



het clarahofje

STICHTING

Nummer 1 | Februari 2012

NIEUWSBRIEF



HOSPICE HET CLARAHOFJE

COMPASSIE

PAULA KOSTER, VRIJWILLIGER

HET CLARAHOFJE VAN EDEN

Wat zou Het Clarahofje zijn zonder zijn prachtige tuin? Natuurlijk, ook dan was het een warm thuis voor ieder die er woont, werkt of op

bezoek komt. Maar juist die tuin maakt dat ik Het Clarahofje ervaar als een ware Hof van Eden. Een paradijs van rust, waar strubelingen die in de wereld erbuiten over elkaar heen buitelen als bladeren in een najaarsstorm, vertragen in hun wilde vlucht en zachtjes neerwarrelen.

In het begin van januari 2011, als ik voor het eerst Het Clarahofje bezoek, is de tuin zeker niet woest maar toch wel een tikkeltje ledig. Vol verlangen wacht ik op de lente. Het is een stralende dag in maart als er plotseling koeien lopen in de oude boomgaard aan de overkant van de weg. De zon wint aan kracht en in korte tijd pronken de bomen en planten rond Het Clarahofje met het zachte groen van hun pas ontloken blaadjes. In wat een oogwenk lijkt, verdwijnen de grazers uit het zicht, verscholen achter dicht struikgewas. Overal in de tuin schieten gewassen de grond uit, getooid met veelal fijne bloemetjes in teder lila, roze en wit. Onder mijn voeten veert de almaar sappiger wordende grasmat als hoogpolig tapijt. Pierre en Annabelle, een eendenkoppeltje dat juist "onze" vijver tot zijn thuis heeft uitverkoren, bedelen om brood op het terras en snateren opgewekt tot in de late avond.

De zomer komt en de rijk gevulde borders geuren en kleuren er lustig op los. September en oktober zijn verrukkelijke maanden. Traag wiegen de takken van de oude fruitbomen in de warme nazomerwind, zwaar van appels, peren, noten en pruimen. We plukken ons suf en de geur van stooftpeer-tjes met kaneel en zelfgemaakte appel- en pruimentaart vult het huis tot in de verste hoeken. Tot diep in november bloeien de rode rozen en wuift het pampasgras. Dan, haast ongemerkt, keert de tuin weer in zichzelf. Kaal en verstild trekt hij zich terug voor een maandenlange schoonheids-slaap, door de eerste nachtvorst toegedekt met een zilveren deken. In Het Clarahofje van Eden is de cyclus van het leven weer rond.

Compassie is het onderwerp van deze eerste nieuwsbrief en van het symposium wat we georganiseerd hebben ter gelegenheid van het 20 jarig bestaan van het hospice. Vorig jaar zomer zijn we gaan nadenken over een onderwerp. Waar gaan we het over hebben?

Al snel kwamen we op het thema compassie. Immers al 20 jaar is compassie een belangrijk onderdeel van onze zorg in het hospice.

De afgelopen maanden heb ik veel nagedacht, gesproken en gevoeld over compassie. Het raakte diepe lagen in mijzelf en ik ben dankbaar dat het voorbereiden van het symposium en het ontwikkelen van deze nieuwsbrief mij zoveel gegeven heeft als mens. Ik zal proberen het woord compassie invulling te geven.

Compassie is een oud begrip. Confucius (400 jaar voor Christus) formuleerde al de gouden regel: 'Behandel anderen nooit op een manier waarop je zelf niet behandeld wilt worden'. Synoniemen die gebruikt worden voor compassie zijn barmhartigheid en mededogen. Compassie betekent iets ondergaan met een ander, je in een ander verplaatsen. Compassie is je verbinden met de ander, juist met degenen die in een kwetsbare situatie zijn zoals bewoners en hun naasten in het hospice. Deze verbinding ga je aan vanuit de verbinding met jezelf. Om een bewoner als heel mens te kunnen zien moet de zorgverlener zichzelf ook als heel mens kunnen blijven zien; verbinding houden met wat er in zichzelf afspeelt.

Compassie is gebaseerd op wederkerigheid, tussen bewoner en zorgverlener. Compassie is een diepe menselijke waarde. Compassie zorgt voor respect voor de ander en voor jezelf. Compassie vraagt om zelfreflectie en mildheid naar jezelf. Compassie vraagt om de moed te hebben je kracht én je kwetsbaarheid te laten zien.

