

# Zicht<sup>op</sup>IJssel

.....

NUMMER 16 | DECEMBER 2025

Word warm!

Nieuwe medewerkers stellen zich voor

IJsselHospices erkend door VPTZ Nederland

Dichtbij tot het einde: de rol van de huisarts in het hospice

Vrijwilligers in het hospice

Iemand helpen iets wezenlijks na te laten

Dat je zomaar bij me komt zitten...

Een middag met een gouden rand



IJsselHospices



## WORD WARM!

Het is december!

Huizen worden versierd, lichtjes aangestoken, sterren opgehangen. Want één keer per jaar vieren we - te midden van de kille, winterse koelte - het feest van liefde, warmte en licht. Dat mág iets kosten!

In onze IJsselHospices herkennen we dat. En toch ook weer niet.

Want in onze huizen voeren liefde, licht en warmte geen twee, maar 365 dagen per jaar de boventoon. En ja, dat kost iets! Dat kost de inzet van vele handen en de bereidwilligheid van talloze harten.

Maar het levert eigenlijk vooral op: rust, vreugde, vrede en ook blijdschap.

Via deze wintereditie van *Zicht op IJssel* stralen we daar graag iets van uit! U leest over bestuurlijke ontwikkelingen, over mensen die ernaar uitzien zich in te gaan zetten voor de IJsselHospices. We vertellen over onze 'sterren': de onbetaalbare en altijd enthousiaste vrijwilligers. Huisartsen vertellen over hún rol in onze huizen. En we laten zien hoe we leven toevoegen aan dagen als er geen dagen meer toe te voegen zijn aan het leven.

'Blader' rustig verder in deze digitale nieuwsbrief. En word warm!

*de samenstellers van Zicht op IJssel*



*Stichting IJsselHospices bestuurt hospices op drie locaties:*

Hospice IJsselThuis in Nieuwerkerk aan den IJssel

Hospice IJsselOever in Capelle aan den IJssel

Hospice IJsselPolder in Rotterdam-Ommoord



# TROTS EN DANKBAAR

*bestuurlijke ontwikkelingen binnen Stichting IJsselHospices*



*Door Hilger Jansen, voorzitter Stichting IJsselHospices*

## Trots en dankbaar

Met trots en dankbaarheid presenteer ik u dit nieuwe nummer van het magazine van Stichting IJsselHospices. Dit is mijn eerste voorwoord als voorzitter, na het afscheid van George Henkens, die op 1 juni na tien jaar inspirerend en betrokken voorzitterschap het stokje heeft overgedragen. Ik wil hem, ook namens het hele bestuur, nogmaals bedanken voor zijn enorme inzet en de stevige basis die hij heeft neergezet voor de drie hospices.

## Ontwikkelingen in de hospicezorg

De hospicezorg in Nederland blijft in beweging. We zien dat de behoefte aan palliatieve zorg blijft groeien door een vergrijzende bevolking en een toenemende wens om de laatste levensfase op een persoonlijke en huiselijke manier door te brengen. Tegelijkertijd wordt de zorg complexer, omdat mensen langer thuis blijven wonen en vaak in een later stadium worden doorverwezen.

Voor organisaties zoals de onze betekent dit dat we voortdurend moeten blijven investeren in deskundigheid, samenwerking met ketenpartners en het versterken van onze vrijwilligersgemeenschappen. Het is inspirerend om te zien hoe onze hospices zich blijven aanpassen aan deze ontwikkelingen, terwijl de kern altijd hetzelfde blijft: zorg met aandacht, menselijkheid en respect. Heel fijn om te merken dat er binnen onze hospices regelmatig nieuwe vrijwilligers starten die zich verbonden voelen aan de missie en visie van de hospicezorg op de drie locaties.

## Het bestuur

Binnen het bestuur hebben zich dit jaar enkele belangrijke wijzigingen voorgedaan. Per 1 november hebben wij afscheid genomen van Douwe van der Werf, die vier jaar lang met grote zorgvuldigheid de rol van penningmeester heeft vervuld. Wij danken hem van harte voor zijn inzet en betrokkenheid.

