

Team Palliatieve zorg Rijnstate werkt graag samen met VPTZ

"Ik ben blij dat de VPTZ er is. Ons team van palliatieve zorg Rijnstate werkt al heel lang samen met VPTZ. De vrijwilligers voegen iets toe aan de zorg van patiënten, maar vooral ook aan hun mantelzorgers." Josien Schoo van het team palliatieve zorg Rijnstate is positief over het werk van de vrijwilligers van Vrijwillige Palliatieve Terminale Zorg. "Vaak als onze hulp wordt ingeroepen, benoemen we de VPTZ en geven we een folder mee. Maar de mensen moeten zelf contact opnemen met VPTZ."

Het Consultteam Ondersteunende & Palliatieve Zorg Rijnstate ging 1 januari 2007 van start. Collega Jolanda van Loenhout werkt vanaf die beginperiode bij het team, dat al vrij snel werd versterkt met Josien. Zij werkte bij Hospice Rozenheuvel in Rozendaal, maar wilde iets meer dan terminale patiënten bijstaan. "Ik heb palliatieve zorg altijd erg interessant gevonden

en wilde eerder bij dit traject betrokken worden. Je kunt veel toevoegen. Ook al is de tijd heel kort. Als jij de goede dingen doet, kun je de kwaliteit van leven en van sterven verbeteren." Het team in Rijnstate groeide van twee naar vijf verpleegkundig specialisten en bestaat daarnaast uit twee internisten, een geriater en twee anesthesisten/pijnspecialisten. "Wij zijn eigenlijk een adviesteam", zegt Josien. "Wij behandelen niet zelf. Wij adviseren bijvoorbeeld de zaalarts, specialisten of verpleegkundigen, maar ook patiënten en hun mantelzorgers over de beste palliatieve zorg. Dat doen we in het ziekenhuis, maar ook op de poli. Vanaf het moment dat wij worden ingeschakeld, lopen we mee met iemand die ongeneeslijk ziek is. Dat kan een paar jaar duren, maar ook een dag." In haar werk ziet ze het grote belang van mantelzorgers. Maar ze ziet ook dat die het zwaar hebben.

"Overbelasting ligt op de loer", zegt ze. "De verantwoordelijkheid die zij voelen is sterk, waardoor zij zichzelf soms teveel wegcijferen. VPTZ doet hier goed werk. Door hun inzet hebben mantelzorgers even tijd voor zichzelf. Dat heeft met corona stilgelegen. Het is fijn dat dit weer kan."

Maar ze merkt ook dat lang niet iedereen VPTZ kent. "Veel mensen zijn niet op de hoogte van VPTZ, ook professionals niet. Dat is jammer. We moeten samen proberen de beste zorg te regelen voor patiënt en mantelzorger. Iedereen, professional en vrijwilliger, levert zijn eigen bijdrage om een totaal plaatje te kunnen bieden."

Om die (palliatieve) zorg zo goed mogelijk te kunnen leveren, ziet Josien het belang van een proactieve zorgplanning. "Je moet niet wachten tot het zover is. Je moet samen met de huisarts of andere professionals tijdig bespreken wat je wensen nú zijn, maar ook voor het einde van je leven. Wat zou je graag willen en wat niet? Wat is voor jou belangrijk: wil je thuis sterven of niet? Welke professionele hulp is er en hoe kan die eventueel ingezet worden?"

Josien is blij met de samenwerking met VPTZ. "De lijntjes zijn kort en we weten elkaar te vinden. Er is regelmatig contact. Minimaal twee keer jaar spreken we elkaar en indien nodig vaker. Het is vrijwilligerswerk, maar beslist niet vrijblijvend. Dat is bekend en ze werken voortdurend aan een professionele uitstraling en meer naamsbekendheid. Dat betekent natuurlijk wel, dat als je meer inzetten krijgt, je die wel moet kunnen waarmaken."



Josien Schoo.

Een bijzondere eerste inzet van Christel

Ze had absoluut geen idee wat ze kon verwachten. Maar de eerste inzet van Christel Jacobi (61) uit Duiven voor VPTZ Midden Gelderland was héél bijzonder.

