

Loslaten en opnieuw beginnen

Na 21 jaar stopt Angela Weerelts, een van de twee Mantelmeeuw-coördinatoren, met haar veeleisende job.

Angela Weerelts (links) en Caroline de Boer



Na 21 jaar stopt Angela Weerelts bij De Mantelmeeuw. Caroline de Boer volgt haar op. Samen met Helmy Smit vormt Caroline vanaf nu het coördinatieteam aan de Meeuwenlaan, dat verder bestaat uit Mirjam Bijlenga (directeur) en Thea van Dijk (secretariaat).

Helmy, Angela en op haar plaats straks Caroline plannen het inzetten van zorgvrijwilligers bij mensen thuis of in het hospice, coachen en ondersteunen de vrijwilligers en organiseren van alles in en rond het hospice.

Angela en haar opvolgster Caroline zitten – zeker op het tijdstip van dit dubbel-interview - nog middenin het proces van ‘loslaten, afscheid nemen en opnieuw beginnen’.

Loslaten

“Met pensioen, ja!”, zegt Angela. “Ik heb ooit als verpleegkundige in de kraam gewerkt, dus stoppen bij 65 jaar en negen maanden vond ik wel grappig. En het voelt ook alsof ik die negen maanden echt nodig heb om het hier in De Mantelmeeuw los te laten.”

Ook Caroline de Boer (48) moet iets loslaten. “De afgelopen twee jaar ben ik nauw betrokken geweest bij het opzetten van het hospice in Oudewater. Het hospice daar staat nu op de rit. Terwijl ik hier word ingewerkt, ondersteun ik daar nog parttime de nieuwe coördinatoren die mijn taken overnemen. Oudewater is bij hen in goede handen. Dat maakt loslaten voor mij gemakkelijker.”

Zelfde start

Angela en Caroline kwamen op een vergelijkbare manier in de hospicezorg terecht. Caroline begon als vrijwilliger in het hospice in Nieuwkoop en werd daar in 2000 coördinator. “Ik vond Woerden altijd al een fijn hospice”, zegt ze. “Een plek waarvan ik dacht: wie weet ga ik daar nog weleens werken.”

Angela werkte nog in het ziekenhuis en in de kraamzorg thuis toen ze in 1996 coördinator werd van een nieuw vrijwilligersteam terminale thuiszorg in Woerden. “We werden alleen ingezet bij mensen thuis, want er was verder nog niets”, geeft Angela aan. “Pas in 2000

werd het pand aan de Meeuwenlaan aangekocht. In augustus van dat jaar ging hospice De Mantelmeeuw officieel open.”

Cirkel is rond

“Hoe je in dit vak belandt? Als kind al wilde ik verpleegkundige worden”, zegt Angela, “en vooral het begeleiden van bevallingen vond ik heel bijzonder. Na mijn opleiding heb ik ook kraamverzorgsters gecoacht tijdens thuisbevallingen. Deelgenoot zijn van het begin van nieuw leven: dat is echt iets heel moois. Maar dat geldt ook nu. Hier heb ik terminale mensen en hun familie juist mogen bijstaan in de laatste fase van hun leven. Daarmee is voor mij de cirkel rond.”

Caroline leerde het vak vooral in de praktijk. “Ik startte als zorgvrijwilliger bij het Bijna-Thuis-Huis in Nieuwkoop. Na twee jaar kon ik er als coördinator aan de slag. Dat was echt een sprong in het diepe. Ik had weliswaar de opleiding agogisch werk gedaan, maar nooit echt in de zorg gewerkt. Nieuwkoop was dus een mooie kans om het vak in de praktijk onder de knie te krijgen.”

Caroline de Boer, Angela Weerelts en Helmy Smit (de andere coördinator) kwamen elkaar bij trainingen en congressen regelmatig tegen. Twee jaar geleden kwam Caroline bij het beginnende hospice in Oudewater terecht na een aanbeveling van Helmy. ▶

Foto's: Trudy ten Have

Wie wil collecteren?

Van 28 augustus t/m 1 september wordt in Woerden, Harmelen, Kamerik, Zegveld en Linschoten gecollecteerd voor De Mantelmeeuw. We zijn natuurlijk heel blij met alle collectanten die zich al aangemeld hebben om in de collecteweek voor ons op pad te gaan, maar... we hebben nog steeds collectanten te weinig! Wie wil collecteren? Stuur een berichtje naar info@demantelmeeuw.nl of bel 0348-423784.