Per eind december neemt ook Aad de Jong afscheid als secretaris, na een indrukwekkende periode van tien jaar. Aad stond onder andere aan de wieg van de oprichting van Hospice IJsselOever en heeft daarmee een blijvende en tastbare bijdrage geleverd aan de hospicezorg in onze regio. Daarnaast was hij binnen het bestuur en voor onze coördinatoren altijd beschikbaar voor vragen met een medische achtergrond, waarbij zijn kennis en rustige manier van meedenken enorm gewaardeerd werden. Wij zijn Aad bijzonder dankbaar voor zijn toewijding, deskundigheid en de solide basis die hij heeft helpen leggen.

## Nieuwe bestuursleden

Gelukkig mochten wij dit jaar ook twee nieuwe bestuursleden verwelkomen: Aartie Tewari, huisarts in Capelle aan den IJssel, en Tianne Plomp. Zij stellen zich in dit magazine verder aan u voor. De taken van de penningmeester zijn inmiddels overgenomen door Jean-Bart Bügel. Met deze versterking kijken we vol vertrouwen naar de toekomst en blijven we bouwen aan een stevig fundament voor de drie locaties.

## Alleen samen kunnen we deze zorg bieden

Een hospice kan alleen bestaan dankzij mensen. Daarom wil ik, namens het hele bestuur, een warm en welgemeend dankjewel uitspreken aan al onze vrijwilligers, coördinatoren en professionele zorgverleners. Jullie inzet, zorgzaamheid en menselijkheid maken het verschil - iedere dag opnieuw. Op onze drie locaties zien we hoe jullie aandacht, vakmanschap en betrokkenheid bijdragen aan een waardig en zo comfortabel mogelijk levenseinde voor onze gasten en hun naasten.

Dank voor jullie flexibiliteit, jullie liefdevolle aanwezigheid en de manier waarop jullie elkaar dragen wanneer dat nodig is. We zijn trots op jullie en dankbaar dat we samen deze bijzondere vorm van zorg mogen blijven bieden.



## NIEUWE MEDEWERKERS STELLEN ZICH VOOR

### Aartie Tewarie: bestuurslid IJsselHospices



Beste medewerkers, vrijwilligers en overige betrokkenen,

Graag stel ik mij aan jullie voor. Mijn naam is Aartie Tewarie en ik ben ondertussen toegetreden tot het bestuur van onze IJsselHospices. Het is een bijzondere verantwoordelijkheid én een voorrecht om mij te mogen inzetten voor deze organisatie waar warmte, aandacht en waardigheid dagelijks centraal staan.

Als huisarts in Capelle aan den IJssel heb ik in de afgelopen jaren veel mensen mogen begeleiden in kwetsbare fases van hun leven. Die ervaring heeft mij geleerd hoe belangrijk persoonlijke aandacht, helderheid en menselijke nabijheid zijn in de palliatieve zorg. Vanuit die achtergrond wil ik als bestuurslid bijdragen aan een sterke, gezamenlijke koers voor alle locaties, met respect voor ieders eigen identiteit en werkwijze.

Ik vind het belangrijk om goed te luisteren naar de ervaringen van medewerkers en vrijwilligers, omdat zij elke dag het hart vormen van de zorg die wij bieden.

Ik kijk ernaar uit om jullie te ontmoeten en samen te bouwen aan een liefdevolle en stabiele organisatie. Voor vragen, ideeën of een kennismakingsgesprek sta ik altijd open.

*Aartie*

”

*Ik vind het belangrijk om goed te luisteren naar de ervaringen van medewerkers en vrijwilligers, omdat zij elke dag het hart vormen van de zorg die wij bieden.*



### Sandra Kraaij: invalcoördinator



Graag stel ik mij aan u voor. Mijn naam is Sandra Kraaij, en sinds 1 augustus dit jaar werk ik bij Hospice IJsselPolder als invalcoördinator. Met mijn ervaring als neonatologieverpleegkundige, klantadviseur bij een zorgaanbieder en transferverpleegkundige in het ziekenhuis (een functie die ik nog steeds af en toe vervul) neem ik expertises mee uit verschillende delen van de zorg.

In mijn werk als transferverpleegkundige regel ik de juiste nazorg na een ziekenhuisopname. Juist omdat mijn betrokkenheid daar altijd eindigt, voelde ik de behoefte om meer te kunnen betekenen: dichter bij de mensen staan, met tijd en aandacht voor wat nodig is in de laatste levensfase voor de betrokkenen en hun naasten. Daar wil ik me in het hospice voor inzetten. In IJsselPolder hoop ik, samen met collega's en vrijwilligers, bij te dragen aan een warme, veilige en liefdevolle omgeving waarin rust, aandacht en nabijheid centraal staan.