Hoe geef je nu vorm aan compassie? Wim Verschuren, een spreker op het symposium, beschrijft dit als volgt: 'Compassie begint met zien, de ander echt zien. Vervolgens geraakt durven worden en tenslotte in beweging komen. Deze drie elementen van de drieslag vormen samen op natuurlijke wijze compassie.

Deze prachtige drieslag geeft aan dat wij in het hospice compassie mogen blijven ontwikkelen, elkaar en onszelf hierop durven bevragen: wat zien we, wat raakt ons en wat maakt dat wij in beweging komen? Belangrijk is om met elkaar in beweging te blijven, in verbinding blijven met onze drijfveer en vanuit ons hart open staan voor ieder mens die bij ons binnenkomt.

Laten wij, zoals Gandhi al zei, zelf de verandering worden die we voor de wereld wensen en laten we daar vorm aan geven hier in hospice Het Clarahofje. Ik wens ons, de medewerkers van hospice Het Clarahofje, toe dat we leven vanuit compassie, leven voor compassie en er veel plezier aan be-leven!



JACOMIEN MARINUSSEN

COÖRDINATOR VRIJWILLIGERS
HOSPICE HET CLARAHOFJE



DICK J. VAN DER ZAAG
VOORZITTER STICHTING
'HET CLARAHOFJE'

VAN DE BESTUURSTAFEL

Een inleidend woord van de voorzitter van Stichting 'Het Clarahofje' mag bij deze nieuwsbrief niet ontbreken. Inmiddels is hospice Het Clarahofje al weer meer dan een jaar op deze prachtige locatie aan de 's-Heer Hendriks-kinderdijk in Goes gehuisvest.

Zorgstroom heeft de nodige ervaring met de exploitatie en onze stichting heeft voor de zo noodzakelijke ondersteuning van de vrijwilligers zorg kunnen dragen onder leiding van onze coördinator Jacomien Marinussen. Het is voor onze vrijwilligers en het bestuur een eer om zo bij te mogen en kunnen dragen in het begeleiden van en nabij zijn aan mensen om op deze manier de kwaliteit van hun laatste levensfase zo goed mogelijk te borgen. Zonder de inzet van ongeveer 50 vrijwilligers zou die kwaliteit zeker minder zijn dan zij nu is. Juist de compassie en betrokkenheid van de vrijwilligers staat hier garant voor.

Dit kan alleen maar gecontinueerd worden als wij voldoende middelen weten te blijven genereren via giften, donaties, fondswerving en legaten. Het is ons aller zorg om dit ook voor de toekomst te garanderen. Ik hoop dat wij op deze wijze nog lang bezig kunnen zijn om de ondersteuning te geven waarover ik hiervoor sprak. Het is onze taak mensen in de laatste momenten van hun leven die ondersteuning te geven die zij zich wensen.

“ Als je wilt dat
anderen gelukkig zijn,
beoefen dan compassie.
Als je zelf gelukkig wilt zijn,
beoefen dan compassie. ”

Dalai Lama



SYLVIE VAN KEEKEN
HOSPICEVERPLEEGKUNDIGE

IK GEEF DE PEN AAN

Het is 03.00 uur 's nachts, noodweer buiten, binnen in het hospice is alles rustig. Ik heb dus even tijd om een stukje te schrijven voor de nieuwsbrief.

Aan mij de eer om als eerste invulling te geven aan 'Ik geef de pen aan...'. Liefst moet het ook gaan over compassie omdat dit het thema is van deze nieuwsbrief.

Makkelijker gezegd dan gedaan! Wat is compassie precies?



De letterlijke vertaling luidt: mildheid, medelijden, goedertierenheid. Voordat ik verder kan schrijven gaat de bel, een van onze bewoners heeft me nodig. Dan, na een onderbreking

van bijna een halve nacht schrijf ik tegen de ochtend de rest van het stukje. Na het verzorgen van onze bewoners in de meest brede zin van het woord, variërend van een luisterend oor, proberen iemand het zo comfortabel mogelijk te maken, een slokje water, koffie zetten, een wasje draaien, tot het opvangen van ongeruste en verdrietige familie, kom ik tot de conclusie dat mijn dienst er weer bijna opzit. Als dan 's morgens de dagdienst komt praat ik haar bij over de gebeurtenissen van die nacht. Ook is het prettig dan even te kletsen over andere dingen dan het hospice en na heel veel koffie stuiter ik dan naar huis om te gaan slapen. Voordat ik in slaap val denk ik nog, heeft dit wat ik de afgelopen nacht gedaan heb te maken met compassie? Ik denk van wel. Dan denk ik niets meer, ik slaap!

