



## Harpmuziek zweeft tussen hemel en aarde

**Yolanthe Cornelisse is muziektherapeut en bezoekt één keer per week De Mantelmeeuw om muziek te maken voor mensen die aan de laatste periode van hun leven bezig zijn.**

Zoals een harp tussen een orkest speelt - bijna onhoorbaar maar toch aanwezig - zo komt Yolanthe Cornelisse de kamer van een bewoner binnen. Zacht neuriënd haalt ze haar instrument uit de opvouwbare bolderkar, die ze voor de kamerdeur van de bewoner laat staan.

“Mag ik binnenkomen?”, vraagt ze bijna alsof het een liedje is. Een beetje overbodige vraag, want de bewoonster en haar familie hadden al aangegeven het fijn te vinden als Yolanthe muziek kwam maken. Ze plaatst de kleine harp zó dat de bewoner die in bed ligt, haar makkelijk kan zien en dan vult de kamer zich met muziek die tussen hemel en aarde in zweeft.

### In slaap

Yolanthe heeft altijd meerdere instrumenten bij zich, een Reverieharp, een gewone kleine harp en een gitaar. In de woonkamer haalt ze haar Reverieharp uit de hoes. “Kijk”, zegt ze, “het is een klein instrument met een platte klankkast. Eigenlijk is het

geen harp, maar veeleer een lyra met 22 snaren. Ik kan hem makkelijk bij iemand op bed leggen, zodat de bewoner er zelf op kan spelen. Je kunt met twee vingers de muziek uit de snaren halen, maar je kunt er ook met je hele hand over strijken.”

“Wilt u het eens proberen?”, vraagt ze een bezoeker aan de grote tafel. “Speel er maar op”, moedigt ze aan. “Voelt u hoe de muziek resonanceert in uw lichaam?” De bezoeker laat nogmaals haar handen over de snaren gaan, terwijl ze instemmend begint te knikken.

“Zo gebruik ik het instrument”, licht Yolanthe toe, “het ontspant en biedt houvast, verbindt het aardse met het hemelse.” Maar Yolanthe zingt ook graag en dan gebruikt ze haar gitaar.

“Niet dat ik echt goed gitaar kan spelen, maar met een paar noten kan ik mijn liedjes begeleiden.” Het zijn liedjes die Yolanthe zelf improviseert en componeert. “Ik laat mij inspireren door de natuur of de omgeving. Zo zat ik bij de ruïne van Brederode in

Santpoort harp te spelen, toen een meisje in een prinsessenjurkje de brug over kwam. Er ontstond vanzelf een melodie. Dat werd *Als de prinses de brug over gaat*. Maar ik zing ook liedjes van vroeger of slaapliedjes. Het grootste compliment dat ik kan krijgen”, zegt ze met nadruk, “is als ik iemand in slaap kan zingen.”

### Eigen boekje

In haar boekje *Kijk, zijn voeten maken een dansje* beschrijft Yolanthe Cornelisse wat de betekenis van muziektherapie kan zijn in de palliatieve zorg. Hoe verschillend mensen reageren op muziek, maar dat het vrijwel altijd een troostend en verbindend effect heeft; hoe muziek als communicatiemiddel de kracht van taal overstijgt. De zachte tere klank van een snaarinstrument kan in het laatste stukje, de terminale fase, de beleving van nabijheid en veiligheid verzorgen en het loslaten ondersteunen. Het sterrenbeeld van Yolanthe Cornelisse is Tweelingen. En volgens haar verklaart dat waarom ze na haar gymnasiumopleiding voor een exacte studie koos en werk vond in een laboratorium, terwijl ze nu met gevoelszaken bezig is. “Ik heb gewoon twee kanten en met het ouder worden merk ik dat mijn spirituele kant belangrijker wordt. In dit werk als muziektherapeut komen de vier stromingen in de mens tot eenheid:

