

Zorgvrijwilligers (informele zorg) kunnen de naaste omgeving ontlasten. De vrijwilliger heeft aandacht en biedt een luisterend oor. Samen met de formele zorgers (beroepszorg) is er een gemeenschappelijk doel: het laatste stuk van iemands leven zo prettig en licht mogelijk maken. Maar hoe organiseer je die zorg?

Zorg door vrijwilligers en 'beroeps': combineren gaat niet vanzelf

Als geen ander weet Marianne Hortensius wat het is om de formele en de informele zorg naast elkaar te organiseren. "Op deze foto", en ze wijst naar een grote familie met in het midden haar vader en moeder, "vierden ze hun 65-jarig huwelijk. Dat was in 2014. Bij mijn vader waren de eerste verschijnselen van dementie merkbaar. Mijn moeder was 92 en wilde hem zelf blijven verzorgen. En ook al had hij een indicatie voor een verpleeghuis, ze wilden allebei thuis blijven wonen."

Zelf op zoek

Er kwam hulp vanuit de *Vierstroom* en Ma-

rienne, die dichtbij woonde en geen baan had, werd min of meer vanzelfsprekend de mantelzorger.

"Het bleek dat de *Vierstroom* niet voldoende zorguren kon leveren en ik ben zelf op zoek gegaan naar een organisatie die meer hulp kon bieden. Zo kwam ik terecht bij *Vierstroom Verpleeg Thuis*, die hulp biedt aan mensen met een verpleeghuisindicatie, die thuis willen blijven wonen. Zij zijn gespecialiseerd in de zorg voor mensen met dementie en zij kwamen vier of vijf keer per dag om te helpen bij het wassen en aankleden. Alleen mijn vaders tanden mochten zij niet poetsen – hij had zijn eigen gebit nog –,

dat mocht ik alleen doen. Ook hielpen ze bij het eten. Op een dag belde de verzorgster dat mijn vader niet uit de badkamer wilde komen. Zij moest weg en of ik wilde komen. Daar sta je dan met een oersterke man die niet van zijn plaats wil. En zo heb ik geleerd om hulp aan burens en vrienden te vragen."

Zwerfdienst

Mijn vader is in januari 2019 overleden en mijn moeder is nu 97 en terminaal, ze heeft een verpleeghuisindicatie. Wij gunnen haar dat ze hier thuis kan blijven wonen. Ze weegt nog maar 46 kg en komt eigenlijk haar bed niet meer uit. Overdag komt *Verpleeg Thuis*, maar die hebben geen nachtdiensten. Door haar indicatie heeft ze nu recht op drie nachten betaalde hulp. Dat koop ik in bij *Pluszorg*. De andere nachten vul ik, samen met een tweede mantelzorger, in. Het is jammer dat er geen 'zwerfdienst' is voor nachtzorg (een *zorgverlener die op afroep even langskomt*), want vaak is

Niet alles kan met vrijwilligers, niet alles hoeft met beroepskrachten

Goede samenwerking tussen 'informele zorg' (zorg door vrijwilligers) en formele zorg (zorg door beroepskrachten) is van groot belang. Informele zorg – zoals zorg door Mantelmeeuw-vrijwilligers – kan vaak al veel bieden en is daarnaast ook nog kosteloos. Waar zorg door vrijwilligers gecombineerd wordt met formele zorg (door professionals) ontstaat een situatie waarin 1 + 1 vaak meer is dan 2. De beroepszorg sluit naadloos aan op de vrijwilligerszorg. Onze zorgverleners zien elkaars waarde, schakelen elkaar over en weer in en leveren zo samen een compleet pakket. Daarmee worden persoonlijke mantelzorgers van mensen in hun laatste levensfase gesteund en 'ontzorgd'. Ook binnen het Cirkelteam Palliatieve Zorg wordt de samenwerking tussen vrijwilligersondersteuning en beroepszorg - cruciaal voor de kwaliteit van de zorg – verder versterkt.



"Trainen voor lange wandelingen: dit helpt!"

Lees interview met Mieke Broens op de achterpagina.

alleen een glaasje water of even aandacht al voldoende.”

Voor de komende maand heeft Marianne de planning al klaar. Een stapeltje papier met per dag per uur ingevuld wie er voor haar moeder komt zorgen. Dat kan de thuiszorg van *Verpleeg Thuis* zijn, de huishoudelijke hulp, de zorgvrijwilliger van De Mantelmeeuw of op zondag een vrijwilliger van de kerk die komt zingen of een stuk uit de bijbel leest.

