



## **Angelique Spijkstra over De Mantelmeeuw: Als dáár ooit een vacature komt...**

### **De nieuwe coördinator heet Angelique.**

*Angelique Spijkstra kwam regelmatig in het hospice aan de Meeuwenlaan om als gespecialiseerd verpleegkundige, zorg aan de bewoners te verlenen.*

*"Ik heb heel wat hospices gezien, maar nergens heb ik zoveel gastvrijheid ervaren. Als dáár ooit een vacature komt, dacht ik...*

*Toen ik in de krant las dat er een coördinator gezocht werd – liefst met verpleegkundige achtergrond - had ik direct het gevoel: die baan is voor mij."*

#### **Grote schoenen**

Hoewel het sollicitatieteam Angelique al een beetje kende, moest zij gewoon de hele procedure doorlopen. Dat zij gekozen werd verbaasde niemand, maar was voor Angelique zelf niet vanzelfsprekend. "Ik zou de opvolger worden van Helmy Smit, iemand van wie je zegt: daar staat iemand! Zij was vanaf het begin betrokken bij De Mantelmeeuw en ik realiseerde me dat ik wel hele grote schoenen had te vullen! Kon ik dat wel? Ik besloot gewoon mezelf te zijn en gaf de boodschap: spreek mij maar aan als het anders moet."

#### **En toen kwam corona**

"1 Februari 2020 ben ik in dienst gekomen, waarbij ik een maand met Helmy samen kon werken. Eén tip van haar zal ik nooit vergeten: sta tussen de vrijwilligers en niet erboven. Het werd een gekke start, met onze directeur die gedeeltelijk thuis zat met een gebroken schouder en kort daarop de corona-uitbraak.

Ineens moesten we zo min mogelijk samen op kantoor zijn, terwijl er grote besluiten genomen moesten worden, zoals rond het bezoek in het hospice. Helemaal geen bezoek was nooit een optie, maar de bewegingen in huis moesten beperkt worden en allerhande praktische zaken vroegen onze aandacht: het plaatsen van alcoholpompjes, de aanschaf van mondklappers voor de vrijwilligers en er moest meer schoongemaakt worden in huis. Wilden onze vrijwilligers nog wel komen, de anderhalvemetermaatregel moest ingevoerd, ook bij het bezoek. Wie ging daar op toezien? En wat als een bewoner corona zou hebben? Wij hebben geen extra ruimte waar de zorgverlener de beschermende kleding aan kan trekken. Op de gang kan ook niet. Zoveel

zaken om over na te denken ineens." Bijzonder is volgens Angelique, dat ondanks de grotere druk, de sfeer onder de vrijwilligers goed blijft. "We hebben de afspraak dat iemand met klachten thuis blijft, zelfs bij lichte klachten. We vinden een oplossing, ook als je 's morgens vroeg belt dat je die dag geen dienst kan doen. Het is mooi om te zien dat er ook nu nieuwe vrijwilligers instromen. In maart startten we met tien nieuwe mensen, maar door de lockdown moesten we de cursus stoppen. Ondanks de lange onderbreking hebben ze alle tien, vol enthousiasme, in september de draad weer opgepakt. De cursusdagen zijn extern gehouden omdat ons tuinhuis te klein is met de anderhalvemeterregel.

***"Als je gezond bent heb je honderd wensen,  
als je ziek wordt heb je er maar één"***

Voor mij was dit de eerste keer dat ik als coördinator meedeed. Heel erg boeiend en een goede manier om de nieuwe collega's te leren kennen. Daarnaast heb ik een training gevolgd voor beginnend coördinatoren. Hoe leuk was het om ook daar les te krijgen van Gabriëlle Konings!"

### Valkuil

Medisch gezien is Angélique een zwaargewicht. Ze heeft jarenlang als IC-verpleegkundige en docent gewerkt en is later bij ZorgBrug gekomen, een organisatie die door artsen ingeschakeld wordt als er specialistische verpleegkundige zorg nodig is

bij patiënten thuis.

"Ook daar was lesgeven een onderdeel van mijn werk", vertelt Angélique.

