



# nieuws

NIEUWSBRIEF VAN HOSPICE ALKMAAR EN 'THUIS LIOBA' | JAARGANG 17, ZOMER 2019

Missie Hospice Alkmaar

## *'Ruimte bieden voor eigenheid in professionele geborgenheid'*

Dit is de zin die wij gebruiken om te laten zien waar Hospice Alkmaar voor staat. Voor gast, naaste, samenwerkingspartners, collega's, vrijwilligers, medewerkers. Maar wat zegt die zin ons nu eigenlijk?

Dat elk mens uniek is, dat je de mogelijkheid hebt je leven en ook je sterven op een eigen wijze vorm te geven in een bedding van aandacht, warmte, rust en professionele zorg op een veilige plek.

Wat dit betekent voor onze gasten horen wij uit de verhalen die verteld worden en de geschreven teksten die we lezen in ons gastenboek. Een aantal ervan wil ik u niet onthouden.

Voor de medewerkers is de ruimte hebben voor hun eigenheid weleens strijdig met dat wat de gasten willen, dit vraagt zelfreflectie en levert je als medewerker nieuwe inzichten op die je kunnen helpen, niet alleen in, maar ook buiten het hospice.

Verderop in deze nieuwsbrief kunt u lezen hoe een vrijwilliger, Renske, dit persoonlijk heeft ervaren. De professionaliteit die wij nastreven, en die wij hoog in het vaandel hebben, vraagt om een goede samenwerking met (huis)artsen, (wijk)verpleegkundigen en andere disciplines om de zorg te bieden die past bij de gast. Dit is soms een spanningsveld tussen wat de gast wil en ervaart en wat de mensen eromheen zien en zouden willen. Dit vraagt een luisterend oor, empathie, afstemming en vertrouwen van en in elkaar.

De geborgenheid en het zich veilig voelen is wel iets wat bij veel van onze gasten terugkomt in de verhalen. Fijn dat het hier kan..., Geweldig dat er altijd zo snel iemand komt als ik hulp nodig heb..., Als ik 's nachts bang ben of lig te piekeren vind ik, als ik dit wil, een luisterend oor of een arm om mijn schouder... Mijn kleinkinderen komen hier graag dat vind ik zo bijzonder... Ik dacht dat het allemaal heel somber en verdrietig zou zijn, maar er wordt ook veel gelachen en de ruimtes zijn vriendelijk van kleur en fris... 'Ze' hebben zo lekker voor mijn moeder gekookt en ik kreeg ook vaak een eigengemaakt soepje... Hoe moeilijk het ook was het afscheid nemen, jullie waren er ook altijd voor ons als naaste familie, dat helpt... Dat mijn hondje dagelijks meekomt met mijn zoon is zo fijn, hij ligt dan altijd een poosje tegen mij aan op bed.

De missie van Hospice Alkmaar is gericht op het hospice, maar de waarden die het vertegenwoordigt zijn universeel. Dus laten we elkaar een beetje ruimte bieden om onszelf te zijn en ons gezien en gehoord te voelen dan dragen wij misschien met elkaar een klein beetje bij aan een vreedzame wereld waarin we elkaar respecteren en vertrouwen. Wij zullen onze missie blijven uitdragen en laten zien in de zorg voor gast en naasten.

Ellis Jonker, mei 2019 «



## Een nieuwe lente een nieuw geluid

De verpleegkundigen van Hospice Alkmaar hebben tijdens hun werk een uniformjasje aan. Dit is om de herkenbaarheid voor gasten en naasten te vergroten. Omdat, zoals u elders in de nieuwsbrief kunt lezen, veel vernieuwd en verbeterd is, is er ook gekozen voor een nieuw uniformjasje. Fris van kleur en praktisch in het gebruik, dat was de opdracht. En zoals u op de foto kunt zien is dit goed gelukt.