Ik geef de pen aan Jeanette Wagenaar.



20 JAAR HET CLARAHOFJE



Ooit, lang geleden, bij het zien van de documentaire van Cherry Duyns over de afdeling Oncologie van het VU ziekenhuis, sprong bij mij de vonk over: dat wil ik óók, werken met mensen in de terminale fase van hun leven. De oprechte betrokkenheid en liefdevolle zorg inspireerden mij. Het zou nog even duren voor mijn wens gestalte kreeg. In het najaar van 1995 was het dan zover. Het Clarahofje bestond al enige jaren. Zeer gemotiveerd, doch enigszins schoorvoetend (veel gelezen, maar ja, nu de praktijk...) meldde ik mij aan als vrijwilliger. Dat deze stap zeer bepalend zou worden voor mijn verdere leven, kon ik toen nog niet bevroeden.

De verzorging van mensen in de terminale fase is bijzonder en intensief, zij zijn zo kwetsbaar. Ik ervaar het altijd als een wonder dat het mogelijk is zo snel een vertrouwensband op te bouwen met mensen die je voordien niet kende. Uit dat oogpunt vind ik het fijn als onze bewoners nog wat tijd krijgen, zij kunnen vertrouwd raken met ons en wij met hen, zodat Het Clarahofje werkelijk een beetje een thuis wordt en wij beter kunnen inspelen op hun noden en behoeften. Ontroerd ben ik als de mensen ons bedanken voor de goede zorg. We doen het immers graag en zijn zélf dankbaar voor hún aanwezigheid.

Af en toe beleef je van die gouden momenten, het gevoel echt iets voor iemand te kunnen betekenen, werkelijk contact.

In sommige opzichten is het hard werken: er wordt je een spiegel voorgehouden, het nodigt uit tot reflectie: hoe zou ik het doen in deze situatie, hoe heb ik gehandeld in het verleden, zou ik het nu anders doen? Het lijden van de mensen die wij verzorgen confronteert ons ook met onze eigen angsten en (ziele)pijn. Daarom is het goed dat wij geschoold worden. In de basistraining die wij krijgen vóór dat wij aan de slag gaan, moeten we flink met onszelf aan het werk: hoe gaan we zelf om met onze emoties en verliezen. Wat prachtig om te ervaren dat wij voor elkaar een veilige omgeving scheppen. Compassie en solidariteit met elkaar, ieder werkt vanuit z'n eigen kwaliteit. Mede doordat wij elkaar dragen, zijn wij in staat onze bewoners en hun familie te dragen.

En verder is het bij ons in het hospice gewoon gezellig. Gezeten aan de keukentafel vertellen onze bewoners ons soms de mooiste verhalen. Een licht, warm, kleurrijk en gastvrij huis; een prachtige tuin; een boomgaard met appels, peren en noten. Een fijne plek om te verblijven, een fijne plek om te werken!



MARIANNE VAN MEER
OPRICHTSTER
HET CLARAHOFJE

MIJN BELEVING

In de beperkte ruimte van deze nieuwsbrief is het voor mij haast onmogelijk bijna 20 jaar van mijn leven in Het Clarahofje te beschrijven. Er zitten teveel mensen en teveel gebeurtenissen in mijn geheugen gegrift, vastgeklonken vanwege de intensiteit waarmee er geleefd is in deze periode van mijn leven. Zoveel jaren samenleven met mensen op de scheidslijn van leven en dood, hun naasten, al of niet geleefd en een fantastische groep vrijwilligers geeft zoveel belevingsindrukken dat deze zich nauwelijks laten verwoorden. Vaak werd mij gevraagd of ik het niet moeilijk vond altijd met stervende mensen samen te moeten zijn. De vraagstellers vergaten echter dat deze mensen echt nog leefden met alles erop en eraan en bovendien veel intensiever leefden dan de doorsnee mens pleegt te doen. Deze mensen en iedereen eromheen namen mij mee in hun intensiteit.

