



Arie Langerak: “De rust die je naasten geeft, ervaar ik ook zelf. In de nacht heb je geen geluiden, geen afleiding.”

Vrijwilligers in gesprek over nachtzorg. V.l.n.r. Arie Langerak, Greet Zwetsloot en Margriet Hoogeveen. Foto: Els Sluijs

De sfeer van de nacht, die maakt dit werk extra bijzonder!

“Dat er juist een nachtvrijwilliger naast het bed zit in iemands laatste dagen lijkt misschien vreemd, maar familie is vaak heel moe doordat zij al heel lang bezig zijn met het afscheidproces. En er komt nog veel op hen af na een overlijden. Het mooiste zou zijn als de Mantelmeeuw eerder wordt ingeschakeld om de familie te ontlasten. Dan houden naasten meer energie over om juist wél in die laatste dagen zelf te waken als ze dit zouden willen”, zegt Margriet Hoogeveen.

Nooit helemaal alleen

Margriet Hoogeveen, elf jaar vrijwilliger, vindt het nachtwaken prachtig werk. “Het voelt misschien alsof je alleen bent met degene die ziek is, maar je bent niet aan je lot overgelaten. Ik weet wie ik kan bellen, familie of thuiszorg, als de patiënt instabiel is. Immers, het gaat om iemands laatste dagen en dan wil je dat diegene zo comfortabel mogelijk is. Het is fijn dat je eerst in het hospice ervaring kan opdoen. Je leert daar waar je op moet letten en je weet meer over het geven van medicatie. En vind je het toch spannend om meteen alleen een nachtdienst te doen? Dan is het misschien een idee om eerst een paar diensten samen te doen met een ervaren nachtvrijwilliger. Dan lukt het zeker om

vertrouwen te voelen en uit te stralen. Het is wel belangrijk dat je goed wakker kunt blijven, juist als je niets voor de patiënt hoeft te doen en rustig een boek kunt lezen.” Ze zegt lachend: “Dus van tevoren drink ik flink koffie.”

Rust in de nacht

Nog zo’n ervaren vrijwilliger (al bijna tien jaar) is Greet Zwetsloot. Zij ervaart de nacht vooral als een moment waarop je alle aandacht aan iemand kan geven. “Soms wordt de nacht als angstig ervaren en dan vinden mensen het fijn dat jij er bent. Een luisterend oor kan al zo belangrijk zijn. En tenslotte zit ik dan, als iedereen slaapt, alleen bij een klein lichtje, gefocust op de patiënt. Die is

soms aanspreekbaar, soms diep slapend. Ik luister en observeer, en waarschuw de familie zodra er een verandering optreedt. Dit alles geeft de nachtinzet voor mij veel waarde.”

Bij een aanvraag voor ondersteuning in de nacht doet de coördinator van De Mantelmeeuw altijd een intake en koppelt een vrijwilliger waarmee men een klik verwacht.

“Je merkt dat er veel vertrouwen is in deze professionals, want het blijft bijzonder, zoals je toegelaten wordt in iemands privé-situatie.”

Levensritme aangepast

“Ik voel altijd een gezonde spanning als ik aanbel. Welke situatie bevindt zich achter die deur?” Arie Langerak is vijf jaar vrijwilliger bij Stichting de Mantelmeeuw. Hij is sindsdien één van de mensen die zich vaak ‘s nachts inzet. In het hospice en bij mensen thuis. “Het blijft bijzonder dat mensen je soms al binnen een kwartier het vertrouwen geven te waken over hun naasten, om de volgende ochtend te melden dat ze eindelijk weer

Nachtvrijwilligers welkom

Thuiszorg door vrijwilligers van De Mantelmeeuw beperkt zich niet tot dagdiensten. Ook ‘s nachts kunnen vrijwilligers bij terminale mensen thuis waken. De verwachting is dat steeds vaker een beroep op hen zal worden gedaan. Het is belangrijk dat er ook in de toekomst voldoende nachtvrijwilligers zijn. Breng het eens ter sprake in uw omgeving!

