



Wist u dat?

- ... Toos Govers al 10 jaar onze hospicetuin met grote passie heeft verzorgd en zij het stokje nu over gaat dragen?
- ... Stichting Ambulance Wens weer vele (laatste) wensen voor onze gastbewoners heeft verzorgd dit jaar?
- ... onze hospicearts Annick Linders moeder is geworden van een prachtige dochter Mirte?
- ... we een inleidend praatje hebben gehouden in het Filmhuis voor de vertoning van de film 'Voor de stilte', geregisseerd door Richard Dols?
- ... een nieuwe groep vrijwilligers aan het bed de oriëntatiecursus heeft gevolgd en zij inmiddels volledig meedraaien?
- ... verschillende vrijwilligers weer een haptonomische tilcursus en een cursus aanraken en massage hebben gevolgd?
- ... Annemarie van Veldhuizen heeft deelgenomen aan het Jaardiner van fonds 1818?
- ... Nicoline van de Beek dit jaar bij ons zomerfeest de voorstelling 'Theater van de Laatste Dagen' heeft gespeeld en dat dit erg komisch was?
- ... wij dit jaar wederom gebruik hebben mogen maken van de Glazen Zaal aan de Prinsessegracht voor onze herinneringsvieringen?
- ... Pier Bish naast ons eigen hospicekoor gitaar speelt bij deze herinneringsvieringen?
- ... er dit jaar maar liefst 18 maatschappelijke stagiaires hebben meegelopen met onze gastvrijwilligers?
- ... wij nieuwe relaxstoelen hebben aangeschaft voor de gastbewoners?
- ... wij diverse verpleegartikelen die wij niet meer konden gebruiken, hebben geschonken aan een nieuw verpleeghuis in Paramaribo in Suriname?
- ... wij een eigen Facebookpagina hebben?
- ... Chris Teske de muren van de gastbewoners kamers heeft opgeknapt en van een frissere kleur heeft voorzien?
- ... de Roparun ons maar liefst zes nieuwe anti-decubitus-matrassen schenkt?
- ... wij wegens het succesvolle winterfeest vorig jaar in restaurant 'It Rains Fishes' wederom bij hen gereserveerd hebben voor dit jaar?
- ... wij medio januari de nieuwe gordijnen voor de kamers van de gastbewoners verwachten?

De klim van mijn leven

Regina. Mijn dierbare vriendin. Ze had al een flinke strijd geleverd met chemokuren om haar ziekte te overwinnen. Ik beloofde haar dat ik de Kilimanjaro zou beklimmen als het haar zou lukken.

Het ging af en aan iets beter, met periodes dat ze het leven niet meer zag zitten. Ze is vier jaar ziek geweest. Al die tijd ben ik dichtbij haar gebleven en hebben we eruit gehaald wat erin zat. Van vliegen in een Cessna en uitwaaien op Texel tot vliegen in een helikopter.

Ze overleed op oudejaarsavond en ik heb mijn belofte gehouden. Afgelopen zomer beklom ik de Kilimanjaro en heb daarmee geld ingezameld voor het Jacobshospice. De plaats waar Regina haar leven hier losliet.

De Kilimanjaro beklimmen doe je niet

zomaar. Ik ben er intens voor gaan trainen. Maar waar in ons pannenkoekenland kun je nou trainen voor de bergen? De Brienoordbrug was goed voor de buitentraining. Ik trainde ook in een sportschool, met 10 kilo op mijn rug en bergschoenen aan. De tocht zelf was zwaar. Zes volle dagen lopen, in temperaturen die wisselden tussen de 20 graden en 12 graden onder nul. De regen kwam horizontaal met bakken uit de lucht vallen. We sliepen in cabins en ontmoetten daar andere mensen die de tocht maakten. We aten gezamenlijk en werden snel

hecht met elkaar. Wat een saamhorigheid! De laatste dag vertrokken we om half 12 in de avond om 's ochtends vroeg bij zonsopgang bij de top te zijn. Een klim naar 5900 meter.

