spullen. Dat was mooi. Myriam kon thuisblijven.”

Via Piet, een dansmaatje van Myriam die ook stervensbegeleider is, werd contact opgenomen met VPTZ Midden Gelderland om Erwin te ondersteunen als mantelzorg. “Er moest continu iemand aanwezig zijn. Ze moest om de twee uur omgedraaid worden. De zorg wordt ook steeds intensiever. Dat vond ik wel wonderlijk. Je gaat steeds meer doen. Je groeit mee met de zorg.”

Maar in je eentje is dat niet te doen, merkte Erwin. Hij zat ook met zijn werk. Hij kon weliswaar veel thuis doen, maar als artiest moest hij ook optreden. “Bovendien heb je rust nodig. Het breekt je op. Dat hou je een tijdje vol. Maar er komt een punt dat je breekt. Dan is het fijn dat je kunt doorslapen omdat je weet dat er iemand bij Myriam zit. Of dat je even weg kunt om iets leuks te doen.”

De inzet van vrijwilligers zorgde ook bij Myriam voor rust. “Ze kon op een gegeven moment echt niets meer. Alles stond in dienst van haar. Daar voelde ze zich soms bezwaard over. Dat gevoel werd gelukkig minder door de vrijwilligershulp.”

Het is nu ruim een jaar geleden dat Myriam is overleden. “Ik hou zielsveel van haar. Nog steeds. Ik mis haar nog iedere dag. Maar het gaat goed met mij. Het was een heftige periode, maar ik kijk er met een goed gevoel op terug. Daar ben ik de vrijwilligers nog steeds enorm dankbaar voor.”

# Weten wat je moet doen in een kwetsbare situatie

“Steeds meer mensen willen thuis sterven. Ongeveer zeventig procent van de mensen geeft aan het liefst in eigen omgeving te willen sterven. Ongeveer de helft sterft echter ergens anders, in een ziekenhuis of in een verpleeghuis. We verwachten dat in de toekomst steeds meer wordt ingestoken op thuis sterven”, zegt Marian de groot. Marian is algemeen coördinator bij VPTZ Midden Gelderland. Zij is de verbinding tussen het bestuur, dat de algemene lijnen uitzet, en de negen coördinatoren, die de vrijwilligers aansturen. Marian zorgt voor de scholing van de vrijwilligers en onderhoudt de contacten met diverse instanties en organisaties die met palliatieve zorg te maken hebben. Daarnaast zet ze zich in om, samen met het bestuur, van de vier afdelingen één homogene organisatie te maken op het gebied van bijvoorbeeld de bereikbaarheid en evaluatie.

## **‘Al onze vrijwilligers zijn goed opgeleid’**

Marian: “Ik wil graag voor iedere inzet een evaluatie invoeren, waarin we terugkijken op hoe die is verlopen. Wat is er gebeurd? Wat ging goed en wat kan beter? Daar kun je veel van leren.” Die kwaliteit wordt steeds belangrijker door die landelijke tendens, dat meer mensen thuis willen overlijden. Dat houdt in dat er in de toekomst vaker een beroep wordt gedaan op VPTZ Midden Gelderland. Marian: “Palliatieve en terminale zorg is erg intensief. De thuiszorg kan dat niet



**Algemeen coördinator Marian de Groot zorgt onder andere voor de scholing van de vrijwilligers.**

meer. Door het personeelstekort kunnen zij soms de gevraagde zorg niet voldoende leveren. Dat verschuift steeds meer naar vrijwilligers. En dan komen wij in beeld.” VPTZ Midden Gelderland telt op dit moment ongeveer zeventig vrijwilligers die mantelzorgers ondersteunen. “Dat mogen er wel meer zijn”, zegt Marian. “Zeker door de verwachte toenemende vraag. Daarbij zouden we ook graag meer mannen zien. Onze vrijwilligersgroep bestaat nu overwegend uit vrouwen.” Bij de nieuwe vrijwilligers wordt ook specifiek aandacht besteed aan de nachtdiensten. Marian: “Daar ligt echt een probleem. Niet iedereen kan of wil nachtdiensten draaien. Dat zijn juist tijden waarop wij veel kunnen betekenen voor de mantelzorgers. Een goede nachtrust is voor hen erg belangrijk. Mantelzorgers hebben die rust

hard nodig bij hun, toch al, zware taak.”

