



Vrijwilliger worden bij De Mantelmeeuw: Waarom doe je dat?

“Je helpt je medemens in de moeilijkste periode van zijn leven en ik ben dankbaar dat ik dat kan doen.”

Martien de Krijger, kaaskeurmeester met pensioen en Thom Bierlaagh, gepensioneerd docent gezondheid en welzijn aan een hbo-opleiding, zijn vrijwilliger in het hospice aan de Meeuwenlaan. Martien nam het besluit om bij De Mantelmeeuw te komen in 2007, Thom meldde zich in 2011 aan.

Zinvol

Martien de Krijger: “Heb jij geen tijd om vrijwilligerswerk te doen? werd mij gevraagd toen ik met prepensioen ging. Precies, antwoordde ik, dát is wat ik heb: geen tijd. En zo ben ik de eerste twee jaar na mijn pensioen gaan freewheelen om tot het punt te komen waarop ik gegrepen werd door een artikel in het AD over vrijwilligerswerk in een hospice. Toen wist ik het: hiervoor wil ik mij inzetten, dat is zinvol werk dat voldoening geeft. Ik ben naar een open dag geweest en heb mij aangemeld. In september begon de cursus en begin 2008 ben ik als vrijwilliger in het huis begonnen.”
Martien kijkt Thom even aan. “Ik ben hier dus al tien jaar, twee dagen in de week.”

Thom Bierlaagh is afkomstig uit de verpleging. Na zijn prepensioen vertrok hij met zijn vrouw, ook verpleegkundige, naar Zambia. Na twee jaar was hun werk daar

afgerond en gingen ze in Woerden op zoek naar vrijwilligerswerk.

“Ik wilde iets heel concreets gaan doen dat zinvol was. In de bibliotheek van Woerden lag een lijst met vrijwilligerswerk. Daar zag ik dat het hospice een kookvrijwilliger zocht. Ik ben geen kookgek, maar ik kan wel maaltijden klaar maken, dat deed ik thuis voor ons gezin ook. Ik vind dat je als vrijwilliger niet hetzelfde werk moet doen, dat je professioneel gedaan hebt. Dat lijntje moet je doorknippen. Maar ik zocht wel naar iets waarbij het contact met mensen voorop staat. Ik hoefde dus niet lang na te denken.”

Je kan iets dóen

Zoals een vrijwilliger ‘aan het bed’ voor de bewoners meer kan betekenen dan alleen degene die de kussens opschudt, zo kan ook de kookvrijwilliger meer zijn dan de persoon die voor de warme maaltijd zorgt.

Thom: “Als je ziek bent wil je niet na hoeven denken over het eten. Rond elf uur kom ik langs voor een praatje. Bij een wensdietet mag de bewoner alles kiezen. Ik werk met een beslisboom. Wat gaat het worden vandaag? Vlees of vis? En wat zou daar bij kunnen? Vaak komen dan gerechten van vroeger ter sprake en ik vraag hoe de bewoner zelf dit of dat klaar maakte. Dan komen de verhalen en ik merk elke keer dat het goed doet om over heel gewone dingen te praten. Het hoeven geen zware gesprekken te zijn. “Precies”, haakt Martien direct in. “Ik krijg nogal eens de vraag of werken in een hospice niet emotioneel belastend is. Maar ik vind het juist prettig dat ik iets kan dóen. Niemand hier zit te wachten op hulpverleners die somber zijn, je moet ook je humor meenemen. En er zijn zoveel momenten dat hier echt gelachen wordt! Natuurlijk raakt het me als hier heel jonge mensen komen, dan denk ik aan mijn eigen kinderen. Maar ik neem mijn werk niet mee naar huis. Het is alsof ik aan de Meeuwenlaan een jas aantrek en als ik naar huis ga laat ik mijn jas hier hangen.”

Verdieping

Dat er weinig mannelijke vrijwilligers zijn is jammer, vinden Thom en Martien. “Misschien”, zegt Martien “hebben man-

Dringend collectanten gezocht in Waterrijk en Centrum

Ieder jaar weer zijn we op zoek naar (extra) collectanten die onze collecte willen ondersteunen. Heeft u tussen 27 augustus en 1 september een paar uurtjes vrije tijd over? Of kent u zo iemand? We zouden héél blij zijn met extra collectanten in de wijken Waterrijk en Woerden Centrum, maar ook in de Bomen- en Bloemenwijk en in Kamerik kunnen we nog collectanten gebruiken.