Christel had zich in de herfst van 2020 aangemeld voor VPTZ Midden Gelderland. Als HR manager voor een koffiebranderij in Arnhem begeleidde ze twee medewerkers tijdens een langdurig ziekbed. Ze werd steun en toeverlaat, ook na de twee jaar dat beide medewerkers met ziekteverlof waren gegaan. “Ikervaarde hoe mooi het is om mensen zo te ondersteunen en van dienst te kunnen zijn.” Niet lang daarna zag ze in een krant een oproep van VPTZ Midden Gelderland voor vrijwilligers. “Juist in die tijd dacht ik na over wat ik zou gaan doen als ik gestopt was met werken. Ik meldde me aan en half oktober 2020 rondde ik de basiscursus af en kon ik ingezet worden. Helaas stak corona hier een stokje voor en duurde het tot begin april 2021 voordat ik aan mijn eerste inzet voor VPTZ kon beginnen.”

De eerste inzet was voor VPTZ afdeling Rheden-Rozendaal omdat daar de bezetting niet rond kwam. “Ik werd met Pasen in Velp verwacht bij een oudere man die in een woonvorm woonde voor ouderen met een beperking. Hij was aan het einde van zijn leven en niet meer bij kennis. Belangrijkste opdracht was er voor hem te zijn zodat hij niet alleen zou sterven.”

Christel had dienst van 19.00 tot 23.00 uur. “Op de avond zelf had ik me goed voorbereid, ik had goed nagedacht wat ik in deze vier uur zou doen om me bezig te houden. En natuurlijk was ik benieuwd of ik wat kon betekenen voor meneer.”

Ze meldde zich bij de verzorging en maakte wat onwennig kennis met de man. “Ik stelde me voor en zei dat ik de komende uren bij hem zou zijn. Ik kreeg nog wat informatie van de verzorging, die me vroeg alleen hulp in te roepen als er iets was. Daarna was ik alleen. Ik zag dat hij rustig was, en ging wat lezen.”

Ze had de Libelle nog niet opengeslagen of ze constateerde dat de man er wel erg kalm bij lag. “Toen ik kwam, zag ik duidelijk de halsslagader kloppen. Na ongeveer vijf minuten keek ik op en zag geen enkele hartslag meer in de hals, die voorheen duidelijk te zien was. Ik dacht ‘dat kan toch niet? Zou hij al overleden zijn?’ Na moed te hebben verzameld, controleerde ik zijn hartslag en voelde ik niets meer.”

Meteen haalde ze de verzorging erbij, die het van haar overnam. “Zij waren erg dankbaar dat hij niet alleen was gestorven.”

De man was heel rustig overleden. Heel anders dan dat Christel met beide ouders had ervaren. “Er was helemaal niets van te merken. Hij is op een mooie humane manier gestorven.” Op weg naar huis belde Christel om 19.30 uur met haar coördinator om hem op de hoogte te brengen. “Dat was prettig. Ik ben netjes begeleid. Hij vroeg direct of ik er verder over wilde praten. Maar dat was niet nodig. Deze inzet was zó kort. Het was een bijzondere eerste inzet en de nazorg van VPTZ was prima. Iedereen was er voor mij.”

De tweede inzet van Christel bij een mevrouw van 72 jaar verliep heel anders. “Toen ik kwam, vroeg ze of ik naast haar wilde zitten en raakten we aan de praat. Het klikte meteen. We hebben zeker vier uur gepraat. Ze deed geen oog dicht. Dat waren niet alleen heftige en zware gesprekken. Ze had een mooi leven gehad. Ze was vooral verdrietig over de mensen die ze achterliet. Hoe moest het verder met haar man en kinderen? Maar we hebben ook gelachen. Dat was een mooie inzet. Zonder dat je veel doet of zegt. Ik merkte dat ze blij was dat ze met iemand kon praten, iemand waarbij ze zich kwetsbaar durfde op te stellen.”



Christel Jacobi.

Bijzondere inzet corona maakt familiebezoek mantelzorgger mogelijk

“Dit is waarom wij dit doen”, zegt Ella Perdaems (69) vrijwilligster bij VPTZ Arnhem over een bijzondere inzet bij een echtpaar in haar woonplaats. “Door onze inzet kunnen mantelzorgers uiteindelijk eens even tot rust komen. Iets doen voor zichzelf, even eruit voor iets leuks, op bezoek bij familie of een boodschap.”