## **‘Palliatieve en terminale zorg is erg intensief’**

Alle nieuwe vrijwilligers krijgen een introductiecursus, zes dagdelen theorie en een dagdeel praktische oefeningen aan het bed. Deelnemers praten over hun eigen verlieservaringen, maar ook over lichamelijke klachten in de laatste fase, emoties en wat zeg je wel en wat zeg je niet. Daarnaast verzorgt Marian workshops, trainingen en overige bijscholing voor vrijwilligers. Marian: “We moeten kunnen laten zien dat onze vrijwilligers goed zijn opgeleid. Dat ze weten wat ze doen in zo’n kwetsbare situatie.”



## Onze coördinatoren stellen zich voor



**Sjoukje Boers, afdeling Duiven-Westervoort.**

Ik ben vrijwilliger bij de VPTZ geworden omdat ik ervan overtuigd ben, dat ieder mens het beste gedijt als hij de regie heeft over zijn leven en dus ook over het einde daarvan.

Het bijzondere vind ik dat het leven zich zo vaak niet laat regisseren en ook de dood niet. Dat onze vrijwilligers met deze paradox elke keer weer soepel omgaan, daar ben ik trots op.



**Baukje Boschker, afdeling Duiven-Westervoort**

Toen ik nog niet zolang in Duiven woonde, kregen wij in de familie te maken met een ernstige ziekte bij een jonge zwager van 39 jaar (vader van 3 kinderen). De ziekte bleek onbehandelbaar. Hij wilde zo lang mogelijk bij zijn gezin zijn en thuis sterven. Dit werd mede mogelijk doordat er iedere dag vrijwilligers van de VPTZ kwamen, die hand en spandiensten verrichtten. Ik vond dit erg indrukwekkend en nam me voor, dat wanneer er in Duiven iets dergelijks zou komen, ik dit werk zou ondersteunen. Zo is het gekomen.



**Dinette Janssen, afdeling Duiven-Westervoort**

Het vertrouwen dat terminaal zieke mensen en hun naasten je geven in een voor hen zo kwetsbare periode, raakt me.

Dat vertrouwen motiveert mij een zo goed mogelijke match te zoeken met een vrijwilliger die deze mensen optimaal bij kan staan in deze moeilijke periode van hun leven.



**Eddy Nijholt, afdeling Doesburg e.o.**

Na mijn werkzame leven wilde ik graag iets voor de medemens betekenen. Dit werk van de VPTZ kwam op mijn pad en zit mij als gegoten. Het regelen en matchen van vrijwilligers bij een terminale patiënt en daarnaast een band opbouwen met de vrijwilligers en hen te stimuleren, zodat zij 'ER ZIJN' voor de mensen in hun laatste levensfase.

## Onze coördinatoren stellen zich voor



**Tanny van der Werf, afdeling Rheden-Rozendaal**

Ik vind het heel bijzonder in een moeilijke laatste fase een klein gedeelte van het werk van mantelzorgers over te kunnen nemen. Door een deel van die taak weg te nemen, hoop ik een familie te kunnen helpen in deze moeilijke tijd.



**Herma Beckers, afdeling Rheden-Rozendaal**

Wij zijn allemaal stervelingen. Velen van ons willen thuis, in een beschermde omgeving met familie, overlijden. Om die belangrijke wens van een sterveling in vervulling te kunnen laten gaan, geeft mij de motivatie dit werk te doen.