Doordat lachen en huilen emotioneel heel dicht bij elkaar staan hebben wij veel van beiden gedaan. Een intensief, leerzaam, zinvol, vaak ontroerend leven was en is mijn deel. Hiervoor ben ik heel dankbaar. Dankbaar omdat zieke mensen en hun naasten zich in al hun kwetsbaarheid aan onze zorgen durfden toevertrouwen. Dankbaar voor alle hulp en bemoediging die wij van zoveel mensen mochten ontvangen.

Mijn vragen over het mysterie van leven en sterven zijn geenszins beantwoord. Verwondering voelde ik iedere keer weer op het keerpunt tussen leven en dood. Een mens transparant mogen zien worden, hoe hij of zij het leven ook geleefd heeft, was voor mij een groot voorrecht. De laatste tijd wordt mij vaak gevraagd of ik dat alles wel los kan laten. Want het is toch een beetje je kind, volgens de vraagstellers. Een kind zie ik echter niet als een bezit. Ook je kind laat je, als je het lief hebt, los om verder te groeien. Niet willen loslaten van Het Clarahofje zou niet van veel compassie getuigen. Het zou de mogelijkheid beperken om zoveel mogelijk mensen in de gelegenheid te stellen op een warme, veilige plek te sterven. Moeite met loslaten heb ik zeker niet nadat een verpleegkundige mij op een avond vertelde wat ze allemaal van plan was om een stervende bewoner en zijn bejaarde echtgenote een menswaardig en liefdevol afscheid te gunnen. De volgende morgen werd ik helemaal blij wakker in de zekerheid dat het niet liefdevoller kan.

WIM SCHIEBAAN, VRIJWILLIGER

HET REILEN EN ZEILEN IN HET CLARAHOFJE

Als u dit leest, bent u in het bezit van de eerste nieuwsbrief van hospice Het Clarahofje in Goes. Wij hopen via deze nieuwsbrief met enige regelmaat onze relaties op de hoogte te brengen over zaken die leven in het hospice en in de palliatieve zorg. Hierna geven wij u een korte terugblik op het ontstaan van Het Clarahofje en waar we op dit moment staan.

Hospice Het Clarahofje is opgericht in 1992 door Marianne van Meer. Na ruim 14 jaar haar hele ziel en zaligheid in 'haar' Clarahofje in Hansweert te hebben gestopt was het in 2006 tijd om verder te kijken. Verder kijken om de toekomst van Het Clarahofje en van de palliatieve zorg op de Bevelanden veilig te stellen. Er werden contacten gelegd en er werd gezocht naar een geschikte locatie. Uiteindelijk kreeg 'Het Clarahofje' een nieuwe locatie op de zogenoemde 'kavel Trimpe' in Goes. Goed bereikbaar, niet weggestopt maar toch beschut aan de 's-Heer Hendrikskinderendijk 100. Na het verkrijgen van de grond en het leggen van de eerste steen op 15 januari 2010 door Marianne van Meer, werd het 'nieuwe' Clarahofje op 10 oktober 2010 feestelijk geopend door dhr. van der Zaag, de toenmalige burgemeester van Goes en wethouder Knuit, wethouder van de gemeente Reimerswaal.

Het hospice ligt temidden van een prachtig aangelegde tuin en een zeer oude hoogstamboomgaard. Er is plaats voor vijf bewoners, ernstig zieke mensen die in Het Clarahofje de laatste fase van hun leven doorbrengen. Iedere bewoner heeft een eigen kamer met eigen voorzieningen zoals douche, toilet, telefoon, televisie, terras e.d. Het Clarahofje staat open voor iedereen, ongeacht geloof, ras, sociale afkomst of inkomen. Het is een misvatting dat deze prachtige voorziening alleen bestemd zou zijn voor 'mensen met geld'.

Voor de dagelijkse zorg kan een beroep worden gedaan op 12 verpleegkundigen (beroepskrachten) en een groot aantal vrijwilligers. De verpleegkundigen zijn in dienst bij Zorgstroom. De vrijwilligers vallen onder verantwoordelijkheid van 'Stichting 'Het Clarahofje' en worden aangestuurd door een vrijwilligerscoördinator. Alle vrijwilligers krijgen een training om hun werk in het hospice optimaal te kunnen doen. Verder werken er twee huisartsen, een geestelijk verzorger en twee huishoudelijke krachten voor Het Clarahofje.