## Mantelmeeuw op Winterfair

Heerlijke tulbanden, kerstcakes en leuke kleine cadeautjes verkoopt De Mantelmeeuw op vrijdag 7 en zaterdag 8 december op de Woerdense Winterfair. Het kerstgebak komt weer vers uit de ovens van een aantal bakkende Mantelmeeuw-vrijwilligers. Kom even kijken en neem iets leuks en lekkers mee voor de feestdagen!





het sociale, het fysieke, het emotionele en het spirituele. Iedereen die de opleiding muziektherapie doet, moet een instrument kiezen. Ik was negen toen ik in een kerk een harp hoorde. En vanaf dat moment wilde ik

harp leren spelen. Ik heb tot mijn 18e jaar les gehad.

Daarna werden andere dingen in mijn leven belangrijker. Totdat harp bij mijn opleiding muziektherapie weer in beeld kwam. Het is alsof er allemaal dingen samenvallen nu.”

### Geen grenzen

Als muziektherapeut treed je een intiem deel van iemands leven binnen. “Sommige bewoners ken ik al wat langer en ze vragen dan om een specifiek muziekstuk of lied. Eén keer vroeg iemand om een bepaalde psalm. Ik schrok wel van de zwaarte van die psalm, maar heb het thuis geoefend, wilde het helemaal goed laten klinken. Op

de dag dat ik, toch enigszins gespannen, bij de bewoner aan het bed kwam, zei ze beschaamd dat ze de verkeerde bladzijde uit het liedboek had opgegeven. Ik was zo opgelucht! En zonder moeite hebben we samen de psalm van hoop gezongen.” Dat muziektherapie geen grenzen kent bleek wel toen een bewoner vroeg of Yolande ook het lied *Mexicó* van de Zangeres zonder Naam kende. Hij had met zijn vrouw zulke mooie herinneringen aan dat lied! Het was even omschakelen, maar we hebben heerlijk gezongen. Bevrijdend en verbindend, liefdevol.” ([zonneharp@hotmail.com](mailto:zonneharp@hotmail.com))

Tekst en foto: Aagt de Ruijter de Wildt

## Niet meer verlegen om woorden bij verlies en rouw

Hoe help je mensen die rouwen het beste? Wat zeg je wel, wat zeg je liever niet? En waar hebben mensen in rouw vaak het meeste behoefte aan? Vragen die werden beantwoord tijdens het Mantelmeeuw-symposium ‘Om woorden verlegen? Do’s en don’ts bij verlies en rouw’, eind september in het Woerdense theater Het Klooster.

Onderdeel van het programma was een theaterstuk waarin drie actrices verlies en rouw met emotie en ook humor onder handen namen. De nazit van de avond was een intieme uitwisseling van ervaringen tussen een aantal bezoekers en actrice Stephanie Hulshof. “We hebben elkaar heel hard nodig als we rouwen”, was haar conclusie.

### Kwetsbaarheid en kracht

Iedereen die met verlies en rouw te maken heeft, weet hoe moeilijk het kan zijn. En elk mens komt vroeger of later met de dood in aanraking. Voor De Mantelmeeuw is het een onderwerp dat heel dichtbij staat, en waar voor veel mensen wat in te leren is.

Trudy ten Have (ervaringsdeskundige, professioneel rouwbegeleider en zorgvrijwilliger bij De Mantelmeeuw) opende de avond. Met heel praktische, meteen toepasbare tips en voorbeelden nam zij de zaal in haar presentatie mee. “Laat mensen niet met hun rouw zitten”, zegt

ze, “en bedenk dat er ook geen termijn is waarop het ‘over’ zou moeten zijn. Houd contact, ook al weet je soms niet wat je moet zeggen. En geef vooral ook praktische hulp. Luisteren naar de verhalen van mensen helpt vaak beter dan goedbedoelde adviezen geven. Maak je vraag aan de rouwende klein. Niet ‘Hoe is het met je’, maar overzichtelijker ‘Hoe is het vandaag met je?’. En realiseer je: kwetsbaarheid en kracht gaan in een rouwproces vaak samen.”