Stoppen op je top

Alles waar ik me in mijn hoofd toe zette, had ik gedaan. Nu liet mijn rug me echter in de steek. Ik moest op 500 meter voor de top stoppen. Daar bereikte ik mijn top. En het was goed zo. Voor het hospice hebben we rond de 1000 euro bij elkaar gelopen. Het gaf me een goed gevoel dat te kunnen doneren. Op wilskracht en met wijsheid volbracht. Wat een les! Het heeft me veranderd, ik heb geleerd naar mijn eigen lijf te luisteren en voor mezelf te kiezen. En daarbij ben ik niet voorbij gegaan aan de euforie die mijn partner Branko beleefde toen hij wel de top van de Kilimanjaro bereikte. Voor en dankzij Regina.

Nicole Schuyer

Schrijver: Karin Maks



Herinneringsvieringen voor de nabestaanden

Troost en herkenning bij elkaar

Toen mijn ouders overleden waren, besloot ik van de erfenis een oude wens in vervulling te laten gaan: omscholen tot ritueelbegeleider. Ik wilde afscheidsceremonies maken voor mensen die niet vanzelfsprekend naar een kerk, synagoge of moskee stappen. Dat is wat ik nu doe: persoonlijke afscheidsvieringen maken voor iemand die is overleden, samen met de familie, met zijn of haar levensverhaal als basis. Ik wilde vrijwilligerswerk doen, want als je zoveel kansen krijgt is iets terugdoen voor de samenleving alleen maar fijn.

In het Jacobshospice vond ik een heerlijke plek. Het grappige is dat ik het eigenlijk niet eens als 'iets terugdoen' ervaar! Ik ga altijd rijker naar huis dan ik gekomen ben. Soms zit dat in een grapje van een bewoner, of in een gesprek dat plotseling de diepte ingaat.

Het lag voor de hand om me als ritueelbegeleider in te zetten voor het hospice. Dat doe ik tweemaal per jaar, bij de herinneringsvieringen. We herdenken de bewoners die bij ons zijn overleden en bieden de nabestaanden muziek, stilte, woorden van troost en licht. (vervolg op achterzijde)

'In omgang met bewoners vernieuw ik mezelf telkens'

Paul Schenke en Monique van Haaster

Paul Schenke werd vrijwilliger toen het hospice nog in de Van Limburg Sturumstraat huisde en maar twee kamers had. Monique van Haaster is pas sinds een paar maanden als vrijwilliger aan het bed in het hospice werkzaam. Wat bewoog hen om hier te komen werken en wat zorgt ervoor dat zij zich zo graag blijven inzetten? Een dubbelinterview met twee vrijwilligers.

Hoe lang werk je als vrijwilliger bij het Jacobshospice?

Paul: "Al sinds 1998, dus zo'n 17 jaar!"

Monique: "Ik werk hier sinds augustus van dit jaar."

Heb je daarnaast nog ander werk?

Paul: "Ja, ik werk full time als hoofd personeelszaken bij Jeugdzorg Rotterdam-Rijnmond. In het hospice werk je op een heel andere manier. Je voelt dat je allemaal samen iets voor anderen betekent. Hier doet het er niet toe wat ik in mijn dagelijkse leven voor werk doe. Ik breng alleen mijn eigen persoonlijkheid mee. Tegelijkertijd voelde ik me vanaf het begin echt met het hospice verbonden. Dat is nog steeds zo. In de omgang met de gastbewoners vernieuw ik mezelf telkens. Daarin ontstaat geen routine, omdat alle bewoners verschillend zijn. Zo zijn er soms momenten van machteloosheid. Bijvoorbeeld bij mensen met hersenletsel, die zich steeds minder verstaanbaar kunnen maken. Dat went nooit. Het betekent keer op keer zoeken naar een manier om elkaar te begrijpen."

Er is geen tijd voor afscheid en er is ook geen plek voor het verdriet van de nabestaanden.

Ik ben blij dat ik nu zoveel meer kan geven aan zowel de gastbewoners als hun naasten. Het samenwerken met en voor mensen, zonder hiërarchie, is ook heel bijzonder."

Hoe kwam je bij het hospice terecht?