“Op woensdag komt mijn zus, op vrijdag mijn ene broer en op dinsdagavond komt mijn andere broer die orgel speelt.” Marianne wijst naar het pijporgel dat in het midden van de kamer staat.

“Mijn vader was organist en als mijn broer speelt, geniet mijn moeder intens.”

Mantelzorg beheerst je leven

Nu de vakantietijd aanbreekt en familie

en vrienden veel weg zijn, heeft Marianne meer hulp nodig.

“De nachten dat ik hier slaap, rust ik niet uit. Ik merk dat het me op gaat breken. Nu heb ik een nieuwe organisatie gevonden: *UWassistent*. Zij zijn goedkoper dan *Pluszorg*.”

Mariannes moeder die in het bed voor het raam lag te slapen, wordt wakker. Marianne buigt zich over haar heen. Ze wil weten wie die vreemde mevrouw is en Marianne vraagt of ik haar wil begroeten. Twee heldere ogen kijken mij aan.

“Ze is zo lief, die Marianne”, zegt ze als haar dochter naar de keuken loopt. En met nog meer nadruk: “Ze is mijn Marianne en ze is zo lief”. Marianne brengt haar een glas water, met een rietje. Ze krijgt een intense lach van haar moeder als dank.

“Mantelzorg is beheerst je leven”, zegt Marianne. “De band met je familie en je



Mariannes ouders in betere tijden

vrienden wordt onder druk gezet. Ik wil er ook zijn voor mijn echtgenoot en mijn kleinkinderen. Samen hebben we er zes, en drie dagen per week komt één van hen bij ons. Dan moet ik wel uitgerust zijn. Misschien moet ik nog meer betaalde hulp in gaan schakelen, want koste wat het kost zal ik voorkomen dat mijn moeder naar een verpleeghuis moet.”

Interview en foto: Aagt de Ruijter de Wildt

Week tegen Eenzaamheid

Met aandacht omzien naar elkaar is belangrijk in het voorkomen van eenzaamheid.

Onder het motto ‘Eén tegen Eenzaamheid’ wordt van 1 t/m 8 oktober landelijk een week georganiseerd om heel bewust aandacht te vragen voor eenzaamheid. Uiteraard is de actieweek bedoeld om mensen te stimuleren niet alleen begin oktober, maar het hele jaar door eenzame mensen met warmte en aandacht te ondersteunen.

Extra aandacht voor mensen die in onze drukke maatschappij eenzaam zijn, blijft hard nodig, zeker na het verlies van een dierbare. Daarom steunt De Mantelmeeuw de Week tegen Eenzaamheid.

Niet alleen tijdens zo’n week, maar het

hele jaar door helpt De Mantelmeeuw om eenzaamheid te voorkomen. We doen dat onder meer door contact te houden met naasten tijdens het proces van afscheid nemen, maar ook daarna. Tijdens de maandelijkse inloop-koffieochtenden en in persoonlijke contacten wordt een helpende hand en een luisterend oor geboden. Gewoon van mens tot mens blijven verlies en eenzaamheid bespreekbaar.



25.000 euro van Lionsclub Woerden voor nieuwe kozijnen

Maar liefst 25.000 euro kreeg De Mantelmeeuw van Lionsclub Woerden voor de noodzakelijke vervanging van kozijnen en ramen in het hospice aan de Meeuwenlaan. De Lions organiseerden dit jaar van alles om geld bij elkaar te krijgen. Zo verkochten ze boterletters, wijnpakketten en planten op de Plantjesmarkt voor Moederdag. Ook was er een benefietdiner met een spectaculaire veiling. Driekwart van het geld dat de Lions dit jaar bijeenbrachten, was bestemd voor het bekostigen van

Wouter Verboon overhandigde Mantelmeeuw-directeur Mirjam Bijlenga een cheque van 25.000 euro. (foto: Woerdense Courant)

hun jaardoel, kozijnen en ramen voor De Mantelmeeuw. De resterende 25% van de Lions-gelden gaat naar andere lokale en (inter)nationale goede doelen.