Meer informatie of een kennismakingsgesprek? info@demantelmeeuw.nl

eens een nacht heerlijk hebben geslapen. Daar doe je het voor! De rust die je naasten geeft, ervaar ik ook zelf. In de nacht zijn er geen geluiden en afleiding. Soms begint iemand juist heel veel te vertellen en anders vul ik de stilte met lezen of puzzelen. Ik pas mijn levensritme op de nachtdiensten aan. Ook als er een

acute melding komt in de avond, pak ik mijn puzzelboekje en leesvoer en ik ga.” Voor familie kan het belangrijk zijn dat ze gewekt worden wanneer hun naaste achteruit gaat.

“Ik herinner me nog goed dat ik familie op tijd waarschuwde in de buurt te blijven, in plaats van te gaan slapen. Ik zag dat

meneer ineens hard achteruit ging. Zijn vrouw omhelsde me na afloop, omdat ze blij was erbij te zijn geweest. Het raakt me nog als ik eraan terugdenk.”

Tekst: Mirjam Bijlenga en Maartje van den Bosch

Omwonenden geplande nieuwbouw denken mee

Het akkoord van de gemeenteraad op de voorgenomen planwijziging voor het nieuwbouwperceel van het hospice aan de H.G. Van Kempensingel ligt er. Voor planologen, stedenbouwkundigen en de architect het sein om van start te gaan met de invulling op de tekentafel. Ze namen de huidige bewoners van de H.G. van Kempensingel en vertegenwoordigers van omliggende organisaties op 14 maart mee in een vervolgbijeenkomst met de ideeën over het beeldkwaliteitsplan (hoe past het gebouw straks in de omgeving), de juridische kant van de planwijziging (van woningbouw naar maatschappelijke functie) en het te volgen traject (beoogde opleveringsdatum midden 2026). Ook toonden ze een eerste visie op het aanzien van het gebouw zelf.

Ook betrokken bij groenplan

In het beeldkwaliteitsplan liet de gemeentelijke stedenbouwkundige zien hoe het toekomstige gebouw straks opgaat in het landgoed Bredius. De

oude bomen worden gespaard en de aanvullende groenvoorziening rond het gebouw vormt straks een eenheid met de directe omgeving. Bij de totstandkoming van het groenplan worden ook de omwonenden betrokken.

Architectenbureau Arcom denkt het ontwerp de uitstraling te gaan geven van een grote woning in jaren 30-stijl. De getoonde voorbeelden van dergelijke woningen vonden de toehoorders heel stijlvol. Het idee is om twee voorgevels te creëren. Eén met de hoofdingang aan de straatzijde, met bescheiden parkeerruimte op eigen terrein. De andere gevel met de zorgkamers zal met royale ramen op het Brediuspark uitkijken. De meer gesloten kant van het gebouw, met de functionele ruimtes, is gericht naar de woningen die al in de straat staan. Aan die zijde komt ook een hogere groenafscherming, zodat de naaste bewoners voldoende privacy behouden. Een verlengde carport schermt uitgeleidingen af voor de omgeving.

Mantelmeeuw wil prettige buur zijn

Enkele bewoners uitten hun zorg over de hoogte van de kap. Er zal een schaduwberekening worden gemaakt voor een volgende bijeenkomst. Ook waren er zorgen over extra verkeersbewegingen en parkeerfaciliteiten rond het hospice.

De uitleg van de deskundigen over de manier waarop mogelijke problemen kunnen worden ondervangen, werd goed ontvangen. Directeur Mirjam Bijlenga sprak de hoop uit dat De Mantelmeeuw door goed overleg ook op de nieuwe locatie als een prettige, toegankelijke buur zal worden ervaren.