**Frederieke Braaksma, afdeling Zevenaar-Rijnwaarden-Didam e.o.**

Wat er binnenin iemand leeft, dat wat heel wezenlijk is, wordt steeds belangrijker in een wereld die steeds kleiner wordt voor de persoon die ziek is. Maar ook voor de mantelzorgers die erbij zijn. Dat maakt het voor mij interessant en inspirerend om daarbij betrokken te zijn.

Ik vind het heel bijzonder dat ik daar getuige van mag zijn en even onderdeel van mag uitmaken.



**Nancy Duis, afdeling Zevenaar-Rijnwaarden-Didam e.o.**

Ik vind het fijn en heel bijzonder in deze laatste levensfase van zieke mensen een luisterend oor te zijn. Om voor ze te zorgen en ze een helpende hand te kunnen bieden. Dat maakt het voor mij speciaal, maar vooral ook mooi werk.

# ‘Je maakt als vrijwilliger veel mooie, intense momenten mee’



**Nancy Duis ziet haar vrijwilligerswerk bij de VPTZ als een verrijking van haar leven.**

“Mijn vrijwilligerswerk bij de VPTZ is een verrijking van mijn leven. Ik leer er heel veel van. Maar nog belangrijker zijn de talrijke bijzondere momenten die ik meemaak. Het is soms heel heftig, maar ook bijzonder dat je zoiets intiems doormaakt met een gezin dat je eigenlijk niet kent. Je komt als wildvreemde binnen en maakt het meest verdrietige moment mee van zo’n gezin.”

Nancy Duis (49) uit ‘s-Heerenberg is sinds januari vorig jaar vrijwilliger bij de Vrijwillige Palliatieve Thuiszorg Midden Gelderland. Ze was gestopt met vrijwilligerswerk op de basisschool van haar drie dochters en kwam bij toeval bij VPTZ Midden Gelderland terecht. “In mijn straat werd een alleenstaande oudere vrouw ernstig ziek. Ik ging er wel eens heen voor de gezelligheid. Even praten, voorlezen of naar muziek luisteren. Het gaf mij een bijzonder gevoel om er te zijn voor iemand die

eenzaam was. Ik vond het fijn dat we, ondanks haar ziekte, samen hebben kunnen lachen. Even uit de put, hoe ellendig ze zich ook voelde.”

Rond die tijd zag ze in een krant een oproep van VPTZ Midden Gelderland voor vrijwilligers. “Ik had weer wat tijd en ik vind het fijn om mensen te helpen. Zeker in deze tijd, de laatste fase van hun leven, wil ik iets kunnen betekenen bij het voorbereiden op hun afscheid van het leven.”

Na een basicursus, die alle vrijwilligers bij de VPTZ krijgen, werd Nancy ingezet bij een cliënt in Didam. “Dat was spannend. Wat staat je te wachten? Het was heftig. Hij was nog betrekkelijk jong. Maar het voelde meteen goed. Je wordt ook niet in het diepe gegooid en goed begeleid door je coördinator.”

Haar tweede cliënt was een oudere vrouw uit Zevenaar. “Ik draaide nachtdiensten. Dat is heel bijzonder. Het is

donker, iedereen slaapt en je bent alleen met een ernstig zieke vrouw. Ik heb daar veel mooie herinneringen aan. Het zijn speciale en intieme momenten, die je anders niet meemaakt. Je wordt opgenomen alsof je bij het gezin hoort. De dankbaarheid is groot. Jij zorgt ervoor dat zij kunnen slapen en weer energie krijgen om door te gaan of dat ze onbezorgd even iets anders kunnen doen. Als ik ‘s ochtends naar huis ging, was ik nooit depressief of verdrietig. Integendeel, ik voelde me heerlijk. Je gaat naar buiten, het is nog vroeg en heerlijk rustig. De frisse wind om je hoofd. Ik werd me nog meer bewust van al het mooie dat er is.”