# Vrijwilligers en een goede samenwerking zijn onbetaalbaar

Hospice Alkmaar en 'tHuis Lioba zouden zonder de vrijwilligers nooit de zorg en aandacht kunnen leveren die hun voor ogen staat. Dat wordt in alle geledingen van de organisatie zo gevoeld. Het is inmiddels traditie geworden dat de verpleegkundigen en het management hun dank voor de inzet van de vrijwilligers tot uiting brengen in het geven van een feest.

Op 27 september was het zover. De verpleegkundigen ontvingen alle vrijwilligers in de uitbundig versierde hal van het hospice met heerlijke door henzelf gemaakte cocktails en hapjes. Er was gezellige muziek van een accordeonist en de stemming zat er snel in.

Vrolijk vertrokken we daarna gezamenlijk met een dubbeldekker bus naar strandpaviljoen Zeezicht in Castricum aan Zee. Daar werd ons een heel erg lekker walking dinner' geserveerd, terwijl de zoon van een in Hospice Alkmaar overleden gast, samen met zijn zangeres de vrijwilligers toezong en op deze manier zijn dankbaarheid voor de goede zorgen toonde.

Je zou zeggen: moe maar voldaan, nog een beetje napraten en dan naar huis, maar dan kent u onze vrijwilligers nog niet. Meteen bij het eerste swingende dansnummer dat de DJ opzette gingen vrijwel alle voetjes van de vloer. Met elkaar etend, dansend en plezier makend hebben we een hele fijne, verbindende avond beleefd. Zeer voor herhaling vatbaar!

Marjolein Verkoijen «



## Voorjaars schoonmaak

Leden van Lions Alkmaar, vluchtelingen uit Yemen en vrijwilligers van het hospice gebroederlijk aan de voorjaars schoonmaak.

Wat een prachtige dag hadden we op 30 maart j.l. Om 9.00 uur stond er koffie en cake klaar en was iedereen binnen. Tien mannen en vrouwen van de Lions Club Alkmaar, zes mannen uit Yemen, die vanuit het AZC in Alkmaar hun diensten vrijwillig aanboden als dank voor het feit dat zij zich hier in Nederland welkom voelen en zij dit tot uiting wilden brengen door vrijwilligerswerk te doen en een aantal vrijwilligers uit het hospice.

Er is hard gewerkt en alle klussen die we van te voren hadden bedacht zijn uitgevoerd. Prachtig gevulde bloembakken, schone terrassen en patio, bladloos dak, een fontein die het weer doet, schone balkons, onkruidvrije perken en schone ramen.

Het was mooi om te zien dat er al snel een verbinding ontstond tussen iedereen die er was. De mannen uit Yemen konden in de pauze iets vertellen over hun reis uit Yemen naar Nederland en de inspanningen die ze doen om zo snel mogelijk Nederlands te leren. De Lions Club bood aan om dit een jaarlijks terugkerend evenement te laten zijn en de concurrentiestrijd met de leden van de Rotaryclub Alkmaar (die in het najaar de schoonmaak doen) aan te gaan wie het hospice het schoonst en mooist maakt.

Voor alle vrijwilligers van het hospice, waar ik mijzelf in dit geval ook toe reken, was het vooral een hartverwarmende ochtend. Dank aan allen!

Ellis Jonker «

## Ervaringen 'tHuis Lioba

"Ik heb al vele malen afscheid genomen in mijn leven, als zeeman, maar het afscheid van 'tHuis Lioba valt mij het zwaarste".

De palliatieve fase, als genezing niet meer te verwachten valt, duurt doorgaans langer dan 3 maanden. Dit kan voor alle betrokkenen een langdurig, intensief proces zijn en hoe behulpzaam is het dan als je een periode zorg en aandacht krijgt om te herstellen van belastende behandelingen? Of als mantelzorgers even de gelegenheid krijgen om rust te nemen en zich te herpakken, zodat ze weer verder kunnen met hun liefdevolle zorg voor hun naaste?