Lieve groet,

*Sandra*

## Tianne Plomp bestuurslid IJsselHospices

” 

*De behoefte aan nabijheid,  
aandacht en oprechte zorg raakt me.*



Graag stel ik mij aan u voor.

Mijn naam is Tianne Plomp, 60 jaar, getrouwd en sinds 1993 woonachtig in Capelle aan den IJssel. Samen met mijn man zijn we gezegend met drie prachtige kinderen - een dochter en twee zonen - en inmiddels heeft ook een kleinzoon ons leven verrijkt.

In mijn vrije tijd trek ik graag de natuur in, verlies ik me in een goed boek en geniet ik van klassieke muziek. Sinds kort probeer ik zelf een paar melodieën te blazen op de altblokfluit. Daarnaast ben ik als bestuurslid

betrokken bij het Dirk Bos Fonds, een stichting die financiële hulp biedt aan kwetsbare kinderen die in hun ontwikkeling worden bedreigd.

Van huis uit ben ik orthopedagoge. Jarenlang heb ik met veel voldoening gewerkt als zorgcoördinator op een middelbare school: leerlingen die op de één of andere manier zijn vastgelopen een steuntje in de rug bieden. Het afgelopen schooljaar heb ik dit mooie werk afgerond, waardoor er ruimte komt voor 'nieuwe wegen'.

Daar waar jongeren nog volop aan het begin van hun leven staan, bevindt de bewoner in een hospice zich juist in de laatste, vaak meest kwetsbare levensfase. Toch raakt mij in beide werelden hetzelfde: de behoefte aan nabijheid, aandacht en oprechte zorg.

Ik waardeer de mogelijkheid om als secretaris toe te treden tot het bestuur van de Stichting IJsselHospices. Het is bijzonder om op deze manier een bescheiden bijdrage te mogen leveren aan het betekenisvolle werk dat hier iedere dag door alle medewerkers en vrijwilligers wordt gedaan. Ik kijk ernaar uit om met jullie samen te werken!

*Tianne*

## DAT JE ZOMAAR EVEN NAAST ME KOMT ZITTEN...

*Verhalen uit de IJsselHospices | door Els Bette-Fluit*



Het gebeurt vaak ineens, zonder specifieke aanleiding: 'Dan glij ik een put in waar ik zelf niet uit kom', zegt hij.

En dat brengt emoties mee.

Wat er diep in hem leeft, komt dan naar boven.

Al is het lastig er woorden aan te geven.

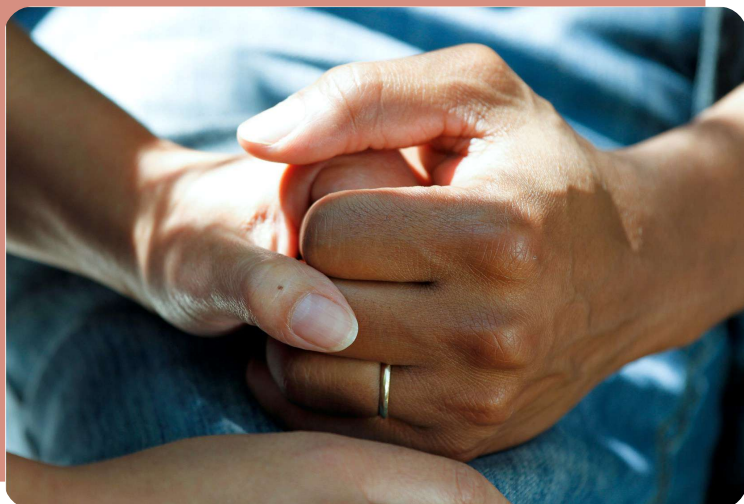
En dan gebruiken we ook maar geen woorden.

*Er-zijn is óók een taal.*

Ik ga naast hem zitten. Hij pakt mijn hand.

En zo brengen we tijd door.

Haperend verzucht hij: 'Dat je zomaar naast me komt zitten..., dat... dat waardeer ik zó.' We kijken elkaar aan en wisselen een blik die boekdelen spreekt.