Samen met Margreet Weide (55) en Loes Prakke (81) is ze sinds maart twee keer ingezet bij een ouder echtpaar in Arnhem. Loes: “De echtgenoot kon nooit weg. Hij was altijd bij zijn vrouw die in een rolstoel zit en veel hulp nodig heeft. Drie keer per week gaat hij met haar naar het ziekenhuis voor een nierdialyse en regelt hij thuis alles. Hij wilde dolgraag op bezoek bij zijn zus in het westen van Nederland, maar dat ging niet omdat er voortdurend iemand bij zijn vrouw moet zijn.”

“Hij was zo blij met zijn bezoekje aan zijn

zus”, zegt Margreet. “Hij gaf meteen te kennen vaker gebruik te willen maken van onze hulp.”

Om een bezoek van anderhalve dag mogelijk te maken, is een inzet nodig van drie vrijwilligers. De inzet begint om 10.00 uur 's morgens, waarna de man voor zijn uitstapje naar zijn zus afreist.

Om drie uur 's middags wordt de vrijwilligster afgelost door een collega, die tot 23.00 uur bij haar blijft, waarna de derde vrijwilligster met haar nachtdienst begint tot de volgende morgen rond een uur of tien. De thuiszorg zorgt ervoor dat de vrouw naar het ziekenhuis kan voor haar nierdialyse. Als zij dan 's middag thuiskomt, wordt ze opgewacht door haar echtgenoot, die terugkomt van zijn bezoekje aan zijn zus.

“Dit is een uitzonderlijke situatie”, zegt Loes. “Normaal gesproken worden we ingezet bij terminale cliënten. Door coro-

na is het nu een stuk rustiger, waardoor dit mogelijk is. Voor het echtpaar is dit een erg mooie oplossing.”

Voor Ella, Margreet en Loes was dit geen enkel probleem. Sterker nog, ze zijn blij dat ze na corona weer iets kunnen betekenen voor anderen. Voor Margreet was het haar eerste inzet. “Na mijn werk als bureauredacteur bij de educatieve uitgeverij van mijn man en bij het dr. Leo Kannerhuis in Doorwerth, wilde ik geen betaalde baan meer. Ik ben echter te jong om niks meer te doen, dus zocht ik naar zinvol vrijwilligerswerk. Een vriendin van mij overleed een paar jaar geleden in een hospice en dat was een fijne plek voor haar laatste dagen. Dat leek mij een perfecte combinatie met mijn vrijwilligerswerk bij Filmhuis Arnhem.” Ella en Loes daarentegen worden al jarenlang ingezet bij VPTZ Arnhem. Ella schat dat ze in de afgelopen drie jaar bij 20 á 25 cliënten is ingezet. Loes is de telkwijtgeraakt van haar inzetten in de circa acht jaar dat ze dit doet. Ella heeft 45 jaar in de zorg gewerkt en Loes heeft na haar studie medicijnen allerlei bestuursfuncties gehad en vrijwilligerswerk gedaan voor diverse verenigingen en instellingen in en om Arnhem. Net als Margreet vinden ze het ontzettend mooi en dankbaar werk. Ella: “Toen ik drie jaar geleden in contact kwam met VPTZ wist ik meteen dat ik dit wilde gaan doen. In verpleeghuizen gaan veel mensen dood. Als ik maar enigszins tijd over had, probeerde ik er te zijn voor hen”

Hetzelfde geldt voor Loes, die het belangrijk vindt dat mensen thuis moeten kunnen sterven. “Ik doe tijdens mijn inzet heel weinig”, zegt ze bescheiden. “Ik ben er gewoon.”



Ella Perdaems, Margreet Weide en Loes Prakke.

Geslaagde eerste gezamenlijke bijeenkomst voor vrijwilligers

“Een geweldige voorstelling”, zegt Eric van der Vet bewonderend over het toneelstuk dat hij zaterdag 9 oktober heeft gezien in Zalencentrum Berentsen in Loo tijdens de Internationale Dag van de Palliatieve Zorg. “Dit gaat over de kern en raakt alle wezenlijke kenmerken van ons werk. Het is niet bedacht, maar geschreven door mensen die dit werk doen.” Daar zijn Anneke Gerritsen en Ella Perdaems het helemaal mee eens. Anneke: “Je moet als vrijwilliger niet alles willen doen. Je moet af en toe het schortje uittrekken. Niet vluchten in allerlei klusjes, maar er zijn voor de ander.” Ella, die lang in de zorg heeft gewerkt: “Alle aspecten van het doodgaan zijn benoemd: berusting, verdriet, eenzaamheid, maar wat net zo belangrijk is, ook je eigen spiritualiteit speelt een rol.”