Vrijwilligers bij de VPTZ moeten zorgzaam kunnen zijn voor zieke mensen, maar ook goed kunnen luisteren. Daarnaast moet je het emotioneel aankunnen. “Je moet het niet mee naar huis nemen”, zegt Nancy. “Je moet je kunnen inleven in iemand die op sterven ligt. Dat is soms zwaar, maar ook bijzonder. Je hebt plezier, maar het is ook intens verdrietig. Ik zit ook wel eens te huilen aan bed. Het is lastig en ingewikkeld voor hen het leven los te laten en afscheid te nemen van mensen die je nog nodig hebben. Maar dat maakt het wel erg mooi en vooral dankbaar werk.”

Nancy is inmiddels ook coördinator. “Ik blijf inzetbaar bij cliënten. Maar dit maakt het compleet. Je bent nu overal bij betrokken. Je leert ontzettend veel. Ik had nooit gedacht dat ik ooit nog eens zorgroosters zou opstellen of dat ik intakegesprekken zou gaan voeren.”

Het werk is niet voor iedereen weggelegd, maar Nancy ziet het als een mooie persoonlijke ontwikkeling. “Die had ik voor geen geld willen missen.”



# Cheque Rabobank voor VPTZ



**De overhandiging van de cheques in het Gelredome. Op de eerste rij vierde van links penningmeester VPTZ Midden Gelderland Peter Teunissen.**

De Stichting Vrijwilligers Palliatieve Terminale Zorg (VPTZ) Midden Gelderland heeft van de Rabobank een che-

que gekregen van 2.416,64 euro. De cheque werd in ontvangst genomen door de huidige en de vorige penning-

meester van de stichting, Peter Teunissen en Jens Genee. Zij kregen de cheque tijdens de ledenbijeenkomst op 31 oktober in het Gelredome in Arnhem van Jan Ummenthum, directievoorzitter Rabobank Arnhem en Omstreken. Met 244 uitgebrachte stemmen eindigde VPTZ Midden Gelderland op de negende plaats van de 166 deelnemende stichtingen en verenigingen in de Rabobank Clubkas Campagne 2017.

Het geld van de Rabobank Clubactie wordt gebruikt voor scholing van vrijwilligers en het vergroten van de naamsbekendheid van de nieuwe organisatie.

De VPTZ bedankt alle leden van de Rabobank Arnhem en Omstreken die hun stem op de VPTZ Midden Gelderland hebben uitgebracht.

## VPTZ Midden Gelderland ontstaan uit samenwerkingsverband

De voorloper van VPTZ Midden Gelderland werd op 22 februari 2005 opgericht als Stichting Samenwerkende Organisaties Vrijwilligers Terminale Zorg Regio Arnhem. Op 4 december 2008 werd de naam omgezet in de huidige naam. Aan dit samenwerkingsverband deden naast de huidige deelnemers ook de VPTZ-organisaties in Arnhem, Over-Betuwe en Lingewaard mee. Deze laatste afdelingen hebben het lidmaatschap echter weer beëindigd. In 2016 besloten de drie resterende partijen: Stichting VTZ Doesburg, Stichting Omega uit Rheden-Rozendaal en VPTZ De Liemers in-

tensief samen te werken. Uit de drie organisaties werd een werkgroep samengesteld dat zich boog over een voorstel voor een nieuw samenwerkingsverband.

In mei 2017 droegen de besturen van deze drie organisaties hun baten, lasten, activiteiten en vermogen over aan de Stichting Vrijwilligers Palliatieve Terminale Zorg Midden Gelderland. Gelijktijdig werden de oude stichtingen ontbonden.

Per 1 juni 2017 was de overdracht een feit en besloot de nieuwe organisatie tot een fusie met Stichting

Hospice Martinus. Op 13 oktober 2017 is ook deze fusie afgerond. De Stichting Vrijwilligers Palliatieve Terminale Zorg (VPTZ) Midden Gelderland heeft vier lokale afdelingen: VPTZ Doesburg-Angerlo e.o., VPTZ Duiven-Westervoort, VPTZ Rheden-Rozendaal en de VPTZ Zevenaar-Rijnwaarden-Didam e.o.