Op 3 april 2017 opende 'tHuis Lioba voor deze doelgroepen haar deuren en zijn we nu dus ruim 2 jaar aan het werk. Het zijn mooie jaren, waarin met veel energie van alle vrijwilligers en de coördinatoren, elke keer weer opnieuw, voor elke nieuwe gast, al het mogelijke wordt gedaan om een warm en zinvol verblijf te realiseren. Een verblijf met expliciete aandacht voor een verantwoorde terugkeer naar huis, of als dit niet mogelijk is, een geschikte doorplaatsing naar een alternatieve zorgvoorziening.

Het leverde hartverwarmende reacties op van onze gasten. Hierbij een aantal quotes uit ons gastenboek: "Ik ben hier heel beroerd aangespoeld, maar vandaag keer ik huiswaarts, heel geroerd en dankbaar voor al wat ik in 'thuis Lioba heb ontmoet en ondervonden".

"Dit was de zwaarste tijd in mijn leven, maar jullie hebben het voor elkaar gekregen om mij lichtpuntjes te geven".

De financiering van deze vrij nieuwe vorm van zorgverlening is nog een hele uitdaging. We zouden heel erg gebaat zijn met een uniforme vergoedingsregeling. Op 4 april heeft Clémence Ross, als 'landelijk aanjager respit zorg' 'tHuis Lioba bezocht. Hopelijk lukt het haar om een positieve verandering in de situatie te brengen.

Marjolein Verkoijen «



## Warme sfeer in nieuw ingerichte ruimtes

Het mag allemaal iets sfeervoller, kleurrijker en moderner. Dat was het uitgangspunt om na 12,5 jaar een aantal ruimtes aan te pakken. De gastenkamers en de grote huiskamer waren al eerder opgeknapt. Nu waren de bezinningsruimte, de kleine huiskamer en de vrijwilligersruimte aan de beurt. Een interieurgroepje heeft dit opgepakt en dankzij diverse giften en donaties hebben we alle ruimtes opnieuw kunnen inrichten. We zijn trots op het resultaat. «

# Brief van zorgvrijwilliger Renske Hoekenga

Soms weet iemand heel mooi te verwoorden wat het betekent om vrijwilliger te zijn in Hospice Alkmaar. In dit geval ter ere van haar afscheid.

“Het duurde even voordat ik de knoop kon doorhakken. Het ene na het andere invalbaantje volgde zich op in mijn vakgebied en snel daarna kreeg ik zicht op een vaste baan. En toen bleek dus echt dat ik mijn professionele werk niet meer kan combineren met het vrijwilligerswerk.

Terugblikkend zie ik mijzelf starten als iemand die wel bekend is met hulpverlening, maar praktische zorg is nooit mijn sterkste kant geweest. Het duurde even voordat ik me vertrouwd voelde met vooral die handelingen die met lichamelijke zorg te maken hadden. De oneindige bewondering die ik koesterde voor vrijwilligers en verpleegkundigen die zonder blikken of blozen een gast konden helpen vanuit het bed naar de rolstoel of andersom! Vloeiend als een dans, hopsa... Het zag er vaak zo licht en makkelijk uit. Het woord ‘transfer’ was niet mijn favoriete woord... ik had het nodig om alsmaar de kleine stapjes in mijn hoofd door te nemen. Dat hebben velen van jullie wel gemerkt! Maar ik kon altijd hierbij hulp vragen, dan kwam het helemaal goed.

Het is al vaak gezegd door anderen die dit werk van binnenuit kennen: wat leer je hier belangrijke levenslessen. Er wordt vaak naar het ‘ego’ verwezen. Inderdaad leerde ik meer en meer de rol van mijn ego kennen. Het ego zocht bijvoorbeeld naar waardering door collegae, of wilde gezien worden door de gast, en zou het ook wel heerlijke voeding vinden om speciale contacten met gasten aan te gaan. Het werd al snel duidelijk dat dat ego inderdaad blijkaar van alles wilde, maar dat dit juist contra werkt in wat goed is voor de gast en uiteindelijk ook voor mij. Het gaat niet om mij, het gaat om wat de ander nodig heeft.