# IJSSELHOSPICES ERKEND DOOR VPTZ NEDERLAND



door Anita Akkermans | coördinator Hospice IJsselPolder

*We zijn blij en trots om te kunnen delen dat IJsselHospices sinds begin 2025 officieel voldoet aan alle lidmaatschapscriteria van VPTZ Nederland. Daarmee zijn onze drie locaties aangesloten bij het landelijke netwerk van vrijwilligers dat zich inzet voor liefdevolle palliatieve zorg.*

## Wat dit voor ons betekent

Voor ons voelt deze erkenning als een bevestiging van waar we elke dag met elkaar voor staan: warme, zorgzame en deskundige ondersteuning bieden aan mensen in hun laatste levensfase en aan hun naasten. Of met onze kernwaarden gesproken: zorg met liefde, kennis en kunde.

De criteria waar je als VPTZ-organisatie aan moet voldoen, raken precies aan de dingen die wij belangrijk vinden: luisteren naar bewoners en hun naasten, ons blijven ontwikkelen, samenwerken in de regio en een plek zijn waar iedereen zich welkom voelt.

## Hoe we hieraan werken - heel gewoon, elke dag

### Luisteren naar nabestaanden

Enkele weken na het overlijden vragen we nabestaanden hoe zij de zorg hebben ervaren.

Hun woorden raken ons vaak en helpen ons soms ook om dingen anders of beter te doen.

Deze feedback delen we met iedereen die bij onze hospices betrokken is, zodat we samen blijven groeien.

### Zorgzame en goed toegeruste vrijwilligers

Nieuwe vrijwilligers krijgen de tijd om eerst mee te lopen en te ontdekken of het werk bij hen past. Vervolgens worden zij door ervaren vrijwilligers ingewerkt en volgen ze een driedaagse introductietraining. Met training, begeleiding en intervisie zorgen we ervoor dat iedereen zich zeker voelt in het bieden van nabijheid en aandacht. Daarna bieden we jaarlijks begeleide intervisie, VPTZ-trainingen, het oefenen van praktische vaardigheden en themabijeenkomsten aan.

Nieuwe medewerkers volgen een introductietraining en ontvangen een certificaat



### Blijven leren met elkaar

Sinds 2024 zijn wij, samen met collega-organisaties in de regio, aangesloten bij een Lerend Netwerk van VPTZ Nederland, met ondersteuning in de opstartfase door de VPTZ. Door themabijeenkomsten, trainingen en regionale overleggen blijven we verbonden met andere VPTZ-organisaties. Zo inspireren we elkaar en kunnen we steeds blijven verbeteren.

### Samenwerking in de regio

Onze drie locaties hebben een sterke band met hun ketenpartners: thuiszorg, huisartsen en vrijwilligersorganisaties en nemen bovendien actief deel aan het netwerk palliatieve zorg Rotterdam en omstreken (NPZR&o). Samen zorgen we ervoor dat mensen in onze regio de best mogelijke palliatieve ondersteuning krijgen.

### Open en toegankelijk

We vinden het belangrijk dat iedereen bij ons terecht kan met een vraag, compliment of klacht. Onze klachtenregeling en vertrouwenspersoon helpen daarbij, maar vooral de open houding van onze vrijwilligers en medewerkers maakt dat drempels laag blijven.



### Een mijlpaal om trots op te zijn

De erkenning door VPTZ Nederland voelt voor ons niet alleen als een keurmerk, maar vooral als waardering voor het liefdevolle werk dat onze vrijwilligers en medewerkers elke dag doen. Dankzij hun inzet kunnen we onze bewoners en hun naasten een plek bieden waar rust, aandacht en menselijkheid centraal staan.



# DE ROL VAN DE HUISARTS IN HET HOSPICE

*De huisartsen Heiszwolf en Ham reflecteren op hun rol in de IJsselHospices*



*Door Hester Lugten en Nathalie Jonker, coördinatoren bij de IJsselHospices*

## Marcel Heiszwolf - dichtbij tot het einde

**Huisarts Marcel Heiszwolf is al jaren nauw betrokken bij Hospice IJsseloever. Hij vertelt over zijn rol, de samenwerking met de zorgteams en over wat hem drijft in de palliatieve zorg.**

### *Meewandelen in het laatste stukje*

Huisarts Marcel Heiszwolf is sinds 2008 actief in Capelle aan den IJssel en al vanaf de opening van IJsselOever in november 2017 verbonden aan Hospice IJsseloever. Zijn praktijk ligt om de hoek van het hospice, aan de Linie. 'Vaak begeleid ik als huisarts de patiënt vanuit de thuis-situatie naar het hospice', vertelt hij. 'Soms neem ik ook de zorg over van mensen van buiten Capelle. Dat meewandelen in het laatste stukje, als begeleider en vertrouwd gezicht, vind ik heel waardevol.'