Tijdens de lunch praten ze uitgebreid na over de voorstelling die zij hebben gezien van het Theater van de Laatste Dagen. Hierin vertelt Ada Vogelezang (een personage van Nicoline van de Beek)

over haar hospice dat onder wonderlijke omstandigheden is ontstaan in haar woning. Daarin wordt ze begeleid door de oude mijnheer Van Haaren, die haar met raad en daad bijstaat over het omgaan met mensen die palliatieve en terminale zorg krijgen.

‘Dit gaat over de kern’

De voorstelling van Nicoline van de Beek uit Culemborg is het tweede programmaonderdeel van de vrijwilligersbijeenkomst van VPTZ Arnhem en VPTZ Midden Gelderland. Het is de eerste keer dat beide stichtingen elkaar ontmoeten tijdens een gezamenlijk evenement. Dat

had vorig jaar al zullen gebeuren, maar zoals bekend, zette corona hier een flinke streep door. Waarop de bijeenkomst werd verschoven naar 9 oktober van dit jaar, de Internationale Dag van de Palliatieve Zorg.

Het is een bijzonder geslaagde bijeenkomst waarbij ruim veertig vrijwilligers van de twee stichtingen aanwezig zijn. De bijeenkomst begint met een presentatie van coördinator Ad Boogaard en geestelijk verzorger Florie van de Hoek van de D3rde Verdieping – Hart voor zingeving voor Arnhem en de Liemers. Zij gaan daarbij in op de vraag: hoe komen we levensvragen tegen in ons werk en eventueel bij ons zelf? Na een korte presentatie over het werk van de D3rde Verdieping gaat het al snel over zingeving en levensvragen, die vooral in de laatste fase van het leven opspelen. Vragen die worden gesteld aan vrijwilligers tijdens een inzet, maar die ze ook zichzelf stellen, zo blijkt na een vraag van Florie welke levensvraag is blijven hangen. Dat zijn er nogal wat: Wie ben ik echt? Waar gaat het echt om? God waar bent u nu ik u echt nodig heb? Hoe moet ik dit leven en mijn geliefden loslaten?

Vervolgens laat de voorstelling van Nicoline van de Beek op een boeiende maar luchtige en ook humoristische manier de betekenis zien van vrijwilligerswerk voor palliatieve en terminale cliënten. ‘Het gaat niet om wat wij denken of vinden. Wij hoeven niet onze buitenwereld naar hun binnenwereld te brengen. Wij hoeven er alleen maar te zijn.’

Op de bovenste twee foto's op pagina 6 staan Ad Boogaard en geestelijk verzorger Florie van de Hoek van de D3rde Verdieping en 'Ada Vogelezang'.



Eric van der Vet, voorzitter van VPTZ Arnhem, verwelkomt de ruim veertig vrijwilligers op de Internationale Dag van de Palliatieve Zorg bij zaal Berentsen in Loo.

VPTZ Midden Gelderland houdt vrijwilligersdag in Openluchtmuseum

“Het was een ontzettend leuke dag, met inspirerende sprekers die een helder verhaal vertelden. Carla van Weelie en Tjeerd de Graaf lieten zien hoe je met één vraag: Waartoe? betrekkelijk eenvoudig tot de kern van de bedoeling van VPTZ kunt komen. Door jezelf steeds deze vraag te stellen, blijf je helder in je boodschap en je doelstelling. Daarnaast was het natuurlijk erg fijn om weer eens iets te kunnen organiseren voor de vrijwilligers.”