Monique: "Nadat ik stopte met mijn werk als verpleegkundige heb ik in juli de Camino van Porto naar Santiago de Compostela gelopen. Toen ik daarvan thuis kwam, las ik een advertentie van het hospice. Er werd met spoed naar nieuwe vrijwilligers gezocht. Dit bedoelde ik ermee dat het op mijn pad kwam: het kwam op het juiste moment en past nu precies in mijn leven."

Paul: "Mijn moeder bezocht vanuit de parochie zieken en ouderen en ik begeleidde haar soms. Er was één mevrouw waar zij al jaren wekelijks wat bouillon bracht. Op een gegeven moment heb ik dit overgenomen."



Monique: "Ik werkte tot afgelopen voorjaar als verpleegkundige in een ziekenhuis. Al heel lang wilde ik graag in een hospice werken en was dus blij toen dit op mijn pad kwam. In ziekenhuizen overlijden ook mensen, maar hoe er daarmee wordt omgegaan is compleet anders dan hier. In een ziekenhuis is alles erop gericht de patiënten te genezen. Als er iemand stierf, paste dat eigenlijk niet.

Met haar bouwde ik een speciale band op. Later, toen ik inmiddels maatschappelijk werker was, had ik een buurvrouw op leeftijd. Zij werd op een gegeven moment hulpbehoevend en langzaam maar zeker nam ik steeds meer zorg voor haar op me. We hadden door de jaren heen een heel mooie relatie van zorg en vertrouwen opgebouwd. Zij voelde zich veilig. Mijn vrouw en ik hebben geen kinderen

en op deze manier voor iemand te mogen zorgen is fijn. Kort nadat deze buurvrouw overleden was, las ik een advertentie van het Jacobshospice, waarin stond dat er vrijwilligers gezocht werden. Ik doe het liefste avonddiensten vanwege de rust en stilte. Een verrijking!"

Kun je kort een bijzonder moment beschrijven?

Paul: "Enige tijd geleden was er een vrouw bij wie ik me niet op mijn gemak voelde. Als ik haar moest helpen, was er een wederzijdse weerstand te bemerken. Ik wilde niets forceren, maar hielp haar zo rustig mogelijk. Met de tijd ontstond er toch langzaam warmte en waardering tussen ons. Dit vond ik een louterende ervaring. Je wordt dan met jezelf geconfronteerd, omdat je merkt dat je toch altijd jezelf en je eigen vooroordelen meeneemt."

Monique: "Ik mocht onlangs een nieuwe gastbewoonster ontvangen. Toen ze naar binnengebracht werd, wilde ik de voordeur achter haar sluiten. "Wacht! Doe de deur nog niet dicht", zei ze. Ik was verbaasd, maar er volgde: "De dood zit me op de hielen!"

Saskia Janyszek



Vervolg:

Herinneringsvieringen voor de nabestaanden

De viering is een plek om op adem te komen, want de wereld van gemis is vaak koud en onherbergzaam. Er gebeurt veel, wat vooral in kleine dingen naar de oppervlakte komt. De blik van een vader naar zijn dochter die een brief aan haar opa voorleest. De zon die net in de ogen van een knuffelbeest op de herinnertafel schijnt, zodat het lijkt alsof hij knipoogt. Mensen die elkaars hand pakken, een zakdoekje doorgeven, net zo lang zoeken tot ze precies de goede plek vinden om een herinnervlinder op te hangen. De ene viering is warm en zacht, de andere viering is licht en bijna vrolijk. Eén keer speelden twee jongetjes tikkertje, omdat de viering wel erg lang duurde... en het kon. Het gaf zelfs iets van troost dat die jongetjes gewoon doorgingen met hun leven. Het mooi vind ik het als de sfeer van de viering vloeiend overgaat in de borrel: ontmoeten, napraten. Troost en herkenning vinden bij elkaar. Als ik dat zie gebeuren, weet ik: missie geslaagd.

Carola Kruijswijk

Carola verzorgt als ritueelbegeleider sinds 2011 de herinneringsvieringen van het Jacobshospice.