### *Korte lijnen en snel schakelen*

De samenwerking met de vaste thuiszorgteams van de Zellingen en Vierstroom ervaart hij als een groot voordeel. 'We hebben korte lijnen en kunnen snel schakelen. De teams hebben veel kennis en ervaring in oncologie en palliatieve zorg; en bij complexere situaties vinden we elkaar in het PaTz-overleg.'

### *Tijd*

De rol van de huisarts in het hospice vraagt volgens Heiszwolf vooral tijd en aanwezigheid. 'Je neemt de tijd om te luisteren, te praten over vragen en angsten en om eerlijk voor te lichten over wat nog mogelijk is. Soms doe je als arts niet veel meer, maar *er-zijn* is juist het belangrijkste.'

### *Alleen sámen*

'In IJsselOever is de sfeer goed, de zorg uitstekend en de samenwerking bijzonder prettig', besluit hij. 'In de toekomst zouden wat extra ruimte en eigen medicatiepompen de zorg nog makkelijker maken. En tegen collega's zeg ik: bespreek álle facetten van palliatieve zorg - van thuis sterven tot hospice, palliatieve sedatie, versterven, euthanasie en het inzetten van vrijwilligers. Alleen sámen kunnen we de juiste zorg op de juiste plek bieden.'



”

*Het meewandelen in het laatste stukje, als begeleider en vertrouwd gezicht, vind ik heel waardevol.*

## Huisarts Harm Ham - 'Dat laatste stukje moet goed zijn'

**Huisarts Hans Ham uit Rotterdam-Ommoord is al 36 jaar huisarts en was nauw betrokken bij de oprichting van Hospice IJsselPolder. Hij vertelt over zijn drijfveren en de waarde van goede samenwerking in de laatste levensfase.**

### *Vanaf het begin betrokken*

Sinds april 2021 is Hospice IJsselPolder een vaste plek in de wijk Ommoord. Huisarts Hans Ham ondersteunde de oprichting vanaf het begin en zag direct de noodzaak. 'In mijn praktijk gaat ongeveer één op de vier terminale patiënten uiteindelijk naar het hospice. De anderen begeleid ik thuis in hun laatste levensfase', vertelt hij.

### *Bijzonder om te mogen doen*

Samen met zijn collega's in Ommoord verzorgt Ham de huisartsenzorg in IJsselPolder en soms ook in IJsselThuis of IJsselOever. 'In mijn werk als huisarts vind ik dit het meest bijzondere om te mogen doen: patiënten begeleiden tijdens hun periode in het hospice. Samen met de verpleegkundigen van Buurtzorg vormen we een warme, goed georganiseerde zorgstructuur rondom de patiënt.'



### *Dit zie je nergens anders*

'Wat ze in het hospice kunnen, zie je nergens anders', zegt hij. 'De persoonlijke en oprechte aandacht voor bewoners én hun familie is uniek. Belangrijk is dat we verwachtingen uitspreken, samen verkennen wat kan en wat nodig is. Een warme overdracht van de medisch specialist helpt daarbij enorm. Uiteindelijk draait het erom dat iemand rustig en goed kan sterven. Dat kunnen we alleen bereiken door er samen te zijn - als arts, verpleegkundige en vrijwilliger.'

### *Samenwerking*

Ook de samenwerking met de Huisartsenpost (HAP) verloopt soepel. 'Er is goed en snel overleg in de avonden en weekenden wanneer dat nodig is.'

### *Het laatste stukje*

Tot slot zegt Ham: 'Ik verwijs met een gerust hart patiënten naar het hospice. Want dat laatste stukje, dat kun je niet meer over doen. Dat moet goed zijn - dat moet de beste zorg zijn.'