### ‘Dan neem je toch gewoon een hond?’

In ‘Dan neem je toch gewoon een hond?’ lieten de drie actrices van Theatergezelschap De Kunst van het Rouwen – vanuit hun eigen ervaringen met verlies en rouw - zien wat er in een rouwproces kan gebeuren. Hun heel persoonlijke voorstelling legde een stuk van het rouwproces bloot. Bezoekers zagen hoe onhandig mensen met de beste bedoelingen iets kunnen zeggen dat de rouwende volledig



Theatergezelschap De Kunst van het Rouwen nam bezoekers mee door het ‘landschap van rouw’.

overhoop blaast. Maar ook hoe het (on)vermogen van mensen om met de dood om te gaan soms tot humoristische situaties leidt.

Het delen van herinneringen aan de overledene is voor rouwendenden meestal waardevol, “want welk geluk ligt er vaak in de herinnering aan geluk besloten”. “Jullie maken van dat wat je zelf mee-maakte iets waarmee je een ander helpt!” Zo verwoordde een bezoeker aan het eind van de avond haar compliment aan het theatergezelschap.

## Veel hulp op Beursvloer

Een aantal bijzondere deals heeft De Mantelmeeuw in oktober kunnen afsluiten op de Beursvloer van ‘Samen voor Woerden’. De jaarlijkse Beursvloer is de plek waar maatschappelijke organisaties met een (hulp)vraag contact kunnen zoeken met bedrijven, fondsen of serviceclubs die - met gesloten portemonnee -

iets aan kunnen bieden. Dike Verweij (lid PR-werkgroep, rechts op de foto) en Mirjam Bijlenga (directeur Mantelmeeuw, links) gingen de vloer op met twee opvallende borden. Daarop werd gevraagd om hulp bij vrijwilligerswerving en bij de organisatie van het tweejaarlijkse Koren-festival (11 mei 2019). ‘Haak aan bij



Foto: Lucja Domski



Korenfestival Mantelmeeuw' was daar de vraag, en dat leverde heel wat op! Brownies & DownieS, Keurslager Van Kesteren, de Infozuil Woerden, Event Support Holland en Purple Haze Sound & Lights zegden hun medewerking aan het

Korenfestival toe, evenals tuincentrum De Bosrand en de bespelers van het carillon op het Kerkplein. Geluid, catering, promotie en planten op het podium zijn dus voor een groot deel geregeld! De Mantelmeeuw kreeg ook een paar leu-

ke dingen aangeboden voor het jaarlijkse vrijwilligersuitje. Wat dat is, blijft (vooral voor de vrijwilligers) voorlopig nog een verrassing!

## Maand van de Mantelmeeuw-vrijwilliger

Oktober is door De Mantelmeeuw uitgeroepen tot 'Maand van de Mantelmeeuw-vrijwilliger'. Waarom deze maand en waarom specifiek voor De Mantelmeeuw? De herfst is bij uitstek de periode van het jaar waarin mensen gaan nadenken over een zingevende tijdsbesteding. Daarbij komt dat in oktober de Internationale dag van de Palliatieve zorg valt, vaak de opbrengst van de jaarlijkse Mantelmeeuw-collecte wordt bekendgemaakt en aan de Beursvloer van 'Samen voor Woerden' wordt deelgenomen. Meerdere gelegenheden dus om de urgentie van vrijwilligershulp onder de aandacht van een breed publiek te brengen.