“Geld voor nieuwe kozijnen bij De

Mantelmeeuw: dat doel paste naadloos



AANDACHT

aandacht zit in kleine dingen

kiest voor elk een eigen taal

lieftst onaangekondigd

en vooral niet teatraal

aandacht is met een glimlach

iemand in de ogen kijken

zonder woorden spreken

maar de dag verrijken

aandacht is de deur wijd opengooien

voor wie bij jou wil schuilen

een warme schouder bieden

om eens flink op uit te huilen

aandacht is een luisterend oor

en geen lastige vragen stellen

pak wat vaker de telefoon

maar durf ook eens aan te bellen

een lange dag alleen

duurt vaak een eeuwigheid

zo af en toe wat aandacht geven

bestrijdt de eenzaamheid

© Maartje van den Bosch

bij onze doelstellingen. En het paste zelfs bij ‘Samen kijken’, ons jaarthema”, zegt Wouter Verboon. Verboon, huisarts in Woerden, is de net afgetreden jaarpresident 2018/2019 van Lions Woerden. Hij kreeg bij zijn Lionsclub-leden de handen al snel op elkaar voor dit hele concrete jaardoel.

Hospice- en thuiszorg: mooi dat mensen dat doen!

Beroepsmatig brengt Verboon regelmatig terminale patiënten en hun naasten met De Mantelmeeuw in contact. “Voor partners en mantelzorgers is de behoefte aan zorg voor een stervende vaak zo groot, dat ze het niet alleen aankunnen. Hospicezorg of thuiszorg door de Mantelmeeuw-vrijwilligers is dan een uitkomst. Als ik er ben (als huisarts komt Verboon ook zelf



Met nieuwe kozijnen en ramen kan het Mantelmeeuw-pand er weer even tegen.

bij patiënten in De Mantelmeeuw) voel ik de goede sfeer. En zie ik hoe bevolgen en gemotiveerd de vrijwilligers er werken. Mooi dat mensen dat doen!” Aan de nieuwe kozijnen is ook bijgedragen

door het Rabo Dichtbijfonds, de Sint Franciscus Stichting en de Mont Ventoux-actie van het Mantelmeeuw-team, vorig jaar. De kozijnen en ramen zijn intussen geplaatst.



Mantelmeeuw op Uitvaartmarkt

In juni werd op de begraafplaats aan de Meeuwenlaan voor het eerst een Uitvaartmarkt gehouden. Op de zonovergoten begraafplaats stond alles rondom de laatste fase van het leven op een eigentijdse wijze in het licht. Naast de notaris, uitvaartverzorgers, bloemisten en fotografen was ook De Mantelmeeuw vertegenwoordigd met een kraam. Doel was bezoekers van de Uitvaartmarkt een beeld te geven van de zorgmogelijkheden (in het hospice en bij mensen thuis) van De Mantelmeeuw. PR-vrijwilligers Dike Verwey (links) en Margriet Sijm konden veel gerichte vragen van bezoekers beantwoorden.

Lustrum-Korenfestival Mantelmeeuw druk bezocht

In een winters aandoend zonnetje genoten honderden bezoekers uit Woerden en wijde omgeving zichtbaar van de muzikale variatie tijdens het Mantelmeeuw-Korenfestival in april. Zeven zangkoren uit het Groene Hart brachten gedurende de dag een heel afwisselend repertoire ten gehore, van wereldmuziek tot stoere zeemansliederen, van pop en musicalliedjes tot gevoelige ballads. Samen vulden ze het grote podium van dit vijfde Mantelmeeuw-Korenfestival. Met banken en tafels was een knus Mantelmeeuw-terras ingericht, dat eigenlijk te klein bleek voor de drukte.

Blij met Mantelmeeuw

Burgemeester Molkenboer van Woerden, die het festival opende, is blij met De Mantelmeeuw in Woerden. Hij sprak zijn waardering uit voor het hospice, de

vrijwilligers en de thuiszorg. De reacties van de bezoekers op het Kerkplein, de koren (zeker ook het enthousiaste kindermusicalkoor!) en de persoonlijke gesprekken onderstreepten de grote betrokkenheid van de Woerdense gemeenschap bij De Mantelmeeuw. Koor Bravour sloot de dag af met muziek die de Kerkplein-bezoekers tot een spontane polonaise aanzette.