”

*Wat ze in het hospice kunnen,  
zie je nergens anders.  
De persoonlijke en oprechte aandacht is uniek.*

# DE VRIJWILLIGER IN HET HOSPICE

*Geen medische functie, maar een menselijke rol*



*door Xandra Filé | invalcoördinator Hospice IJsselThuis*

## **Vrijwillig maar niet vrijblijvend**

Vrijwilliger zijn in een hospice: dat is dus *vrijwillig*, maar het is zeker niet *vrijblijvend*. vrijwilligers geven tijd en aandacht aan mensen in hun laatste levensfase en ondersteunen het professionele team. Ze zorgen zo vooral voor warmte, rust en aanwezigheid.

## **Het goede gevoel**

Een luisterend oor, een hand vasthouden, hulp bieden bij dagelijkse dingen, ondersteuning geven aan naasten en een veilige en rustige sfeer creëren geven: dat zijn de ingrediënten die zorgen voor het goede gevoel.

## **Zonder vrijwilligers géén totale zorg**

IJsselHospices heeft wekelijks voor de drie locaties 168 vrijwilligersdiensten te vullen. Zonder deze vrijwilligers kunnen de hospices niet de totale zorg bieden die ze de bewoners zo graag willen geven. De hospices vragen van de vrijwilligers een inzet van minimaal één dagdeel van vier uur per week. Maar de voorkeur gaat uit naar een inzet van twee dagdelen per week.

## **Vier per dag, zeven dagen per week**

Zo zijn er dagelijks vier diensten te vervullen tussen 07.00 en 23.00 uur. En dat zeven dagen per week. De vrijwilligers werken altijd met z'n tweeën. En tijdens de dienst krijgen ze uiteraard te maken met bewoners, maar ook met huisartsen, zorgmedewerkers en naasten. Deze laatste hebben vaak tot het moment van opname de rol van mantelzorger gehad. Dat kunnen ze nu loslaten: dat kan bevrijdend zijn, maar ook lastig of zelfs moeilijk.

## **Liefde, kennis en kunde**

De procedure vanaf de werving tot aan de inzet als volwaardige vrijwilliger is een intensief proces. We willen in onze hospices de bewoners en hun naasten graag dat bijna-thuis-gevoel geven. En dat kan alleen met gemotiveerde vrijwilligers die zich met liefde, kennis en kunde inzetten.

## **Geen huis, maar een thuis**

Want het zijn toch echt de vrijwilligers die van de huizen van de IJsselHospices een thuis maken.



”

*Een hospice is een wereld IN de wereld zoals de wereld eigenlijk zou moeten zijn.*

# DE GESCHOOLDE VRIJWILLIGER



door Nathalie Jonker | coördinator Hospice IJsselPolder

***Bij de IJsselHospices staat de kwaliteit van zorg centraal. Dat betekent dat er continu wordt geïnvesteerd in de opleiding en begeleiding van (zorg)vrijwilligers en coördinatoren.***

***Via een planmatige cyclus van scholing en training blijven kennis en vaardigheden up-to-date.***

## Scholingsaanbod VPTZ

De IJsselHospices zijn aangesloten bij de landelijke koepelorganisatie VPTZ, waarbij vrijwilligers worden opgeleid om tijd en aandacht te bieden in de laatste levensfase. Vrijwilligers bieden een luisterend oor, ondersteunen mantelzorgers en zorgen voor rust en nabijheid, zonder medische handelingen uit te voeren. Met regelmatige scholing blijft hun inzet professioneel, betrokken en van grote waarde.

De IJsselHospices maken gebruik van het uitgebreide trainingsaanbod van de VPTZ Academie, dat gericht is op bewustwording, kennisontwikkeling en het vergroten van het handelingsrepertoire. Na aanmelding volgen nieuwe vrijwilligers verplicht een introductiecursus van zes dagdelen onder begeleiding van coördinator Anita Akkermans, al dan niet in combinatie met een collega-coördinator. Daarna kunnen zij zich verder ontwikkelen via aanvullende cursussen. Er zijn bij de VPTZ zo'n twintig modules beschikbaar, variërend van communicatie en 'er-zijn' tot kennis over ziektebeelden, dementie, veiligheid en hygiëne. Ook zijn er incompanytrainingen over samenwerken, werken vanuit de bedoeling en feedbackvaardigheden.



