

van de redactie

De eerste sneeuw van december is alweer gevallen, dus is het tijd voor het Kerstnummer van de Nieuwsbrief van het Netwerk palliatieve zorg Oostelijk Zuid-Limburg:

- *Met een korte terugblik op 2023 en een vooruitblik op het jaar dat voor ons ligt.*
- *Met nieuwe plannen om tijdig praten over het levenseinde in onze regio te stimuleren.*

Dank aan iedereen die in het afgelopen jaar heeft bijgedragen aan het werk van het Netwerk: het verbeteren van de palliatieve zorg. En voor alle trouwe lezers: hele mooie Feestdagen en een goed uiteinde!

In deze Nieuwsbrief

Pg. Onderwerp

1. Activiteitenplan 2024 vastgesteld
2. Communicatieplan 2024 - 2026
3. Nieuws van Zuiderklank – melodie van het leven
Kaartspel Kiezen & Delen
4. Website Zorgwensenvoorlater.nu in de lucht
Veerkrachtig Samen beslissen afgerond
Voor in de agenda: Filmavonden 2024
5. Leestip: Hemelkusjes
Leestip: Com pact Reeks
6. Leergangen Palliatieve Zorg
Congres Carend
Agenda en Colofon

ACTIVITEITENPLAN 2024 VASTGESTELD

Op 23 november jl. heeft de Kerngroep van het Netwerk het Activiteitenplan voor 2024 vastgesteld. Enkele highlights voor het komend jaar zijn:

- Eind van het eerste kwartaal hebben alle netwerkpartners de Zelf-evaluatie Palliatieve Zorg doorlopen, en een verbeterplan gemaakt op basis van de gevonden knelpunten
- Eind van het tweede kwartaal is er een Regioplan om de gezamenlijke knelpunten uit de zelfevaluatie op te lossen.
- Geheel 2024 is er aandacht voor de samenwerking met de informele zorg als belangrijk onderdeel
- Meedenken en meewerken aan de totstandkoming van het IZA-Transformatieplan Palliatieve Zorg, dat zich richt op implementatie van proactieve transmurale palliatieve zorg volgens het Kwaliteitskader in de Mijnstreek.
- Breed inzetten op Maatschappelijke Bewustwording (o.m. door het implementeren het communicatieplan, zie verderop)

Wil je het gehele plan lezen? Ga naar deze link.

COMMUNICATIEPLAN 2024/26



naar de **BURGER** toe

De werkgroep Communicatie van het Netwerk werkte dit jaar aan een nieuw communicatieplan, dat de titel 'Naar de burger toe' meekreeg. Mede ingegeven door het Nationaal Programma Palliatieve Zorg II - waar maatschappelijke bewustwording een belangrijk thema is - zet het Netwerk komende jaren in op de interactie met de (potentiële) zorgvrager(s) en zijn naaste.

Doel is daarbij (nog steeds) om kennis over palliatieve zorg over te dragen, en (mogelijke) zorgvragers te informeren en te motiveren, zodat we gedrag en attitude in de palliatieve fase zodanig beïnvloeden, dat de zorg voor de ongeneeslijk zieke en zijn naaste(n) optimaal aansluit bij de wensen en behoeften.

Daarnaast blijft het belangrijk handvatten/wegwijzers aan te reiken die ervoor zorgen dat ongeneeslijke zieke zorgvragers de juiste keuzes kunnen maken uit het bestaande palliatieve zorgaanbod in de regio Parkstad en daarbuiten.

Omdat het hier gaat om mensen die relatief onzichtbaar en vanwege het thema niet gemakkelijk bereikbaar zijn, wil het Netwerk de komende jaren actief naar de burger toe om tijdig praten over het levens-einde te stimuleren.

We streven ernaar zoveel mogelijk aan te sluiten bij al bestaande initiatieven en activiteiten in de regio, in gemeenten, wijken en buurten, zoals bijvoorbeeld het uur van de buurt en de Parkstad Gezondheidsbeurs. Maar ook bij bijeenkomsten in het ziekenhuis, Toon Hermanshuis, KBO's, Zij-actief en (andere) organisaties in het sociaal domein.

Wil je het gehele plan lezen, en zien wat we de komende jaren in petto hebben op dit gebied? Ga dan naar: <https://palliaweb.nl/netwerken-limburg/netwerk/netwerk-oostelijk-zuid-limburg>

Heb je interesse om dit onderwerp bespreekbaar te maken en wil je het netwerk daarvoor inschakelen? Dat kan! Stuur dan een mailtje naar info@palliatievezorg-ozl.nl en we nemen contact met je op om de mogelijkheden te bespreken.

ZUIDERKLANK

melodie van het leven

Het Netwerk ondersteunde de afgelopen jaren het initiatief om zingen aan het bed van palliatieve cliënten mogelijk te maken. Onder meer werd daartoe de coördinator vrijgesteld om samen met de vrijwilligers van Zuiderklank dit mooie en zinvolle initiatief verder vorm te geven. Na 5 jaar gaat Zuiderklank vanaf 1 januari 2024 verder als een onafhankelijke Stichting; eind november passeerde de oprichtingsakte bij de notaris.