Dat proces van leeg worden, leren centeren, ontvankelijk zijn voor wat zich in het NU bevindt, ontvankelijk zijn voor wat de ander uitzendt, is toch een prachtig en wonderlijk geschenk wat wij krijgen als wij bij het hospice van betekenis willen zijn. Als je zin wilt geven aan je rol bij het hospice, dan ontwikkel je meer en meer een bewustzijn van Zijn. Dat is een essentiële levens-kwaliteit wat je niet alleen aanzet wanneer je naar het hospice fietst.

Stilte; van de geest... heerlijk. Ik heb leren zitten bij stervenden, leren waken, en heel stil van binnen leren te zijn. Ik denk dat ik hier nog het meest van ‘genoten’ heb. Hoe leg je dit je vrienden uit? Dat je zo kan genieten of je ‘vol’ of totaal in balans en met de situatie kan voelen en in verbinding met de ander; terwijl je met iemand samen bent die op het punt staat het leven te verlaten?

Door de ontvangen ‘lessen’ door de gasten, collegae vrijwilligers, verpleegkundigen; door trainingen als Mindfulness en Therapeutic Touch, door de Leesgroep, ben ik me gaan verdiepen in het Boeddhisme. Dat zal een leven lang voeding blijven geven, daarvan ben ik overtuigd. Collegae bedankt voor jullie invloed op mij, bedankt voor de vele gesprekken met velen van jullie, mooie diepgaande gesprekken, maar ook lekker gekke gesprekken en ook vaak veel lol met elkaar kunnen hebben.”

Alle goeds voor jullie!

Namaste,  
Renske Hoekenga  
januari 2019 «



## Kinderen en rouw, hoe ga je daar mee om?

Afgelopen jaar is er extra aandacht besteed aan (jonge) kinderen en rouw. Er zijn dit jaar veel jonge gasten met kinderen opgenomen geweest en veel kleinkinderen die nauw betrokken zijn geweest bij het overlijden van opa of oma. Om deze kinderen goede begeleiding te kunnen geven hebben we contact gezocht met een psycholoog, hebben we onszelf in het onderwerp verdiept en hebben we via een donatie van het UNC fonds (het goede doelen fonds van Associatie Uitvaartverzorging) speciale Lego

kunnen aanschaffen en een aantal boeken over rouw voor de diverse leeftijden. De Lego is bedoeld om spelenderwijs het gesprek aan te gaan met kinderen en hierbij de Lego te gebruiken als beeldmateriaal. Er is een kerk, een rouw auto, een begraafplaats, mensen, bloemen en een kist. Het is een mooie aanvulling voor ons hospice en zeker voor de kinderen die hier komen. «



## Mijn wens is een piano voor Hospice Alkmaar

Dit was het einde van de brief die stagiaire Trudy de Jong schreef aan de Juniorkamer Alkmaar. De Juniorkamer organiseert jaarlijks een Culinaire Plaza waarvan de opbrengst voor goede doelen is, en Trudy meende dat een nieuwe piano voor Hospice Alkmaar hier een goede bestemming voor zou zijn.

En zo geschiedde, een deel van de opbrengst van Culinaire Plaza, aangevuld door Ypma piano's maakte dat wij eind maart een nieuwe piano in gebruik konden nemen. Judith Brandsma, onze vaste pianiste, had een klein concertje voorbereid en in aanwezigheid van Dhr. Ypma, stagiaire Trudy en een afvaardiging van de Juniorkamer werd onder het genot van een drankje en hapje de piano prachtig bespeeld. Het geluid droeg tot de gastenkamers, zodat ook de gasten die dit wilden mee konden genieten van het repertoire. Wij hopen nog heel lang te mogen genieten van deze prachtige piano. «



MUZIEK KAN HERINNERINGEN TERUGHALEN, EEN VERHAAL VERTELLEN EN EMOTIES OPROEPEN. HET BEWEEGT ONS ZONDER DAT WE ONS HOEVEN TE VERROEREN.