## Intervisie

Een belangrijk onderdeel van deskundigheidsbevordering is intervisie. Hierbij helpen vrijwilligers elkaar door vragen te stellen in plaats van oplossingen aan te dragen, zodat de casusinbrenger zelf tot inzicht komt. De bijeenkomsten verlopen volgens vaste spelregels en vinden plaats in een sfeer van vertrouwen en openheid. Vaak wordt gewerkt met de incidentmethode, waarbij recente, onverwachte gebeurtenissen worden onderzocht om het handelen van de vrijwilliger beter te begrijpen. De intervisies binnen de IJsselHospices worden geleid door vrijwilligers uit één van de andere locaties, om een veilige leeromgeving te waarborgen.

## Breed aanbod

Het eigen trainingsaanbod binnen de IJsselHospices is breed: van trainingen in het omgaan met apparatuur en tiltechnieken tot cursussen in benaderings- en gesprekstechnieken. Daarnaast worden vrijwilligers geschoold in complementaire zorg, zoals hand- en voetmassage of het opstellen van een levensverhaal. Door de toenemende diversiteit in onze samenleving besteden de IJsselHospices bovendien aandacht aan scholing rondom verschillende culturele en levensbeschouwelijke achtergronden. Naast deze (bij)scholing worden ook inspirerende workshops, lezingen en gezamenlijke activiteiten georganiseerd.



# ‘IEMAND HELPEN IETS WEZENLIJKS NA TE LATEN’

*Zorgvrijwilliger Yolanda van Merwe over levensboeken, luisteren en laatste herinneringen*



*Door Hester Lugten, coördinator in Hospice IJsselOever*

***Sinds de opening van Hospice IJsselOever is Yolanda van Merwe er zorgvrijwilliger. De zorgwereld was nieuw voor haar, zegt ze, maar het huis voelde al snel als een omgeving waarin alles op zijn plek valt: het contact met bewoners uit allerlei levenshoeken, de samenwerking met collega-vrijwilligers, coördinatoren en verpleegkundigen. ‘Ik hou van werken in teamverband’, vertelt ze. ‘En ik merkte meteen hoe bijzonder de sfeer hier is.’***

## ***Het eerste levensboek***

Nog vóór de opening van het hospice hoorde Yolanda op een informatiemarkt over het levensboek. Een voorbeeld lag op tafel: een voorgedrukt boek waarin vrijwilligers antwoorden van bewoners konden invullen. ‘In mij ging iets kriebelen’, zegt ze. Niet veel later ontmoette ze een bijna negentigjarige vrouw die iets wilde nalaten aan haar vijf kinderen. Yolanda voerde twee gesprekken met haar - vaak is één gesprek al genoeg.

Die gesprekken vormden de basis voor het allereerste levensboek dat Yolanda maakte: herinneringen, foto’s en verhalen die samen een tastbaar afscheid werden. Op de verjaardag van de bewoner overhandigde ze, op haar verzoek, de boeken aan de kinderen. ‘Het was een heel mooi moment. Nog geen week later is ze rustig ingeslapen.’

## ***Waar de motivatie begint***

‘Ik hou zelf van mooie fotoalbums’, zegt ze. ‘Vroeger deed ik alles met knip-en-plakwerk.’ Met het digitale tijdperk werd het eenvoudiger én leuker. Waar anderen geen geduld hebben om zo’n boek te maken, geniet zij ervan. Maar er zit meer achter: ‘Ik vind het fijn om in deze belangrijke fase van iemands leven te mogen helpen iets wezenlijks na te laten.’

## ***Hoe een levensboek ontstaat***

Een levensboek kan vanuit verschillende kanten in beweging komen. Bij de intake voor complementaire zorg wordt gevraagd of iemand interesse heeft, maar vaak ontstaat het idee pas later, in gesprekken met verpleegkundigen of andere vrijwilligers. ‘Als iemand veel te vertellen heeft of ergens mee zit, wordt er doorgevraagd. Soms komt dan het levensboek ter sprake. Dan kom ik langs om te kijken wat de wens is.’

Niet altijd wordt het een volledig boek. Soms gaat het om een levensbrief: een afscheidsbrief die op de uitvaart wordt voorgelezen.

Het proces begint met een opgenomen gesprek van anderhalf tot twee uur. ‘Ik stel zo min mogelijk vragen. Ik wil niet sturen; mensen vertellen precies wat voor hen belangrijk is.’

Thuis luistert ze alles terug en typt ze de tekst zo letterlijk mogelijk uit. ‘Dat is het meeste werk. Maar daardoor hoor je in het boek bijna de stem van de verteller.’