Stuur een mailtje naar info@demantelmeeuw.nl met uw gegevens, en we nemen snel contact met u op!

nen meer schroom. Wanneer je als man een vrouw moet verschonen kan dat even moeilijk zijn, maar in de opleiding leer je hoe je daar tactvol mee om kan gaan. Je helpt je medemens in de moeilijkste periode van zijn leven en ik ben dankbaar dat ik dat kan doen.”

“Soms”, peinst Thom, “als iemand hier redelijk mobiel binnenkomt denk ik wel eens: ‘wat moet jij allemaal nog meemaken.’ Dan is het fijn dat ik een klein beetje kleur kan geven aan dit laatste stukje van iemands leven. En ook de familie kun je helpen door iets lekkers voor ze te koken. Het is verrassend te merken dat zo iets kleins als een maaltijd bereiden tot diepere gesprekken kan leiden. Want wie hier binnenkomt laat het schaaqbord van zijn leven achter en speelt nog maar met één steentje op één vakje. Dat verdiept de manier waarop je naar de dingen kijkt. En dat is wederkerig.”

Tekst en foto: Aagt de Ruijter de Wildt

Bijna op de Mont Ventoux!

Als u dit leest staat het Team Mantelmeeuw bijna op de Mont Ventoux! Na maandenlange voorbereidingen gaat een gemotiveerde club mensen op donderdag 30 en vrijdag 31 augustus de berg bedwingen. In hun (gesponsorde) rode jasjes wandelen of fietsen ze goed getraind naar de top. Ze doen dat voor een geweldige opbrengst: dankzij royale donaties en allerlei mooie acties (van sokken breien tot taarten bakken, van statiegeld ophalen tot een presentatie op de streekmarkt) is € 35.000 opgehaald. Leden van het Team Mantelmeeuw weten als geen ander hoe belangrijk het is dat er onderzoek wordt gedaan om een ziekte als kanker de wereld uit te helpen. Maar zolang dat nog niet het geval is, beseffen ze ook hoe betekenisvol het is dat mensen goede zorg en ondersteuning krijgen



in de laatste fase van hun leven. De beklimming van de Mont Ventoux is bedoeld om mensen die het redden en mensen die het niet redden te steunen. De sponsoropbrengst van het Team Mantelmeeuw gaat deels naar de Stichting Mont Ventoux/Groot verzet tegen kanker, deels naar De Mantelmeeuw zelf.

Mantelmeeuw-kas leuk gespekt

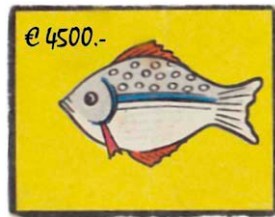
Ontspannende evenementen waren het, die de kas van De Mantelmeeuw de afgelopen maanden spekten. Evenementen waarbij het leven gevierd werd. Aan elk leven komt helaas een einde. Voor veel mensen een extra reden om er met plezier uit te halen wat erin zit.



Dat kon in april met ‘Open deuren met de Meiden van Breuren’: een culinaire, culturele en muzikale wandeling door Woerden. De deelnemers kregen een hele bijzondere middag voorgeschoteld. Op verschillende plekken in Woerden stonden de deuren open en werd genoten van muziek, theater, een hapje en een drankje. Maar liefst 4.800 euro voor De Mantelmeeuw was het resultaat.



De Rabo-fietsstocht in juni was weer een succes. Het was een dag met schitterend weer, waarop veel fietsers genoten van de mooie routes. 52 fietsers reden voor De Mantelmeeuw 998 euro bij elkaar.



Ook in juni organiseerden Grant Thornton, OnderNamen Woerden en La Gro Advocaten hun traditionele Haringparty in het Kasteel. Omdat zij De Mantelmeeuw een warm hart toedragen, werd er geld ingezameld door het veilen van veertien vaatjes nieuwe haring. Dat leverde in totaal 4.500 euro op.



Een tachtigjarige man bedacht dat hij voor zijn verjaardag geen cadeaus meer wilde. ‘Doe maar een bijdrage voor De Mantelmeeuw’, was zijn wens bij zijn verjaardagsfeestje. Zo kon hij De Mantelmeeuw verrassen met 1.000 euro.

De Mantelmeeuw, voor haar financiering voor een belangrijk deel afhankelijk van giften, donaties en sponsoring, is blij met deze gulle gaven!

Help ons op Facebook en Twitter

Wilt u De Mantelmeeuw helpen bekender te worden? Dat kan, door ons op Facebook en Twitter te gaan volgen en/of vriend te worden. Wie dat doet blijft op de hoogte van al het actuele Mantelmeeuw-nieuws. En door onze berichten te liken en met eigen vrienden te delen worden we bekender en kunnen méér mensen van onze diensten gebruik maken. Dus help ons: word vriend op Facebook (Stichting De Mantelmeeuw) en volg ons op Twitter (@StMantelmeeuw).