De meningen en ideeën uit deze participatiebijeenkomst over het beeldkwaliteitsplan worden meegenomen in de voorbereidende fase tot september 2024. Gestreefd wordt naar een juridische vaststelling in december 2024, waarna de architectonische invulling aan bod komt. Bij vervolgsessies van dit participatietraject zijn omwonenden weer van harte welkom.

Vrijwilligers en projectorganisatie samen aan zet

Hoe ziet het er bij De Mantelmeeuw uit, vanaf vandaag naar de toekomst? Hoe doen we het de komende jaren, op de Meeuwenlaan en richting de nieuwbouw? Bijna tachtig Mantelmeeuw-vrijwilligers en verpleegkundigen van Jasmijn bezochten in maart een speciale informatiebijeenkomst. Vanwege de verwachte hoge opkomst stelde de

gemeente Woerden haar raadszaal beschikbaar als vergaderlocatie. Op het programma stonden onderwerpen genoeg om een hele avond met elkaar te vullen. We doen waar we goed in zijn, maar hoe zorgen we dat we de kwaliteit en professionaliteit van onze zorg (die al hoog wordt beoordeeld) handhaven? Hoe organiseren we onze eigen evaluatie?

Nieuwbouwproject in werkgroepen

Voor de nieuwbouwperiode is een projectorganisatie opgetuigd, met een aantal (door specialistische vrijwilligers bemande) werkgroepen. Werkgroepen als Vrijwilligers en opleiding, Technische zaken, Fondsenwerving en Communicatie lichtten kort hun plannen voor de komende tijd toe. Hoe kunnen we het nieuwe hospice realiseren, met alle kennis die we al in huis hebben? En welke ideeën zijn er, nu of in de komende tijd, waarmee we de nieuwbouw zo optimaal mogelijk kunnen inrichten? In kleine groepjes ontwikkelden de enthousiaste aanwezigen tal van tips waarmee de werkgroepen de komende tijd aan de slag kunnen. Ideeën blijven welkom, op info@demantelmeeuw.nl.



Kennismaken met thuiszorg

In februari organiseerde WoerdenGezond een bijeenkomst voor huisartsen om kennis te maken met organisaties binnen het sociale domein. Ook De Mantelmeeuw was daar aanwezig en deelde het nieuwe thuiszorg-kaartje uit om huisartsen meer bekend te maken met deze vorm van ondersteuning. Zorg bij mensen thuis biedt De Mantelmeeuw al sinds haar oprichting in 1996, maar blijkt soms minder vanzelfsprekend.

Huisarts Eric Wins was een van de deelnemers. "Nu de beroepsmatige

thuiszorg door personeelsgebrek tegen grenzen aanloopt, is het mooi dat de zorgvrijwilligers van De Mantelmeeuw bij terminale patiënten die zorg kunnen aanvullen. Ik wist al van deze inzet, maar het is goed om hier nog eens extra aandacht aan te geven. In mijn praktijk zijn ook schrijnende gevallen, waarbij de zorg voor vader of moeder op één dochter neerkomt. Ja, gek genoeg zijn het altijd dochters. Dan is extra hulp van de thuiszorgvrijwilligers meer dan welkom. Ook heb ik meegemaakt dat bij een ernstig verstoorde relatie tussen kinderen en een terminaal zieke ouder,

Thuisblijven tot het einde?

We kunnen het samen!

De Mantelmeeuw

de medewerkers van De Mantelmeeuw ervoor gezorgd hebben dat het contact hersteld werd. Vrijwillige thuiszorg is dan méér dan alleen maar zorg geven."

Tegeltjes om mee te bouwen

Kunstenaars en andere creatievelingen uit Woerden en omgeving hebben de afgelopen maanden niet stilgezeten. De collectie kleurige, vrolijke en grappige tegeltjes is weer enorm uitgebreid. Een nieuwe verzameling handbeschilderde tegeltjes ligt klaar. Het zijn allemaal unieke exemplaren – er is er niet één hetzelfde.