Daarna volgt het creatieve deel: de opmaak, de foto’s en soms extra beelden die ze online vindt om het verhaal te ondersteunen. ‘Foto’s vinden vanzelf hun plek. Ze horen bij het verhaal dat iemand vertelt.’

## ***Wat het doet met bewoners***

Bij oudere bewoners komen vaak jeugdherinneringen naar boven: oorlogsjaren, familie verhalen, momenten die nog altijd ergens in het geheugen liggen opgeslagen. ‘Ik denk dat het vertellen van deze verhalen helpt bij het vinden van rust. Soms ook bij het verwerken van dingen die lang hebben liggen wachten.’

Jongere mensen hebben vaak een andere behoefte: zij willen herinneringen vastleggen voor hun naasten, woorden achterlaten die later houvast bieden. ‘Het geeft rust om iets tastbaars na te laten.’



## Verhalen die blijven hangen

Een bijzondere ervaring was het bezoek aan een jonge vrouw thuis. Via het inloophuis kwam de vraag of Yolanda met haar wilde praten over een levensboek. 'Ik stapte letterlijk haar leven binnen. Het voelde heel anders dan een kamer van een bewoner in het hospice binnenlopen.' Het klikte meteen. Ze spraken vaker af en bleven contact houden tot de vrouw in de hospice kwam. 'Het boek was net af. Het kwam ook bij mij diep binnen.'

## Hoe familie reageert

De ontvangst van een levensboek verschilt per situatie. Bij een voltooid leven overheerst warmte; bij jonge mensen is het verdriet vaak nog rauw. 'Het zien van foto's van een nog gezonde geliefde kan heel confronterend zijn. Maar er is altijd dankbaarheid.'

## Wat dit werk haar leert

Yolanda vertelt dat het werk haar vooral heeft geleerd hoe belangrijk écht luisteren is. En hoe intens rouw kan voelen.

'Door de verhalen en foto's kom ik echt in iemands leven. Het is belangrijk dat ik zonder oordeel luister.'

Een blijvende uitdaging is het moment waarop het boek af is. 'Dan moet je de verteller weer loslaten. Dat is soms lastig.'

## Het moment van overhandigen

Het overhandigen van een levensboek blijft beladen. 'Ik ben me heel bewust van de impact. Ik ben altijd blij als het aan de verwachtingen voldoet - en dat het op tijd af is. Dat is vaak best een uitdaging.'

## Wat verwijzers zouden moeten weten

Yolanda hoopt dat huisartsen en wijkverpleegkundigen het levensboek vaker onder de aandacht brengen. 'Het zou mooi zijn als ze er kennis mee maken; het kan een goed middel zijn om het gesprek aan te gaan.' Hoe zij bewoners kunnen stimuleren? Heel eenvoudig: door erover te vertellen.



## EEN MIDDAG MET EEN GOUDEN RAND

*Verhalen uit de IJsselHospices | door Els Bette-Fluit*

Er klonken warme, melodieuze, harmonieuze klanken uit de bewonerskamers van IJsselOever.

Kevin was er weer, met zijn klankschalen.

In het hospice weten we dat het brengen van klanken aan het ziekbed ontspanning kan geven, blokkades op kan heffen of herinnering op kan roepen - omdat muziek ánders bij je binnenkomt dan taal. Muziek raakt een andere, een diepere laag dan woorden.

Als Kevin er is, brengt hij als het ware een beetje licht mee. Een heerlijke afleiding, juist als het even niet lekker gaat. Het was dan ook een middag met een gouden rand. De bewoners gaven zich eraan over, lieten het over zich heen komen en genoten. En dan genieten wij mee!



## Colofon

**Deze *Zicht op IJssel* nummer 16 kwam tot stand met de medewerking van:**

Hilger Jansen, Aartie Tewarie, Sandra Kraaij, Tianne Plomp, Anita Akkermans, Nathalie Jonker, Hester Lugten, Marcel Heiszwolf, Hans Ham, Xandra Filé, Yolanda van Merwe en Els Bette-Fluit

*Zicht op IJssel* verschijnt enkele malen per jaar en wordt verzonden aan alle medewerkers, oud-medewerkers en belangstellenden van de IJsselHospices.

Fotoverantwoording: foto's IJsselHospices, IStock en Unsplash.