### Wervingskaartje

Bij elk van die gelegenheden werd

een nieuw ontworpen wervingskaartje uitgedeeld. Daarop is op een heldere en aansprekende manier uitgelegd wat vrijwilligerswerk bij De Mantelmeeuw voor de vrijwilliger zelf kan betekenen. De tekst kan drempelverlagend werken voor iemand die er misschien in het achterhoofd al wel eens mee bezig was. Die neemt nu wellicht de stap om serieus te onderzoeken of het iets voor hem of haar is. Maar ook kan het kaartje helpen om iemand specifiek aan te spreken. Er wordt daarbij gewezen op de open dag elke maand, de informatiebijeenkomst eind januari en de mogelijkheid van een persoonlijk gesprek. Aan bedrijven op de Beursvloer is gevraagd of ze de kaartjes bij hun personeel onder de aandacht willen brengen. Maar uiteindelijk zal iemand zelf bewust die stap moeten

willen zetten naar dit bijzondere vrijwilligerswerk.

### Netwerk Vrijwilligershulp

De Mantelmeeuw is aangesloten bij het 'Netwerk Vrijwilligershulp voor U' in Woerden. De billboards in en om Woerden met de tekst 'Vrijwilligers voor U!' gelden dus mede als oproep voor vrijwilligers bij De Mantelmeeuw. Er zijn twee boodschappen: 'Vrijwilligers – Fijn dat ze er zijn!' en 'Vrijwilligerswerk – Fijn om te doen!' Het wervingskaartje van De Mantelmeeuw ondersteunt die boodschap. Met het kaartje bij deze nieuwsbrief kunt ook u iemand aanspreken. 'Bent u, of kent u, iemand die geschikt lijkt te zijn vrijwilliger bij De Mantelmeeuw te worden?'

## Mantelmeeuw-vrijwilligersuitje

Onder een stralende zon voeren half september tien fluisterbootjes met vrijwilligers de Nieuwkoopse plassen op, als dank voor hun inzet voor De Mantelmeeuw. In de boten zelf was het niet altijd fluisterstil. In alle saamhorigheid werden veel ervaringen uitgewisseld, ook tijdens de gezamenlijke picknick uit de rijkgevlude picknickmanden. Een gulle gift van de familie van een bewoner zorgde dat het jaarlijkse vrijwilligersuitje weer een feestje werd.



## Mooi resultaat Mantelmeeuw-team Mont Ventoux

Eind augustus bedwong een Mantelmeeuw-team van 33 wandelaars en fietsers de Franse berg Mont Ventoux. Ze deden dat voor de Stichting Mont Ventoux/Groot verzet tegen kanker, én voor hun eigen Mantelmeeuw. Voor beide doelen samen werd uiteindelijk ruim 43.000 euro opgehaald. Een deel daarvan, 20.000 euro, vloeyde terug naar De Mantelmeeuw. Dat was méér dan verwacht, omdat ook andere Mont Ventoux-teams De Mantelmeeuw als extra sponsordoel benoemden.

De Mantelmeeuw gebruikt het geld voor de hoogst noodzakelijke vervanging van de kozijnen van het pand aan de Meeuwenlaan. Met deze 20.000 euro is iets minder dan de helft van het



Bestuurslid Bouke Hummel mocht de cheque van de Stichting Mont Ventoux in ontvangst nemen.

benodigde bedrag nu binnen.

### Saamhorig en emotioneel

Het Mantelmeeuw-team bestond uit heel verschillende mensen, die elkaar, vóór de

trainingssessies startten, vaak niet eens kenden. Eenmaal op de berg ontstond een groot gevoel van saamhorigheid. Deelnemers steunden elkaar moreel, maar ook fysiek hielpen ze elkaar soms zelfs letterlijk het laatste eindje berg op. "Het was een emotionele tocht", zegt Mirjam Bijlenga. "Voor een aantal van ons ook door de persoonlijke herinnering aan dierbaren die we aan kanker verloren. Door ons werk weten we als geen ander hoe belangrijk het is dat er onderzoek wordt gedaan om een ziekte als kanker de wereld uit te helpen. Het voelde goed om met deze inspanning mensen te kunnen steunen: zowel de mensen met kanker die het redden, als de mensen die het helaas niet redden."