"Mijn valkuil is echter, dat ik te goed weet hoe je, medisch gezien, de beste zorg aan een bewoner kan geven. Maar het is niet mijn taak als coördinator om me daar teveel mee te bemoeien." Even een verontschuldigende glimlach. "Wat niet wil zeggen dat ik niet alert blijf."

Door haar werk op de IC en bij ZorgBrug heeft Angélique geleerd om rust in haar werk te brengen.

"Hoe groter de hectiek om mij heen, hoe rustiger ik word. Ook op dat punt kan ik

goed samenwerken met Caroline. We hebben vakinhoudelijk een verschillende achtergrond, maar vullen elkaar goed aan. Ik merk dat het coördinatieteam niet alleen goed voor de bewoners zorgt, maar ook zeker voor mij als nieuwe collega.

Nog steeds vind ik het een voorrecht om in de laatste periode van iemands leven, zó dichtbij te mogen zijn. Dit werk helpt me ook te relativeren, want als je gezond bent heb je honderd wensen, maar als je ziek wordt heb je maar één!"

*Interview: Aagt de Ruijter de Wildt*

## Mantelmeeuw – Uit de kunst! Geslaagde expositie-tweedaagse

"Zestien deelnemers met een grote diversiteit, maar met een gezamenlijke kwaliteit om in deze maatschappij mooie dingen te doen en mooie dingen te maken." Met die woorden opende Kunstkring Woerden-voorzitter Theo Aarsen begin oktober onze heel bijzondere expositie. Vrijwilligers van De Mantelmeeuw zijn in hun normale vrijwilligerswerk vooral bezig met de zorg voor mensen in de laatste fase van hun leven. Maar daarnaast is een aantal van hen ook heel kunstzinnig en creatief. In een geslaagde tweedaagse expositie bij de Kunstkring Woerden lieten zij zien wat ze nog meer aan moois te bieden hebben.



*Kunstkring-voorzitter Theo Aarsen opende Mantelmeeuw – Uit de kunst! (foto Trudy ten Have)*

"Taalkunst en beeldende kunst versterken elkaar. Maar in deze expositie en in jullie vrijwilligerswerk versterken jullie elkaar!", zei Aarsen daarover. In zijn openingspeech besteedde hij aan elk van de exposanten heel persoonlijk aandacht. Bij de Kunstkring waren olieverfschilderijen, acrylschilderijen, etsen, foto's, zilversmeedwerk, beeldjes en ander driedimensionaal werk te zien. Een deel van het werk was ook te koop. Dat gold in het bijzonder voor het foto- en poëzieboek dat Maartje van den Bosch samen met de (intussen overleden) fotograaf John Verbruggen maakte (zie Nieuwsbrief augustus). Ook het boekje Laatste Zwaai, met ontroerende hospice-columns van onze vaste columnist Trudy ten Have, werd bij de Kunstkring verkocht.

### Corona-alternatief voor Open Dag

Door de coronaperikelen moest De Mantelmeeuw besluiten de vijfjaarlijkse Open Dag te laten vervallen. Dit jaar had dat eigenlijk een extra feestelijke dag moeten worden, in verband met het twintigjarig jubileum. De korte kunstexpositie onder de

titel Mantelmeeuw – Uit de kunst! bleek een mooi corona-alternatief. De 'coronaproof' ingerichte expositie-tweedaagse van de Mantelmeeuw-vrijwilligers werd beide dagen – binnen de grenzen van de coronabeperkingen – goed bezocht. Enkele honderden bezoekers genoten – in groepjes van maximaal 12 personen – van alle verrassende kunstuitingen.



*Mondkapjes op, en in kleine groepjes genieten (foto Mirjam Bijlenga)*

Ook in het hospice aan de Meeuwenlaan is kunst belangrijk. Over wat er aan kunst staat of aan de muren hangt wordt goed nagedacht: het moet kunst zijn waarbij mensen zich thuis voelen.