Nieuwe donateurs

De Mantelmeeuw is voor de financiering van haar werkzaamheden afhankelijk van vrijwilligers, donaties en sponsoring. Mensen van De Mantelmeeuw en van JCI Het Groene Hart liepen over het Kerkplein om in persoonlijke gesprekjes aandacht te vragen voor het hospice. Maar liefst dertig nieuwe donateurs meldden zich ter plekke aan als vriend van De Mantelmeeuw. Ook

werd met een aantal potentiële vrijwilligers contact gelegd. Ondernemers en instellingen in Woerden hebben er met royale hulp voor gezorgd dat De Mantelmeeuw dit Korenfestival voor de vijfde keer in haar bestaan kon organiseren.



Kindermusicalkoor van Het Klooster bracht met het enthousiast uitgevoerde ‘Opzij opzij opzij’ sfeer op het Kerkplein (foto: Erik Veerman)

“Ik kies een wijk met veel trappen”

Mieke Broens is een welbekend gezicht in Linschoten. Zij is een van de collectanten die ieder jaar voor stichting De Mantelmeeuw aanbelt en vraagt om een gift. In een vraaggesprek met haar legt ze uit om welke redenen ze collecteert en dat zijn er nogal wat.

Zo geeft ze allereerst aan dat ze het belangrijk vindt: “Hospices zijn heel mooie instellingen. Mijn zus heeft haar laatste dagen in Etten-Leur in het hospice aldaar mogen verblijven. Ik heb daar mooie herinneringen aan. Ik draag daarom graag mijn steentje bij.”

Linschoten is een dorp waar veel mensen elkaar kennen. Ons-kent-ons geldt daar nog, en Mieke kent veel mensen. Het valt haar op dat de collectebus van De Mantelmeeuw bijna nooit wordt overgeslagen. Zij kan het weten want Mieke collecteert voor meer goede doelen. “Als ik aanbel en zeg dat ik voor De Mantelmeeuw kom, dan kennen alle mensen het hospice. Het is een lokale instelling en uit de reacties kan ik merken dat ook de inwoners van Linschoten het hospice een warm hart toedragen. Dat zie je terug in de opbrengst.”

Ze houdt zich bij het collecteren aan één vuistregel: alles wat mensen geven wordt met waardering ontvangen. Dat geldt ook voor kritiek of commentaar en ook voor de wens om niets te doneren.

Mieke houdt van collecteren en somt de voordelen ervan op. “Je wandelt buiten en dat is goed voor de gezondheid. Vaak kies ik een wijk met veel trappen. Zo train ik voor langere wandelingen met mijn wandelclubje.”

Ook collectant worden?

Wilt u ook collecteren? De Mantelmeeuw is dringend op zoek naar nieuwe collectanten, met name in de Bomen- en Bloemenwijk, Waterrijk en Woerden-centrum. Heeft u zelf tussen 26 en 31 augustus aan paar uurtjes over? Of kent u zo iemand? We zouden er héél blij mee zijn!

Collecteren voor De Mantelmeeuw helpt ons niet alleen aan geld voor onze exploitatie, maar draagt ook bij aan onze bekendheid en verlaagt de drempel om van onze diensten gebruik te maken.

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



De moderne tijd heeft ook zo zijn invloed op het collecteren. Senioren hebben vaak nog contant geld in huis. Dat geldt niet altijd voor de jongere garde. Daarom kan er bij sommige collectes al gepind worden. Dat heeft invloed op het karakter van het collecteren met een bus waarin het kleingeld wordt gestopt. Kinderen vinden

dat vaak het leukste onderdeel. Bij pinnen valt die romantiek een beetje weg. Mieke sluit af met een tip voor wie ook wil collecteren: “Doe het omdat je het zelf leuk vindt. Je ontmoet veel mensen en komt in beweging. Mooi toch?”

Tekst: Janine Peek

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
Adriëne Lansbergen
Janine Peek
Aagt de Ruijter de Wildt

Mailadres redactie: info@demantelmeeuw.nl

Drukwerk en vormgeving: ABC-service, Montfoort

Activiteiten

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.

26 t/m 31 augustus
Collecteweek Mantelmeeuw

7 september
Open ochtend Mantelmeeuw

7 september
Kraam op Septembermarkt met diaconieën Harmelen

23 september
Bezoek Japanse delegatie Ouderenzorg

Oktober
Maand van de Vrijwilliger

Oktober
Vertoning thuiszorgfilmje in bioscoop Annex

5 oktober
Open ochtend Mantelmeeuw

9 november
Open ochtend Mantelmeeuw

7 december
Open ochtend Mantelmeeuw

vereniging vrienden van
De Mantelmeeuw