De coördinator van het netwerk blijft de komende drie jaar nog verbonden aan de stichting als voorzitter. Zij doet dit op persoonlijke titel. Het bestuur bestaat verder uit zangers van Zuiderklank, te weten: Peter Goossens (secretaris), Lovina Grooters (penningmeester), Ank Verkoeijen – (mede-oprichter/initiatiefnemer en algemeen bestuurslid), Regine Dittrich (algemeen bestuurslid), Zuiderklank zingt voor mensen die ziek zijn en niet meer beter worden. Dit kan bij de zieke persoon thuis zijn, maar ook in het hospice, ziekenhuis of verpleeghuis.

Met veel aandacht en liefde biedt Zuiderklank een moment van ontspanning en bezinning voor de zieke, naasten en zorgverleners. Dat kan in de stervensfase, maar ook daarvoor. Zo zorgen zij voor een persoonlijk en intiem moment van samen zijn.

Ken je iemand die ongeneeslijk ziek is interesse zou kunnen hebben in zingen aan het bed? Ga naar www.zuiderklank.nl en vul het contactformulier. Zuiderklank neemt dan snel contact met je op. Om zingen aan het bed de komende jaren waar te blijven maken kan Zuiderklank financiële hulp goed gebruiken. Dat kan met giften, donaties en schenkingen. Wil je hieraan bijdragen? Neem contact met ons op via info@zuiderklank.nl.

Op dit moment heeft Zuiderklank voldoende zangers om aan de vraag naar zingen aan het bed te kunnen voldoen. Aanmelden om mee te zingen kan nog steeds, maar er is inmiddels een flinke wachtlijst.

Kaartspel KIEZEN & DELEN

Palliatieve Zorg Nederland ontwikkelde onlangs een kaartspel, Kiezen & Delen genaamd. Het is een laagdrempelig hulpmiddel voor burgers om met elkaar in gesprek te gaan over belangrijke thema's op het gebied van palliatieve zorg, over de keuzevragen die zij kunnen tegenkomen.

Kiezen & Delen is een spel vol dilemma's, stellingen en vragen over het leven, ziek zijn en de dood. Het kan door iedereen gespeeld worden. Of je nu jong of oud bent, gezond of (ongeneeslijk) ziek. Want praten over het leven en de dood is voor iedereen zinvol. Hopelijk helpen deze vragen je om te ontdekken wat je echt belangrijk vindt. En om die keuzes te delen met je naasten en/of zorgverlener.

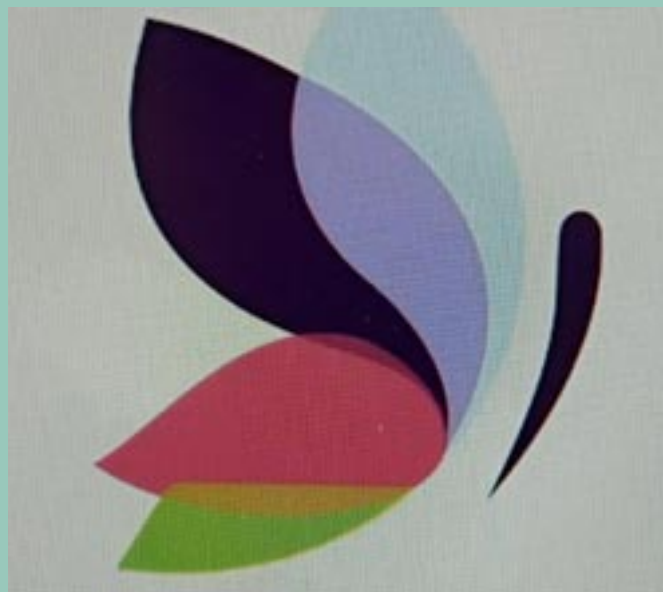
Op de Parkstad Gezondheidsbeurs op 4 november jl. hebben we het spel gebruikt om met mensen in gesprek te raken. Dat leverde hele mooie, waardevolle en soms emotionele gesprekken op. Het spel is vele malen mee naar huis gegaan die dag. Wil jij Kiezen & Delen gratis bestellen? Stuur dan een mailtje naar de netwerkcoördinator (info@palliatievezorg-ozl.nl) of ga naar de website <https://kiezenendelen.nu>, naar het formulier onderaan de pagina en laat je gegevens achter. Wil je het spel vandaag nog spelen? Dan kun je daar ook het pdf-bestand downloaden en uitprinten.



WEBSITE zorgwensenvoorlater.nu in de lucht

De website zorgwensenvoorlater.nu is een nieuwe website voor de Mijnstreek waar meerdere initiatieven over proactieve zorgplanning en palliatieve zorg gebundeld worden. De website kwam tot stand dankzij projectsubsidie van Zorginstituut Nederland voor 'Veerkrachtig Samen Beslissen' met kwetsbare ouderen.