Schakelen

Werken als coördinator is hectisch, en dat moet je liggen. De coördinatoren zijn voortdurend aan het schakelen tussen de bewoners, hun familie, de wijk-verpleegkundigen, huisartsen, de eigen vrijwilligers en de huishoudelijke dienst. Van 'Waarom is de zoon van mevrouw op kamer 1 er nog niet – is daar iets aan de hand? Zal ik hem even bellen?' tot het zuurstofapparaat dat opgehaald wordt, een huisarts die iets wil overleggen, de vraag van een vrijwilliger over een kapotte cooker, en de fysiotherapeut die wil checken of de ademhalingsoefeningen meneer op kamer 3 wel helpen. Met tussendoor de vraag of de nieuw neergezette bloemen qua kleur wel passen, "want het huis moet voor de bewoners wel echt een thuis zijn", zegt Angela. "Bij al die dagelijkse hectiek geldt: je moet snel doorzien hoe het zit en voortdurend knopen doorhakken." Ook een opgeruimd huis helpt mensen zich thuis te voelen. "Geen jassen of tassen in de woonkamer – ik ben daar heel streng in", zegt Angela. "Ik kan heel direct zijn, maar een beetje humor helpt ook om de boodschap over te brengen. Het is fijn om dingen die zwaar zijn soms een beetje luchtiger te maken."

Veranderen?

Op de vraag wat Angela van haar opvolger aan veranderingen verwacht lacht ze: "Caroline gaat vooral zichzelf zijn met haar ervaring in verschillende hospices en al haar vaardigheden. En dan zal er best iets

veranderen. Voor mij bijvoorbeeld is de computer een apparaat waar we niet buiten kunnen, maar niet mijn ding. Caroline is jonger, kan daar beter mee overweg en kijkt met een nieuwe, frisse blik naar de toekomst." Woerden komt op Caroline – ten tijde van dit interview net een paar weken binnen – over als een fijne organisatie. "De sfeer is open, je voelt je hier welkom zodra je over de drempel komt. En het lijntje tussen ons als collega's was altijd al kort. Bij de start van het hospice in Oudewater kon ik met vragen altijd bij het team hier in Woerden terecht. We kijken op dezelfde manier naar de zorg voor de mens in zijn laatste levensfase."

Zorgen voor bewoners én vrijwilligers

Ook in het enthousiasme en de inzet van de vrijwilligers ziet Caroline overeenkomsten, hoewel er deze inwerkperiode nog heel wat valt uit te zoeken. "Ik ben nu vooral nog bezig de vrijwilligers te leren kennen. En natuurlijk ook druk doende mijn weg te vinden in het huis, de organisatie en de computerbestanden." De coördinatoren denken hetzelfde over de rol van vrijwilligers bij terminale patiënten. "Vrijwilligers moeten aanvoelen wat een bewoner of diens familie nodig heeft", zegt Angela. "In ons werk moet je je eigen (voor)oordelen uitschakelen – dat leren we ook in onze training." Maar soms is discussie onvermijdelijk. Zoals bij de vrijwilliger die de zorg kreeg

voor een rokende bewoner. Ze werd letterlijk misselijk van de sigarettenrook, en de enige oplossing was dat ze zich liet uitroosteren. "Met de discussie die volgde, begonnen zelfs buitenstaanders zich te bemoeien. Dat het idioot was dat wij bewoners hier in huis lieten roken. Terwijl wij vinden: je kunt iemand die bijna dood gaat in zijn laatste dagen toch niet verbieden hier te roken?" De zorg voor de vrijwilligers is Angela vanaf dag één aan het hart gegaan. "Lief en leed met ze delen is onderdeel van mijn werk geworden."

Iets nieuws

Het blijft bijzonder om te kunnen zorgen dat mensen die gaan sterven hun laatste levensfase thuis of in het hospice kunnen doorbrengen. Daarover zijn beide coördinatoren het méér dan eens. "Daarbij kijk je steeds of je alles rondom afscheid en overlijden voor alle betrokkenen iets lichter kan maken", zegt Caroline. "Het verbaast mij altijd weer hoe makkelijk mensen je in hun privé-domein toelaten als ze dicht bij de dood staan", vult Angela aan. "Mooi hoe ze je hun vertrouwen schenken." Afscheid nemen betekent meestal ook het begin van iets nieuws. Dat geldt voor iedereen die een dierbare moet loslaten. Maar dat geldt zeker ook voor de gaande en de komende coördinator, voor Angela Weerelts en voor Caroline de Boer. Afscheid nemen als het begin van iets nieuws – een beter cliché is nauwelijks denkbaar bij deze wisseling van de wacht.



en het plaatselijke nieuws in de gaten. Aan het eind van deze zomer gaan we van start met de voorbereidingen.

Meer informatie over de sponsoractie vindt u op: www.grootverzettegenkanker.nl



Korenfestival op 7 oktober

Zaterdag 7 oktober klinkt op het Woerdense Kerkplein weer een waterval van koormuziek. De Mantelmeeuw houdt er haar tweejaarlijkse Korenfestival, dat begint om half elf 's morgens en eindigt rond half zes. Er treden acht vrouwen-, mannen- en gemengde koren op, in een mix van muziekstijlen: van levensliederen en shanty tot gospel, en van pop of modern tot meer klassiek. Het podium staat dit jaar op een andere plek. De koren krijgen de Petruskerk als sfeervolle achtergrond.