# PaTz-groep Alkmaar van start

PaTz (palliatieve thuiszorg) heeft tot doel om voor patiënten met palliatieve zorgbehoeften, de zorg thuis zo goed mogelijk te laten verlopen. Deze zorg kan verbeteren als de verschillende zorgverleners meer samenwerken. Verdeeld over het land zijn er daarom zogenoemde 'PaTz-groepen' actief. In april 2019 is er ook een PaTz-groep van start gegaan in Alkmaar. Deze groep bestaat uit huisartsen, een apotheker en (wijk)verpleegkundigen uit de wijk Alkmaar West/Centrum. Het initiatief hiervoor is uitgegaan van Hospice Alkmaar.

Bij Palliatieve thuiszorg draait het om het vroegtijdig identificeren en proactief plannen van zorg. Door verbetering van de samenwerking in de eerste lijn, elkaar leren kennen, korte lijnen en onderlinge steun bij beladen casuïstiek kan de kwaliteit van de zorg toenemen en de deskundigheid van de deelnemers verder worden vergroot.

De PaTz-bijeenkomsten in Alkmaar zullen 6 keer per jaar plaatsvinden, waarbij gebiedsgericht te werk wordt gegaan. Huisartsen en (wijk)verpleegkundigen, ondersteund door consulenten palliatieve zorg, bespreken daarbij samen de zorg voor de patiënten in de palliatieve fase. Als gedifferentieerd verpleegkundige Palliatieve Zorg zal ik vanuit het hospice de bijeenkomsten voorzitten. Ik vind het interessant om meer inzicht te krijgen in de palliatieve zorg zoals die in de thuiszorg plaatsvindt en denk een bijdrage te kunnen leveren vanuit de expertise die wij als Hospice Alkmaar hebben in het verlenen van Palliatieve zorg. Ook Yvonne van Ingen (hospice arts en kaderarts Palliatieve Zorg) maakt als inhoudelijk deskundige deel uit van de groep.

Het zou mooi zijn als er in Alkmaar meer groepen van start gaan!

Marleen Brocx «

Meer informatie zie: [www.PaTz.nu](http://www.PaTz.nu)

## Cijfers 2018

	Hospice Alkmaar	'tHuis Lioba
Aantal gasten opgenomen:	130	40
Gemiddelde opnameduur:	17 dagen	20
Gemiddelde leeftijd gasten:	75 jaar	76 jaar
Oudste:	98 jaar	95 jaar
Jongste:	36 jaar	42 jaar
Verhouding man - vrouw:	69 vrouw (58,5%) 67 man (41,5 %)	21 vrouw 19 man
Overleden gasten:	123	1
Overgeplaatste gasten en/of naar huis:	4 (2017, 5)	39
Gasten waren afkomstig uit		
Ziekenhuis:	34 (2017, 61)	6
Thuis:	92 (2017, 56)	33
Elders : (verpleeg- verzorgingshuis, overig)	10 (2017, 6)	1

In 2018 hebben alle nabestaanden een evaluatieformulier gekregen en hiervan zijn er in het hospice 61 teruggestuurd. De verleende zorg werd beoordeeld met een gemiddelde van een **9,2**. In 'tHuis Lioba is 60 % van de evaluatieformulieren teruggestuurd met een gemiddelde waardering van een **9,0**.

Voor ons gehele maatschappelijk verslag kunt u de website raadplegen [www.hospice-alkmaar.nl](http://www.hospice-alkmaar.nl)



## VOOR UW AGENDA

Zomermarkt op 24 augustus van 9.30-15.00 uur

Open huis Hospice Alkmaar en 'tHuis Lioba op

12 oktober 11.00-14.00 uur

### ontwerp

Sixtyseven Communicatie BV  
0251 67 67 67

### contact en redactie

Hospice Alkmaar

Blanckerhofweg 13  
1816 HG Alkmaar

Postbus 9374  
1800 GJ Alkmaar

072 514 23 00

info@hospice-alkmaar.nl  
www.hospice-alkmaar.nl