## Hoe zit het met het Logeerhuis?

Het gaat goed met het Logeerhuis Bredius! U heeft daar misschien in de kranten of bij lokale radiozender RPL Woerden over gelezen of gehoord. Nu men langer thuis woont en een opname in bijv. een verpleeghuis niet meer vanzelfsprekend is en er meer van mantelzorgers gevraagd wordt, is een logeerhuis een mooie extra voorziening. Terwijl degene die extra zorg

nodig heeft er een weekje logeert, vindt de mantelzorger weer eens tijd voor zichzelf. Voor beide partijen is dat vaak heel welkom!

Mensen vragen zich vaak af wat de relatie is tussen het Logeerhuis en De Mantelmeeuw. Die relatie is er, maar zit 'm vooral in kennisuitwisseling en administratieve ondersteuning.

### Nauwe samenwerking

Mantelmeeuw-directeure Mirjam Bijlenga is een van de initiatiefnemers van het Logeerhuis. Zij heeft eerst behoefte en haalbaarheid van een logeerhuis onderzocht. Daarna is het idee ondergebracht bij een zelfstandige stichting. Deze Stichting Logeerhuis Bredius heeft een eigen bestuur.

Bijlenga is aangesteld als projectleider voor het Logeerhuis. “We hebben bij De Mantelmeeuw veel expertise in huis als het gaat om het organiseren van tijdelijk verblijf, zoals in ons hospice, en we hebben ook volop ervaring met de inzet van vrijwilligers. Al deze kennis is bruikbaar in dit project”, zegt ze. “Ook onze coördinatoren denken vanuit hun specifieke kennis op een aantal onderdelen mee.”

Omdat er in de aanloopfase nog geen eigen kantoor of kantooradres is, lopen een paar ondersteunende taken voorlopig via de Mantelmeeuw. “Er is dus sprake van nauwe samenwerking in deze opstartfase. Mogelijk gaan het Logeerhuis en De Mantelmeeuw ook in de toekomst op meer terreinen samenwerken en gebruik maken van elkaars mogelijkheden.”

### Bekende doelgroep

“Die nauwe samenwerking heeft alles te maken met de doelgroep, die we vanuit het hospice maar al te goed kennen”, legt Mirjam Bijlenga uit. “Als mensen in de laatste periode van hun leven komen, weten we, dan hebben ze in de maanden of zelfs jaren

daaraan voorafgaand vaak al veel mantelzorg gehad. In die periode is er nog geen plek waar iemand met bijvoorbeeld een chronische ziekte als Alzheimer of Parkinson, tijdelijk kan logeren. Terwijl het hard nodig is dat de mantelzorger nieuwe energie kan opdoen. Het logeerhuis bedient dus vaak dezelfde groep mensen als De Mantelmeeuw, maar in een eerdere periode. Later, als het einde wel dichterbij komt, kan men aankloppen bij het hospice of de terminale thuiszorg. Zo sluit de ondersteuning op elkaar aan en kan men in elke fase ergens terecht.”

### Vrijwilligers gezocht

Het Logeerhuis is een zelfstandige organisatie, met twee eigen coördinatoren en een groep eigen vrijwilligers. Bijlenga: “We denken ook dat het type vrijwilligerswerk anders is: minder zorg en meer welzijn. Dat is meteen het voornaamste verschil tussen De Mantelmeeuw en het logeerhuis. De sfeer in het Logeerhuis zal heel anders zijn. Daar gaat het straks juist om ‘ bezig zijn’, om alles doen wat nog kan. Bewoners worden er gestimuleerd om deel te nemen aan allerlei activiteiten die worden

georganiseerd. Het draait er om gezelligheid, om samen in de huiskamer de maaltijd te gebruiken, om op stap te gaan met elkaar. Die ‘levendigheid’ is ook het uitgangspunt. Het moet voelen als een vakantieplek voor de logés. Dat betekent dat er ook van de vrijwilliger straks iets anders wordt verwacht. Vrijwilligers die zich willen aanmelden zijn van harte welkom. Kijk op de site van het Logeerhuis om te zien naar wie wij op zoek zijn.”