Wij hopen dat u, op welke manier dan ook, het werk van hospice Het Clarahofje blijft volgen en steunen. Natuurlijk zijn alle financiële bijdragen meer dan welkom, maar ook naamsbekendheid en bekendheid met de gang van zaken in het hospice zijn voor de toekomst van het hospice van groot belang. Als u hieraan een bijdrage wilt leveren kunnen we maar één ding zeggen...DANK!!



het clarahofje

STICHTING



Hospice Het Clarahofje
's-Heer Hendrikskinderendijk 100
4461 EC Goes
T 0113-242600
E hospicegoes@zorgstroom.nl
www.hospicegoes.nl

Stichting 'Het Clarahofje'
Maartenbroersweg 82
4417 BL Hansweert
T 0113-383698
E info@stichtinghetclarahofje.nl
www.stichtinghetclarahofje.nl
Bankrekeningnr. 1225.14.521

DONATIES

FONDSSEN:

Stg. Fonds NutsOhra
Stg. Nationaal Ouderenfonds

SPONSOREN:

A&A Architecten, Agrimarkt Goes, Audio Consult, Bakker Boer Kloetinge, Begravenisonderneming Peter Butler, De Bloemist Goes, Buiten en Binnen Wolphaartsdijk, Ko van Burg Uitvaartverzorger, Bloemenpaleis Beukenhof Goes, Drukkerij Capello, Het Geerteshuis, Groenrijk Goes, Menken Kloetinge, Meyer Beheer B.V., Motel De Caisson, Provincie Zeeland, Rotary Goes/ De Bevelanden, Rozenkwekerij Otten, Stg. Oase, WEA, Wisse Bloemisterij

ACTIES:

DELTA Ride for the Roses, K.B.O. afd. Goes, Quatre-mains groep Zeeland, Rabobank Oosterschelde Personeelsvereniging, Roparun Palliatieve Zorg, Stg. Specsavers Steunt, Sportvereniging Nieuwdorp, Stg. Lions Goes Helpt, Willem Smit-Polyweb B.V.

KERSTDAGEN EN JAARWISSELING:

Café De Sportvisser – De Viskêête – Nolet's Vistro – 'De Branding' – J.G. Pekaar v.o.f. – W&A Fish – A. Wagenaar – Bloemisterij Slabbekoorn, allen te Yerseke – 'De Oude Sluis' te Wemeldinge, Mw. L. de Visser (muziek)

KERKEN:

Doopsgezinde/ Vrijzinnig Prot. Gem. Goes N.H. Kerken te Biezelinghe – Driewegen/Ellewoutsdijk – Kapelle – Kattendijke – Oudelande/ Nieuwdorp – Waarde – Yerseke, Prot. Gem. te 's Gravenpolder/Baarland – Hansweert/Schore – 's Heer Arendskerke – 's-Heer Hendrikskinderen – Kruiningen – Lewedorp – Ovezande – Wemeldinge, S.O.W. Kerk Aardenburg - Emergis – Geref. Kerk Kapelle/Biezelinghe – PKN Classis Goes – Prot. Reg. Dienstencentrum – VEG Wemeldinge

SPECIALE GIFTEN:

Mw. V. te Hattem – Mw. de H. te Nieuwdorp – Mw. v.d. H. te IJsselstein – Fam. F. te Goes – Fam. O. te Hoedenkskerke – Fam. M. te Kamperland – Dhr. O. te Hoeven – Fam. B. te Kruiningen – Zrs. Franciscanessen te Roosendaal – anonieme giften – giften n.a.v. diverse presentaties – opbrengsten van wenscollectes bij uitvaarten – jubilea en verjaardagen.

Allen heel hartelijk bedankt, waarbij onze speciale dank ook uitgaat naar het groeiende aantal donateurs dat onze stichting een fundamentele basis geeft om in het hospice de zorg te verlenen die letterlijk en figuurlijk onbetaalbaar is.

Colofon:

Jos Arts
Christian Goudappel
Sylvie van Keeken
Karina Leijs
Jacomien Marinussen
Rien Paardekoooper
Wim Schiebaan

Druk:

Drukkerij Capello,
Heinkenszand