Om woorden verlegen? Do's en dont's bij verlies en rouw.

Onder deze titel organiseert hospice De Mantelmeeuw op donderdag 27 september 2018 een symposium*. De eerder aangekondigde spreker, Daan Westerink, kan helaas door persoonlijke omstandigheden haar lezing niet geven. Een waardig vervanger is gevonden in de persoon van Trudy ten Have, gediplomeerd rouwbegeleider en zorgvrijwilliger in het hospice.

Voor wie is dit symposium bedoeld, Trudy?

Voor iedereen die geïnteresseerd is in de communicatie rond verlies en rouw. Dus zij die een geliefd persoon hebben verloren of gaan verliezen en alle mensen daaromheen. Want... heeft u dat ook weleens? Dat u een troostende opmerking maakt naar iemand in rouw en dat diegene geschokt kijkt, stilvalt of wegloopt? En het was zo goed bedoeld...

Wat mogen we verwachten van deze avond?

Om te beginnen wil ik laten zien hoe je zou kunnen reageren naar iemand die een ingrijpend verlies heeft meegemaakt. Daarbij komt ook aan de orde wat onhandige reacties zijn.

Voor rouwenden geef ik wat tips hoe ze zelf om kunnen gaan met niet-helpende opmerkingen en lastige vragen.

Op het programma staat daarna het theaterstuk 'Dan neem je toch gewoon een hond?' Wat is daarvan de invalshoek?

Twee actrices vertellen over het verlies van hun geliefde en wat ze daarbij tegenkomen in het soms onbegaanbare landschap van rouw. Daarnaast is er 'de omgeving' die luistert, troost, ondersteunt en wellicht probeert iets op te lossen, maar zelf ook geraakt wordt in haar eigen (on)vermogen om te gaan met de dood. Dat de dood plotseling kan verschijnen en dat je verdriet niet kunt oplossen is iets dat we moeilijk kunnen



Trudy ten Have

verdragen. Tja, ach... dan neem je toch gewoon een hond?

Wat hoop je dat dit symposium de gasten zal brengen?

Ik hoop dat de gasten zullen ervaren hoe het ook kan. Al onthouden ze maar één alternatieve reactie. En voor rouwenden hoop ik dat ze zien hoe zij effectief kunnen reageren zonder contacten te verliezen. En ook, dat rouw niet alleen maar 'somber' is, maar dat er ook gelachen kan worden bij zo'n serieus onderwerp!

Interview: Maartje van den Bosch

Wanneer: donderdag 27 september 2018

Aanvang: 20.00 uur (ontvangst met koffie 19.30 uur)

Waar: Het Klooster, Wilhelminaweg 77 te Woerden

Toegangskarten € 5,00

Bestellen via info@demantelmeeuw.nl of telefonisch 0348- 423784

*Dit symposium is mede mogelijk dankzij de donatie van vier fondsen en stichtingen.

Wisseling Stichtingsbestuur

Na veertien jaar heeft Margriet van der Kooi besloten het bestuur van de Stichting De Mantelmeeuw te verlaten. De Mantelmeeuw-organisatie is haar dankbaar voor alles wat zij al die jaren aan positiefs heeft bijgedragen. Margriet geeft aan De Mantelmeeuw in de toekomst zéker te blijven volgen. Als 'ambassadeur' blijft ze mensen wijzen op de mogelijkheden: zowel mensen die zorg nodig hebben als vrijwilligers die graag iets willen doen in de terminale zorg. Margriet wordt opgevolgd door Jantina Colenbrander. Palliatieve zorg is voor Jantina een heel bekend terrein. Zij is geestelijk verzorger bij zowel Weddesteyn als bij zorgcentrum 't Oude Landt. Ook heeft zij in het verleden meerdere malen mensen begeleid in het hospice.

De Mantelmeeuw heet haar van harte welkom binnen de organisatie en binnen het bestuur!



Jantina Colenbrander

Troost

als bloemen troosten konden
dan zou ik alle seizoenen
samenbinden tot een boeket

als muziek troostvol kon klinken
dan zou ik de sterren van de hemel
componeren tot een melodie

als woorden troostrijk kunnen zijn
dan schenk ik jou
mijn mooiste zinnen
geschikt tot poëzie

© Maartje van den Bosch

Geen bezoek

Tekst: Trudy ten Have

Mevrouw Groot wil geen bezoek meer. Ze ziet er niet meer uit, vindt ze; ze heeft pijn, slaapt veel en heeft amper nog energie. Het restantje energie dat ze nog heeft, wil ze aan haar man en kinderen besteden.