Op [www.logeerhuisbredius.nl](http://www.logeerhuisbredius.nl) staat een kleurig animatiefilmpje, dat laat zien hoe het Logeerhuis er straks uitziet. En uiteraard staat de crowdfunding-actie nog open, want helaas is nog niet al het geld binnen dat nodig is voor de dagelijkse exploitatie.



Een beeld uit het animatiefilmpje dat nu op de site staat.

## De coronamaatregelen op een rijtje

Alles lijkt anders, in deze soms ingewikkelde tijd. Hoe zit het bij De Mantelmeeuw met de coronamaatregelen?

Miriam Bijlenga: “Normaal kennen wij geen bezoeksregeling, nu moesten we de regels aanpassen. Eerst was het twee bezoekers per dag per bewoner. Nu rekenen we in termen van ‘een huishouden’ en passen daarop de regels aan. Zo min mogelijk mensen om zo goed mogelijk de anderhalvemeterregel te kunnen handhaven. Indien deze afstand in de dagelijkse zorg niet mogelijk is, zijn er regels over het dragen van handschoenen en mondklappers. Er gelden ook regels rond het handen wassen en het extra schoonhouden van het huis. We vragen de vrijwilligers om



inmiddels een vertrouwd beeld: alcohol, handschoenen, mondklappers (foto Trudy ten Have)

daar goed op te letten. We begrijpen dat dit alles wel eens op weerstand stuit.”

### Wilden de vrijwilligers nog wel komen?

“Doe wat voor jou goed voelt, is onze beleidslijn, en respecteer elkaar in je keuzes. Veel van onze vrijwilligers zijn al wat ouder, dan botst dat soms met het thuisfront: ‘ik mag mijn moeder niet zien, maar zij gaat wel als vrijwilliger in het hospice werken.’ Het inroosteren vraagt ook meer nu er af en toe uitvallers zijn. De inzet om er met elkaar te zijn is echter groot.”

### Besmet, wat nu?

Het hospice verleent alleen palliatieve zorg aan patiënten zonder corona. “Soms zal een test aangevraagd worden en is deze positief, dan helpen wij bij het verwijzen naar een corona-unit. Die zijn er gelukkig steeds meer. Is er bij een bewoner twijfel, dan zal door de huisarts een test aangevraagd worden, waarbij indien nodig overplaatsing geregeld moet worden. We zullen er alles aan doen om ook in de huidige tijd het afscheidproces zo goed mogelijk vorm te geven, waarbij we nog steeds een warme huiselijke omgeving bieden.”

## Geen symposium dit jaar, maar ‘Wordt vervolgd’

Het zag er allemaal zo goed uit met het bijzondere symposium dat De Mantelmeeuw dit jaar op 14 november zou organiseren.

Om het twintigjarige jubileum te vieren werd een mooi evenement voorbereid rondom ‘Veerkracht en de zin van het leven’. Met twee optredens van formaat: een live-interview met Fokke Obbema, schrijver van het boek *De zin van het leven*, en een optreden van Wendy Hoogendijk, die in haar programma *Radiostilte* laat zien waar persoonlijke veerkracht je kan brengen.

Corona gooide ook hier roet in het eten. Aanvankelijk zou er in Annex Cinema plaats zijn voor een paar honderd bezoekers. Door de coronabeperkingen werden dat er steeds minder. De Mantelmeeuw-organisatoren vonden het uiteindelijk onverantwoord om het evenement door te laten gaan.

We gaan er (veerkrachtig) van uit dat we ons symposium volgend jaar écht kunnen organiseren. Uiteraard houden we u op de hoogte!

# Nieuwe opname

Tekst: Trudy ten Have

De tafel in de huiskamer ziet er een beetje uit als een stilleven na een papieren tsunami. In een flits zie ik corona-instructies, gele memo's met aantekeningen, een bedankaart, een stapeltje bonbon-papiertjes, en meer. En in de volgende flits bedenk ik me dat de nieuwe bewoner rond het eet-spitsuur zou arriveren. Het rommelige valt me op, want het is meestal netjes en overzichtelijk in de huiskamer, óók tijdens spitsuren.