De Mantelmeeuw staat dit seizoen een aantal keren met een verkoopkraam op de markt. Tijdens de eerste Kaasmarktdag van dit seizoen, **zaterdag 20 april**, zijn we weer te

vinden op het bekende plekje tegen de Petruskerk, tegenover Plein 7. De kraam is geopend van 10.00 tot 16.00 uur. Wie nog een cadeautje zoekt voor Moederdag: er is heel veel leuks!

Ook op **zaterdag 1 juni**, de Graskaasdag, wordt de kraam weer ingericht.

Met de aankoop van een tegeltje kan iedere Woerdenaar een bijdrage leveren aan de nieuwbouw van De Mantelmeeuw. Meebouwen aan de nieuwe Mantelmeeuw was nog nooit zo leuk!



Foto: Els Sluijs

Verschilmaker Roos van Os



Foto: Eigen foto van Roos

Jonge mensen die zich als vrijwilliger inzetten voor De Mantelmeeuw: dat zijn de verschilmakers. De 22-jarige Roos van Os is zo'n verschilmaker. Zij heeft zich opgegeven om in maart

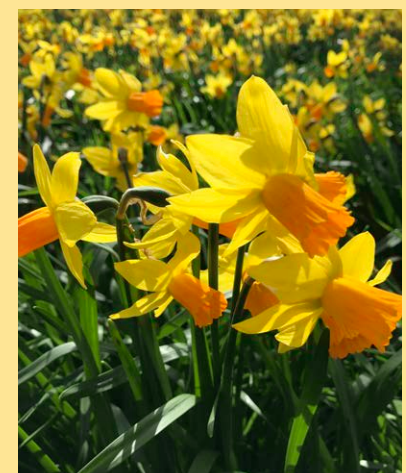
de opleiding te gaan doen voor zorgvrijwilliger. "Mijn motivatie vloeit voort uit mijn wens om overal levenservaring op te doen", vertelt Roos. "In mijn ogen is een hospice een prachtige plek om te leren over het leven, hoe gek dat misschien ook klinkt. Tijdens mijn studie toegepaste psychologie en gedurende de wereldreis die ik daarna maakte, heb ik gemerkt dat je door contact te maken, te delen, te voelen en te ervaren het allermeeste leert als mens. Ik luister graag naar de wijsheden van anderen en het lijkt me een verrijking en het meest dankbare wat er is, om dat kleine lichtpuntje aan het einde van iemands leven te mogen zijn, door zorg en aandacht te geven."

geel trompetterkorps

siert het perkje voor mijn huis

lente-tuin-concert

© Maartje van den Bosch



Leven en dood

Fred zit wat voorover gebogen, hij pulkt driftig aan een velletje op zijn duim. Tussendoor vouwt hij steeds een ongeduldige haarkrul achter zijn oor en die schiet net zo hard weer terug in zijn gezicht. Een wit gezicht met hier en daar wat rode vlekken.

“Tja”, zegt Fred, hij kijkt me wat langer aan. Ik zie angstige ogen. “Ik kan het eigenlijk niet bevatten. Vier weken geleden was er nog niets aan de hand, en nu is het helemaal mis. Ik wil mijn moeder niet kwijt. Dat kán niet. Wat moet ik doen?” Fred gooit zijn armen opzij. “Hoelang duurt het dan nog, vraag ik me af. En hoe merk ik dan dat ze doodgaat? Ik weet niet wat ik moet verwachten. En: ik wil er wél bij zijn als het gebeurt!”

Fred krabt weer wat aan zijn duim. Hij loopt over van de vragen, en er is nog geen ruimte om te reageren. “Ma ligt hier nu al een aantal dagen en ik probeerde haar een paar keer te vragen hoe het voor haar is om binnenkort dood te gaan. Maar ze ketst me direct af. Ze begint gewoon over iets anders. Over totaal onbelangrijke dingen! Ik begrijp dat niet. We moeten nog zoveel bespreken. Alles eigenlijk. Haar uitvaart bijvoorbeeld, ik wil op z’n minst weten of ze begraven wil of gecremeerd. Maar dát onderwerp is al helemaal niet bespreekbaar. Ze deed een beetje boos toen ik daarover begon.”