Op het Kerkplein bij het podium komt als vanouds het Mantelmeeuw-terras, met tafels en banken voor bezoekers. Mantelmeeuw-ambassadeur burgemeester Molkenboer opent het festival. In samenwerking met Brownies&downieS Woerden is er koffie of thee voor de gasten van het Korenfestival. Tijdens het festival is het nieuwe filmpje van De Mantelmeeuw op een groot scherm te zien. Met het (gratis toegankelijke) Korenfestival vraagt De Mantelmeeuw aandacht voor de wereldwijde hospicebeweging en in het bijzonder het eigen hospice én de terminale thuiszorg in Woerden.

Het volledige korenprogramma staat later dit jaar op de site van De Mantelmeeuw.

Foto: hanspieters.nl



Filmpje thuiszorg in oktober online

Er is een mooi filmpje gemaakt waarin te zien is hoe vrijwilligers van De Mantelmeeuw terminale thuiszorg verlenen. Steeds meer mensen willen aan het einde van hun leven liever zo lang mogelijk thuisblijven. Tegelijkertijd worden de zorgmogelijkheden steeds schaarser. Niet iedereen weet dat vrijwilligers van De Mantelmeeuw ook mensen thuis ondersteunen, zowel overdag als 's nachts. Het filmpje wil iets aan die onbekendheid doen. Mensen die (nu of later) thuiszorg nodig hebben kunnen in het filmpje zien hoe het is als je de deskundige vrijwilligers van De Mantelmeeuw thuis inschakelt. Het filmpje staat vanaf oktober op de site van De Mantelmeeuw, wordt vertoond tijdens het Korenfestival en komt beschikbaar via huisartsen en wijkteams.

Bestuurswisseling Vrienden

In een onlangs gehouden bestuursvergadering is mevrouw Alie Horden benoemd tot voorzitter van de Vereniging Vrienden van De Mantelmeeuw. Zij volgt Anton Engering op, die vorig jaar aftrad. De Vrienden steunen de Stichting De Mantelmeeuw onder meer met fondsenwerving en promotie.

370 euro bij elkaar gefietst



In het vorige nummer van deze nieuwsbrief riepen we u op mee te fietsen met de sponsorfietstocht van de Rabo op zaterdag 10 juni. Het was een prachtige zonnige dag, er waren mooie fietsroutes uitgezet en er werd maar liefst 370 euro bij elkaar gefietst voor De Mantelmeeuw. De Mantelmeeuw was één van de 245 goede doelen, waarvoor in totaal bijna 79.000 euro werd gesponsord. Dank aan alle sportieve fietsers! Volgend jaar wéér?

Meeuwenkoekje

Een kaaskoekje in de vorm van een meeuw: dat was de toepasselijke traktatie waarmee De Mantelmeeuw de aandacht van bezoekers trok tijdens de Woerdense Graskaasdag in juni.



Lopend en fietsend naar de top met eigen Mantelmeeuw-team

Op 31 augustus en 1 september dit jaar wordt de Mont Ventoux lopend en fietsend bedwongen in het kader van de sponsoractie Groot Verzet Tegen Kanker. In onze vorige nieuwsbrief berichtten we hier al over. Volgend jaar wil De Mantelmeeuw een eigen team op de been brengen om deze magnifieke berg in Frankrijk te verslaan met als motto: het geheel is groter dan de som der delen. Het voordeel van een eigen team is

tweeledig: werken aan saamhorigheid en teamspirit voor de deelnemers en hogere opbrengsten qua sponsoring. Het team zal samen gaan trainen, sponsoracties op touw zetten en gezamenlijk de tocht in 2018 ondernemen. De opbrengst van de sponsoractie wordt gebruikt voor de exploitatiekosten van het hospice. Na zeventien jaar gebruik is vervanging van een deel van de inrichting hard nodig. Interesse? Houd de site van De Mantelmeeuw

Poppetje

Tekst: Trudy ten Have

Sinds deze week is er een jonge vrouw in huis, van nog geen vijftig jaar oud. Ze heeft haar draai in huis al gevonden. Ook heeft ze snel door dat een van de coördinatoren van 'opgeruimd staat netjes' houdt. Karin houdt daar zelf ook van: ze vertelt me dat ik m'n tas niet in de huiskamer moet laten slingeren en dat m'n jas op de kapstok hoort. Ik moet er wel om lachen, ze heeft nog gelijk ook!

Karin heeft het wel naar haar zin. Haar bed heeft ze op zo'n manier laten verplaatsen dat ze tv kan kijken en intussen ook naar buiten kan kijken. Ze heeft behalve haar kanarie, haar orchideeën en bijzettafels ook tassen met knutselspullen meegenomen. Haar borduurwerkjes laat ze vol trots aan me zien.