Ik zit in de huiskamer met haar man Teun; we praten wat. Tenminste, hij praat vooral. Over hoe snel het achteruit gaat met zijn vrouw en dat hij nog helemaal niet gewend is aan het idee dat ze binnenkort zal overlijden. Het enige wat Teun wil, is 'er zijn' voor haar. "De rest komt wel", zegt hij. Daar vertrouwt hij wel op. Hij heeft het gevoel dat hij gedragen wordt. Iedereen is zo aardig voor hem. Hij en zijn vrouw zijn blij dat ze in het hospice terecht kon, want thuis ging het niet meer. Teun kon het niet meer opbrengen om de zorg voor zijn vrouw te managen. Hij heeft intussen een paar goede nachten gehad, vertelt hij, en nu is hij er weer met al zijn aandacht bij. Tussen zijn zinnen door werpt hij even een blik in de kamer van zijn vrouw. Ze is net gewassen en ligt daarvan bij te komen.

De bel gaat. Er staat een mevrouw bij de deur, ze komt voor mevrouw Groot. Ik leid haar naar de woonkamer, naar Teun. Hij vertelt haar dat er geen visite meer komt en dat de spaarzame tijd die hen nog rest voor het eigen gezin is. Maar dit bezoek laat zich niet zomaar wegsturen, merk ik. Ze had graag een gebed willen voorlezen. "Ter geruststelling voor het sterven", zo licht zij toe, "Ik had het uw vrouw de vorige keer nog beloofd." Teun laat zich overhalen om het 'voor de zekerheid toch nog even aan zijn vrouw te vragen'. Hij komt weer terug met de boodschap dat ze écht niet wil. "Nou ja", zegt mevrouw schouderophalend, "ik dacht hier goed aan te doen.... Mag ik dan heel even om het hoekje kijken om haar te groeten?" "Nee", zegt Teun, "mijn vrouw zegt net dat ze niemand wil zien, dus daar houd ik me dan aan." En dan is het stil. Ongemakkelijk stil. "Kan ik u een kopje koffie aanbieden?", vraag ik.

Mevrouw drinkt langzaam van haar koffie en werpt steeds even een blik richting de

kamer van mevrouw Groot. Alsof ze er tóch naar binnen zal glippen. "Wat een toestand", zegt ze en ze schudt haar hoofd. "Wat een ziekte, dat mensen dit moet overkomen...". En ze kijkt weer naar de deur van de bewonerskamer, maar Teun heeft die deur zojuist dicht gedaan. Er valt dus niets te zien. Onze bezoeker neemt haar laatste slok. "Nou, dán ga ik maar." "Ik loop met u mee naar de voordeur", zeg ik. "Komt u maar, het is deze kant op. Heeft u uw spullen?" Terwijl we in de hal richting de voordeur lopen, schiet ze ineens van mij weg en staat ze bij de kamerdeur van een andere bewoner. Ze probeert een blik naar binnen te werpen: "O, ligt hier ook iemand?" "Mevrouw", zeg ik streng, "de voordeur is hier, komt u?" Met gebogen hoofd snelt ze naar buiten. En nog sneller doe ik de voordeur achter haar dicht.

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
3443 BC 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: 1200

Redactie:

Maartje van den Bosch
Adrienne Lansbergen
Janine Peek
Aagt de Ruijter de Wildt

Mailadres redactie: info@demantelmeeuw.nl

Drukwerk en vormgeving: ABC-service, Montfoort

Weer in de huiskamer staat Teun me op te wachten. "Wát een toestand!", zegt hij hoofdschuddend. Een perfecte imitatie van de zojuist vertrokken dame.

Activiteiten

Elke eerste zaterdag van de maand: open huis

Elke eerste zaterdag van de maand tussen 10.00 – 12.00 uur staat de deur van 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 zorg in het hospice. Ook over het werk van onze vrijwilligers vertellen wij u graag. Aanmelden is niet nodig.

30 en 31 augustus

Team Mantelmeeuw beklimt de Mont Ventoux

27 augustus t/m 1 september

Collecteweek

Donderdag 27 september

Symposium Mantelmeeuw
Het Klooster, Wilhelminaweg 77, Woerden

Hele maand oktober

De Mantelmeeuw organiseert de 'De maand van de Vrijwilliger'

13 oktober

Internationale dag van de Palliatieve zorg, Mantelmeeuw-kraam in Antoniusziekenhuis Nieuwegein

7 en 8 december

Kraam op Winterfair Woerden, met tulbandverkoop
Opbrengst voor De Mantelmeeuw



vereniging vrienden van
De Mantelmeeuw