Algemeen coördinator Saskia Hofman van VPTZ Midden Gelderland kijkt na zaterdagmiddag 11 september terug op een bijzonder geslaagde vrijwilligersdag in het Openluchtmuseum in Arnhem. Voor het eerst is er sinds het uitbreken van corona in maart 2020 gelegenheid om elkaar te ontmoeten. Normaal gesproken organiseert VPTZ Midden Gelderland twee keer per jaar een vrijwilligersdag, een informele voor ontspanning en amusement in april en een formele en informatieve bijeenkomst in

het najaar. Door corona kon dat niet meer, tot zaterdag 11 september. Voor deze vrijwilligersdag is ervoor gekozen zowel het formele als het informele deel op het programma te zetten. Tot de lunch wordt uitvoerig gesproken waar VPTZ Midden Gelderland voor staat en hoe die doelstelling het beste bereikt kan worden. Daarbij gaat het ook over de rolverdeling tussen het bestuur, de coördinatoren en de vrijwilligers en hoe ze samen de beste hulp en steun kunnen zijn voor hun doelgroep: terminale cliënten en hun mantelzorgers. Belangrijk hiervoor zijn de speerpunten die een beleidsgroep met vertegenwoordigers uit het bestuur, coördinatoren en vrijwilligers, vanaf 2019 heeft uitgewerkt. Deze worden toegelicht door nieuwkomer in het bestuur, Jan Steegh. Deze drie speerpunten: professionalisering, naamsbekendheid en intensivering samenwerking, worden vervolgens in groepjes uitgewerkt en besproken. Aan professionalisering wordt al veel gedaan,

maar bij naamsbekendheid valt nog veel te winnen. Hetgeen een lid van de pr-groep doet verzuchten: “We hebben nog veel werk te doen!” “Wees een ambassadeur van je eigen organisatie”, benadrukt Carla van Weelie. “Wees trots op het werk dat je doet.”

Dorien Reusken uit Doesburg, sinds vier jaar vrijwilliger, is blij dat ze eindelijk weer eens haar collega's ontmoet. “Het is mooi dat we elkaar na anderhalf jaar weer eens zien. Het is erg belangrijk om elkaar regelmatig te ontmoeten en met anderen te praten over wat we doen. Zoiets als de naamsbekendheid is bijvoorbeeld een uitstekend onderwerp.” Jan Pons uit Angerlo, vanaf juni vorig jaar coördinator, vindt het ook een nuttige bijeenkomst. Hij vindt vooral het zoeken van verbinding tussen de diverse afdelingen, maar ook van bestuur en vrijwilligers erg belangrijk. “Er moet een ‘wijgevoel’ ontstaan. We hebben allemaal dezelfde bedoeling en daar moeten we samen aan werken. De vrijwilligers zijn de basis en een bestuur moet ervoor zorgen dat die hun werk goed kunnen doen.”

“Dat is precies waar we mee bezig zijn”, zegt bestuurslid Peter Teunissen. “Dat is de opzet van de beleidsgroep. Zij formuleren de randvoorwaarden, waarna het bestuur de lijnen uitzet, zodat de vrijwilligers hun werk kunnen doen.”

Na de lunch staat er voor het gezelschap een tram klaar voor een rondrit door het Openluchtmuseum, met als conducteur bestuurslid Rien van der Linde van VPTZ Arnhem. Vervolgens is er tot vijf uur tijd om het Openluchtmuseum op eigen houtje verkennen.

De onderste twee foto's op pagina 6 zijn van de vrijwilligersdag.



Vrijwilligers van VPTZ Midden Gelderland ontmoeten elkaar op de vrijwilligersdag in het Openlucht Museum in Arnhem, met conducteur Van der Linde.



Steun in de rug
Thuis, in de laatste levensfase
VPTZ Arnhem

Secretariaat:

Akkerwindestraat 1-109
6832 CR Arnhem

www.vptzarnhem.nl

info@vptzarnhem.nl

Nummer voor hulpvragen:

Tel. 06-5100 9572

Algemeen coördinator:

Dolf Mulder

Tel. 06-1495 1013



Vrijwilligers Palliatieve
Terminale Zorg
Midden Gelderland

Postadres:

Rosendaalselaan 20
6891 DD Rozendaal

www.vptzmiddengelderland.nl

info@vptzmiddengelderland.nl

Nummer voor hulpvragen:

Tel. 06-174 55 664

Algemeen coördinator:

Saskia Hofman

Tel. 06-239 43 784

Redactie:

Hans Teunissen

Nummer 15, oktober 2021