Het is mooi weer, Karin is buiten een sigaretje gaan roken. Als ik de tuin in loop, zie ik dat ze in tranen is. Ik ga naast haar zitten. Ze heeft maanden niet kunnen huilen en nu komt de spanning er ineens uit, vertelt ze. Gisteren heeft Karin met haar man in het park gewandeld en daar zag ze een pasgeboren kalfje. Ook vertelt ze over mieren die een grote tak aan het verslepen waren. Karin vraagt zich af waarom ze zulke mooie dingen nu pas écht ziet, nu haar leven bijna is afgelopen.

We praten over het geleefde leven en over het nu snel naderende einde. Karin is blij dat ze haar hart kan luchten en begint opeens over een vilten poppetje dat ik voor de kleinkinderen van een andere bewoner had gemaakt. Ze vraagt of ik voor haar ook zo'n poppetje heb. Na mijn belofte dat ze er de volgende keer een kan uitkiezen loopt Karin weer opgelucht het huis binnen, recht op haar eigen knutselspullen af.

De dienst daarna heb ik vilten poppetjes bij me. In de rapportage lees ik dat Karin ineens snel achteruit is gegaan, ze heeft longontsteking gekregen. Ik ga haar kamer binnen. Ze zit rechtop op een stoel en is

alleen maar druk bezig met ademen, het kost haar zó veel moeite. Toch ziet ze gelijk de poppetjes die ik bij me heb en tijdens een uitademing wijst ze er eentje aan. Er verschijnt iets van een lachje. Het is ook een leuk ding: een groen poppetje met een kristalletje, dat heel mooi glinstert als de zon erin schijnt. Je kunt 'm makkelijk aan de tak van een plant hangen, dan draait-ie heel leuk!

Karin is blij met haar keuze, dat kun je wel zien. Tussen twee ademhalingen door fluistert ze dat ze me de volgende keer zal bedanken. Zover komt het niet, want een dag later is Karin overleden. Als ik afscheid van haar neem, zie ik in de hoek van de kist iets schitteren: het plantenpoppetje!

Dag Karin, dag poppetje.....



Poppetjes van de hand van Trudy ten Have

Stichting De Mantelmeeuw

Kantoor: 0348-423784

Voor zorgaanvragen kunt u bellen met 06-21244402 of 06-21245931

Voor meer informatie:
www.demantelmeeuw.nl
De stichting heeft een ANBI status

Vereniging Vrienden van De Mantelmeeuw

Secretariaat:
Meeuwenlaan 14
3443BC Woerden

KvK nummer: KvK Utrecht 41265227

Lidmaatschap
Voor €20 per jaar kunt u lid worden van de Vereniging Vrienden van De Mantelmeeuw.

Informatie: kantoor Stichting De Mantelmeeuw.
T. 0348 4237 84 of 06-547 07 051
www.vriendenmantelmeeuw.nl

Bankrekening (IBAN): NL23 RABO 0338 3001 39
t.n.v. Vereniging Vrienden van De Mantelmeeuw

Colofon

De Nieuwsbrief is het contactblad voor de Vrienden van De Mantelmeeuw en verschijnt driemaal per jaar. Oplage: 1350

Redactie:
Adriëne Lansbergen
Janine Peek
Aagt de Ruijter de Wildt

Mailadres redactie: info@demantelmeeuw.nl

Drukwerk: Selection Print en Mail Vormgeving: Max van Collenburg

Activiteiten

Elke eerste zaterdag: open huis

Elke eerste zaterdag van de maand tussen 10.00 en 12.00 uur staat de deur van de Meeuwenlaan 14 open voor iedereen die het hospice eens van binnen wil zien. Er is informatie over de zorgmogelijkheden, zoals hulp van een vrijwilliger bij u thuis of in het hospice. Ook over het werk van onze vrijwilligers vertellen we graag. Aanmelden is niet nodig

Maandag 28 augustus t/m vrijdag 1 september

Jaarlijkse collecte voor De Mantelmeeuw

Maandag 4 september 19.00 uur

Informatiebijeenkomst voor mensen die belangstelling hebben om vrijwilliger te worden. Locatie: tuinhuis Meeuwenlaan 14. Aanmelden kan via info@demantelmeeuw.nl, maar u bent ook zonder aanmelding welkom

Zaterdag 7 oktober

Mantelmeeuw-korenfestival

Vrijdag 8 en zaterdag 9 december

Mini-kerstkorenfestival tijdens de Woerdense Winterfair. Mèt (een traditie intussen) verkoop van verrukkelijke zelfgebakken tulbanden in de Mantelmeeuw-kraam!



vereniging vrienden van
De Mantelmeeuw