Mijn collega haast zich de huiskamer in met haar haren door de war, de mouwen slordig omhoog gestroopt. Twee vuurrode wangen piepen boven haar mondmasker uit. Daarboven zie ik beslagen brillenglazen. Samen vinden we rust voor de overdracht. Die rust is ook echt wel nodig: voor mijn collega zodat ze kan omschakelen voor haar vertrek naar huis; voor mij zodat ik op de hoogte ben van 'wie, wat en waar'.



Na een klein uur zie ik de dochters van de nieuwe bewoner. Ze kijken onwennig om zich heen, of misschien wel zoekend. Alsof er tal van vragen in hun hoofd rondtollen. Ik zie vermoeide blikken, of is het verdriet? Ik vraag hen hoe de aankomst is verlopen. De ene zus zegt dat ze zich wat schuldig voelt, want het lijkt nu opeens beter te gaan met haar vader en hij reageert bozig. Hij wil hier niet zijn. "Is het niet te vroeg om hem hier te brengen? Wat doen we hem nu aan? Gaan jullie wel regelmatig bij hem kijken? Hoe werkt dat hier met de was, en de koelkast?" De andere zus wil graag wat biertjes in die koelkast kwijt. Haar vader houdt zo van dat 'gouden genot'. Of hij er een op z'n vaste tijd kan krijgen straks. Dat kan. Natuurlijk kan dat!

We gaan er bij zitten. Gelukkig is de tsunami-tafel nu gezellig leeg. Dat geeft rust: rust in de ruimte en rust in ons hoofd. Met verse koffie en een doosje gekregen bonbons binnen handbereik nemen we de tijd. Twee bleke, bezorgde gezichten met net opgedroogde tranen kijken me aan. Ik geef

de zussen antwoord op een paar van hun meest dringende vragen. Hun opgetrokken schouders verdwijnen. Ik erken dat het echt niet niks is om je vader over onze drempel heen te begeleiden. En ik verzeker ze dat hij bij ons in goede handen is. Ook vertel ik de zussen iets over 'zelfzorg': in deze moeilijke tijd is het belangrijk om op de been te blijven. Daarom moet je niet alleen voor de ander zorgen, maar ook voor jezelf. Even ontspannen. Even van omgeving wisselen. Een frisse neus halen. Zelfzorg. Dat onderwerp is nieuw voor mijn tafelgasten en het trekt hen wel aan, hoor ik. Al snel bedenken ze dat ze vanavond samen gaan 'bankhangen' voor de tv!

Ik wijs de meiden de achterdeur. Hier kunnen ze voortaan gewoon naar binnen. "Alsof je thuis bent". Daar gaan ze: hoofden omhoog, schouders omlaag en stevig gearmd. Dat komt wel goed met die twee. Zo, en dan vind ik het wel tijd om kennis te maken met hun vader en om de vaste tijd van zijn biertje uit te vinden!

## 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  
Adriënne Lansbergen  
Janine Peek  
Aagt de Ruijter de Wildt

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

Drukwerk en vormgeving: ABC-service, Montfoort



## WINTERS

besuikerde pluimen  
kraken langs  
bevroren sloten  
riet buigt  
breekt niet

kantgekloste takken  
waken  
over winterslaap

gevelde bomen  
pasklaar in de sloot  
wachten op de haard

het riet buigt  
en veert op  
buigt en veert op

veerkrachtige belofte  
voor een nieuw jaar

© Maartje van den Bosch

## "Houd uw lichtje brandend"

is onze kerstwens aan allen die in deze verwarrende tijden het werk van De Mantelmeeuw mogelijk maken.

## Activiteiten

### Open Huis

Normaal staat de deur van Meeuwenlaan 14 elke 1e zaterdag van de maand open. Maar om het aantal bewegingen rondom het hospice te beperken gaan de Open ochtenden op dit moment nog niet door. Zie onze website voor actuele informatie.

Wilt u toch graag een keer langskomen? Of wilt u informatie over zorgmogelijkheden bij u thuis of in het hospice, of over het werk van onze vrijwilligers? Neem dan contact op voor een afspraak met een van de coördinatoren via 0348-423784.



vereniging vrienden van  
**De Mantelmeeuw**