Terwijl Fred stil is en in het niets zit te kijken, herhaal ik zijn woorden dat hij het niet kan bevatten dat zijn moeder binnenkort doodgaat. Hij schudt zijn hoofd. “Klopt”, zegt hij. “Zou het kunnen dat het bericht bij je moeder – net als bij jou – ook nog niet goed doordringt? Dat ze er nog niet aan toe is om over haar dood te praten en dáárom een beetje boos reageert?”, opper ik. “Zou kunnen, ja. Zij vermijdt het onderwerp en ik zit door te drammen. Dat werkt natuurlijk niet. Maar ja, wat werkt wel?”

We kijken allebei naar zijn smartphone die op tafel begint te trillen. Fred pakt ‘m op en er glijdt een glimlach over zijn gezicht. “Een appje van mijn vrouw. Ze is zwanger. Over een paar weken krijgen we ons tweede kind. Ik ben zó benieuwd wanneer de baby komt en hoe de bevalling deze keer

zal gaan! En ik hoop echt dat mijn moeder haar nieuwe kleinkind nog kan zien.” “Oh, dat hoop ik ook voor jullie! En Fred, wat ligt nieuw leven en dood nu dan dicht bij elkaar. Je wéét dat het gaat gebeuren, maar wanneer... en hoe het zal verlopen: dát weten we niet.”



Fred zit wat meer ontspannen tegen de rugleuning van de bank. Ik zie hem denken. “Weet je,” zegt hij, “ik ga ma straks gewoon vertellen over de nieuwe babyspullen die we vanmorgen kochten. Dat zal ze wel leuk vinden, denk ik.” “Goed plan, Fred!”

Daar gaat hij, rechttop, met zijn smartphone in zijn hand. Met een strak plan om een mooie mini-herinnering te maken met zijn lieve moeder.

Tekst: Trudy ten Have

Contributie automatisch afgeschreven

Dit jaar wordt op 20 juni bij de donateurs die hiervoor toestemming hebben gegeven, de afgesproken jaarlijkse bijdrage van hun rekening geïncasseerd.

- U kunt de afschrijving herkennen aan het incassant-ID van Vereniging De Mantelmeeuw: NL07ZZZ30148115000
- Tevens bevat deze afschrijving als kenmerk uw lidnummer. Dit nummer staat ook op het etiket van de Nieuwsbrief. Krijgt u de Nieuwsbrief per e-mail, dan wordt uw lidnummer eveneens per e-mail doorgegeven.

Bij vragen of opmerkingen over deze automatische afschrijving kunt u contact opnemen met het secretariaat van de Vereniging, telefoon 0348-423784.

Activiteiten

Open huis

Elke 1e zaterdag van de maand tussen 10.00 en 12.00 uur staat de deur van de Meeuwenlaan 14 open. Iedereen die het hospice eens van binnen wil zien is welkom. Wij vertellen u graag over het werk van onze vrijwilligers. Of misschien wilt u informatie over zorgmogelijkheden bij u thuis of in het hospice? Aanmelden is niet nodig.

Zaterdag 20 april (Kaasmarkt)dag

10.00-16.00 uur: Verkoopkraam in binnenstad met Tegeltjesactie Bouw mee aan de nieuwe Mantelmeeuw

Zaterdag 1 juni (Graskaas)dag

10.00-16.00 uur: Verkoopkraam in binnenstad met Tegeltjesactie Bouw mee aan de nieuwe Mantelmeeuw


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
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
Aagt de Ruijter de Wildt

Mailadres redactie: info@demantelmeeuw.nl

Drukwerk en vormgeving: ABC-service, Montfoort

Lid van de landelijke
koepel VPTZ Nederland
www.vptz.nl