# Afscheid

Tekst: Trudy ten Have

Foto: Tineke de Wit

Toos is vandaag na de verzorging zó moe dat ze wil slapen. Ze vraagt of ik haar aan het einde van m'n dienst gedag wil komen zeggen. Dat beloof ik, en tevreden doet ze haar ogen dicht.

Ze slaapt een poosje. Ik werp een blik om de hoek van de kamerdeur en dan slaat ze gauw haar ogen open: "Hee, ik ben wakker, hoor." We drinken een kopje thee.

Toos is blij dat ze haar laatste dagen hier kan doorbrengen. Ze is helemaal niet bang om dood te gaan en is zelfs verbaasd dat ze er nog is. Ze is er helemaal klaar voor, zegt ze. Door het raam ziet ze de volgende vrijwilliger aan komen lopen en haar gezicht betreft een klein beetje; maar zelfs dat beetje... ik zag het toch.

Toos zegt dat ze bijna iedereen aardig vindt, maar dat er af en toe ook wel eens iemand is, waar ze moeite mee heeft.

En dat is ook wel logisch als je bedenkt dat er vier verschillende diensten op een dag zijn, dus minstens vier verschillende vrijwilligers. Daarnaast zijn er nog de mensen van de thuiszorg, de huisarts, soms een dominee of andere geestelijke verzorger én – niet te vergeten – het bezoek. Allicht dat niet iedereen naar je smaak is.

Toos wil weten wanneer ik weer dienst heb, en dat is over een week. Ze denkt echt dat het morgen of overmorgen zoover is, zegt ze. Dan pakt ze m'n hand, legt haar andere hand er overheen en bedankt

me voor de gezellige praatjes. "U ook bedankt", zeg ik, en we kijken elkaar aan. Meer woorden zijn niet nodig. Als ik de kamer verlaat, zwaaien we nog een keer.

Ik vond dat wel apart, dat Toos zo zeker wist dat ze me niet meer zou zien en dat ze me daarom zo bewust gedag wilde zeggen.

Het gedag zeggen van bewoners is een onderwerp om soms even bij stil te staan. Als ik aan het eind van m'n dienst een fijn weekend krijg toegewenst, let ik op dat ik iets anders zeg dan: "Dank u ... hetzelfde...!" En soms roepen bewoners nog even gauw "Tot ziens", en dan volsta ik met een zwaai en een "Daaagh" of "Goeie dag verder!" want ik zeg liever geen "Tot ziens" terug als ik weet dat ik diegene niet meer zal zien.

In elk geval, wat Toos betreft: ze had wél gelijk. Het was een afscheid voor altijd.



## 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.

### 7 en 8 december

Tulbandenverkoop Winterfair

### 5 januari 2019

Open ochtend Meeuwenlaan

### Februari

Vertoning thuiszorgfilmpje bij Annex Cinema

### 2 februari 2019

Open ochtend Meeuwenlaan

### 2 maart

Open ochtend Meeuwenlaan

### 11 - 16 maart

Week van zorg en welzijn, kraam op locatie

### 6 april

Open ochtend Meeuwenlaan

### 11 mei

Korenfestival Kerkplein

vereniging vrienden van  
**De Mantelmeeuw**

### Stichting De Mantelmeeuw

Kantoor: 0348-423784

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

#### Voor meer informatie:

[www.demantelmeeuw.nl](http://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](http://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  
Adriëne Lansbergen  
Janine Peek  
Aagt de Ruijter de Wildt

**Mailadres redactie:** [info@demantelmeeuw.nl](mailto:info@demantelmeeuw.nl)

**Drukwerk en vormgeving:** ABC-service, Montfoort

## HARP

lucht vibreert

klank geeft rust

verlicht mijn hart

golft als de zee

danst als de vlinders

druppelt als tranen

verzacht mijn pijn

vol overgave

trilt mijn binnenste mee

ik durf in het hier en nu te zijn

© Maartje van den Bosch