VPTZ Midden Gelderland is aangesloten bij het Landelijk Steunpunt VPTZ Nederland. Hier zijn inmiddels bijna tweehonderd organisaties aangesloten, waarvoor ongeveer 11.000 vrijwilligers actief zijn.

Meer op [VPTZ Midden Gelderland](#).



# PaTz-groepen zorgen voor rust



Op steeds meer plaatsen in Nederland gaan zorgverleners samenwerken in zogenaamde Palliatieve Thuiszorg (PaTz)-groepen. Artsen, verpleegkundigen van de thuiszorgorganisaties komen regelmatig bij elkaar en overleggen hoe ze de palliatieve zorg voor iedere cliënt het beste kunnen regelen. Steeds meer mensen willen thuis sterven. Om dat goed te kunnen regelen, zijn goede afspraken nodig over bijvoorbeeld pijnbestrijding en verzorging, maar ook over de begeleiding van mantelzorgers.

PaTz is een proactieve, vroegtijdig geplande palliatieve zorg op de juiste plek. Hoe belangrijk dat is voor met name cliënten en hun mantelzorgers, merkte Eddy Nijholt, coördinator bij VPTZ Midden Gelderland, afdeling Doesburg-Angerlo e.o. Hij was betrok-

ken bij de oprichting van de werkgroep die zich sinds 2014 over de palliatieve zorg buigt in Doesburg, Angerlo, Giesbeek, Lathum en Drempet. In de werkgroep zit een vertegenwoordiger van alle huisartsen, van elk van de vier thuiszorgorganisaties die in dit gebied werkzaam zijn en de coördinator bij VPTZ afdeling Doesburg-Angerlo e.o. "Het lijkt misschien meer werk voor huisartsen en zorginstellingen. Maar de ervaring is dat een VPTZ-vrijwilliger vooral voor veel rust zorgt, bij cliënten en hun mantelzorgers, maar ook bij de zorgverleners. Tijdens de bijeenkomsten wordt besproken welke patiënten in aanmerking zouden kunnen komen voor palliatieve thuiszorg. Op die manier kun je in een vroegtijdig stadium een traject uitzetten. De zorg kan daardoor beter afgestemd worden

op de patiënt. De PaTz-groep IJsselstromen komt zes keer per jaar bij elkaar. Eddy vindt het goed dat VPTZ Midden Gelderland in de werkgroep zit. "Wij zijn ervoor om mantelzorgers te helpen. Hoe eerder onze vrijwilligers aanwezig kunnen zijn, hoe beter wij mantelzorgers kunnen ontlasten. Palliatieve zorg is zwaar voor mantelzorgers. Als het hen even teveel wordt, als zij eens rustig willen slapen of als er boodschappen gedaan moeten worden, dan kunnen wij helpen. Toen de PaTz-groep van start ging, steeg het aantal aanvragen voor steun bij de VPTZ. Het werd toen ook duidelijk dat er behoefte bestaat aan ondersteuning bij de mantelzorgers."

Mede door de steeds groter wordende wens van mensen om thuis te sterven, zou het fijn zijn als ook in andere regio's gewerkt zou worden met een PaTz-groep. Hierbij zou de VPTZ in de andere regio's dan ook haar bijdrage kunnen leveren.



Vrijwilligers Palliatieve  
Terminale Zorg  
Midden Gelderland

## Secretariaat:

Rosendaalselaan 20

6891 DD Rozendaal

[www.vptzmiddengelderland.nl](http://www.vptzmiddengelderland.nl)

[info@vptzmiddengelderland.nl](mailto:info@vptzmiddengelderland.nl)

## Algemeen coördinator:

Marian de Groot

Tel. 06-23943784

## Redactie:

Hans Teunissen

Nummer 1, januari, 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