Regionale partners in de Mijnstreek, zoals de Netwerken Palliatieve Zorg (Oost en West), Zuyderland MC en kennisinstituten Universiteit Maastricht Vakgroep Huisartsgeneeskunde, Zuyd Hogeschool en Radboud UMC, kozen ervoor om meerdere projectresultaten en informatiebronnen met betrekking tot proactieve zorgplanning & palliatieve zorg op één plek te centreren. De website is sinds begin november in de lucht en wordt de komende tijd verder gevuld.



Project VEERKRACHTIG SAMEN BESLISSEN afgerond (2022/23)

Het project 'Veerkrachtig Samen Beslissen' gaf de afgelopen twee jaar een impuls aan het samen beslissen met kwetsbare ouderen in de Mijnstreek.

Daarbij zijn stappen gezet om burgers meer sensitief maken voor dit onderwerp. Ook besteedde het project aandacht aan gespreksvaardigheden en timing door professionals. Bovendien zijn er lessen

geleerd over digitale transmurale gegevensuitwisseling, dat desondanks nog een uitdaging blijft.

Het filmpje (<https://vimeo.com/881587004>) geeft de resultaten weer van het project. Ontwikkelde materialen en informatie vind je op de site <http://www.zorgwensenvoorlater.nu>

ZET ZE IN JE AGENDA: DE FILMAVONDEN 2024

De samenwerking met Filmhuis de Spiegel bevalt goed en wordt volgend jaar dan ook voortgezet. Net als dit jaar zullen er in 2024 weer filmavonden plaatsvinden met films die raken aan het onderwerp palliatieve zorg. Voor 2024 zijn de data nu al gepland!

- Donderdag 14 maart 2024, 20 uur
- Donderdag 13 juni 2024, 20 uur
- Donderdag 12 september 2024, 20 uur
- Donderdag 12 december 2024, 20 uur

Zet ze alvast in je agenda, dan hoef je geen enkele film te missen! Alle filmavonden zijn ook in 2024 gratis te bezoeken.



LEESTIP: 'HEMELKUSJES'

Tweede Doodgewoon Boek van Marij Schielke

In oktober 2013 verscheen de eerste druk van het Doodgewoon Boek, met 50 verhalen uit de praktijk van de palliatieve zorg, van de hand van verpleegkundig consultant palliatieve zorg Marij Schielke. Er was grote vraag naar het boek: duizenden exemplaren gingen over de toonbank. Al vlug was er vraag naar een tweede Doodgewoon Boek. Nu ze gepensioneerd is, voldoet Marij eindelijk aan die steeds luider wordende vraag. Nu niet met 50 korte verhalen, maar met 25 verhalen die verder zijn uitgediept.

'Opnieuw neemt Marij ons bij de hand, de huiskamers van patiënten in. Het boek telt 25 aangrijpende verhalen over afscheid, in begrijpelijke woorden en over gewone mensen: over ons allemaal, in al onze verscheidenheid', zo kenschetst Marieke van den Beuken, oncoloog MUMC, het nieuwe boek op de achterkant.

En Mirjam Willemsen, huisarts in Heerlen voegt toe: 'Het naderend einde wordt niet gekenmerkt door ongemakkelijke stiltes en trieste blikken. Het gaat via hemelkusjes, naar knuffels en seks, naar religie en doorgaan. Bij het omslaan van de laatste bladzijde heb je gelachen en gehuild en je erover verwonderd hoe weinig doodgaan verschilt van het leven.

Jolanda Timmermans, netwerkcoördinator, vertelde bij de boekpresentatie op 24 november jl.: 'Het zijn



verhalen die laten zien én voelen dat palliatieve zorg in de thuissituatie van onschatbare waarde is. Zij geven ieder voor zich een voorbeeld van waar goede palliatieve zorg over gaat. Het boek is leerzaam voor iedereen die in de zorg werkt en troostrijk voor iedereen die palliatieve zorg nodig heeft.

Wil je het boek gratis ontvangen? Stuur een mailtje aan info@palliatievezorg-ozl.nl met je naam en adres. De eerste 10 reacties kunnen in januari het boek in de brievenbus verwachten. Het boek is verder verkrijgbaar in de boekwinkel en bij de uitgever <https://hbpr.nl>.

LEESTIP: Compact Reeks

In korte tijd heeft Bureau MORBidee vier boeken over vier belangrijke thema's gepubliceerd: Palliatieve zorg, Levensindesgesprekken, Samen beslissen, Digitale nalatenschap. Ze zijn nu in één pakket te koop. Alle boeken zijn verschenen in de zogeheten Compact Reeks. Dat betekent: praktisch gericht, beknopt en toegankelijk.

Ze zijn vooral bedoeld voor zorgverleners, zoals verpleegkundigen en verzorgenden, artsen, verpleegkundig specialisten, geestelijk verzorgers, maatschappelijk werkers en anderen. De boeken zijn ook zeer geschikt voor onderwijsdoeleinden. Ieder boek telt de nodige toets- en reflectievragen. De vier boeken zijn nu voor € 59,95 te koop: Schaf je de boeken één voor één aan, dan betaal je zo'n 11 euro meer. Deze pakketprijs levert je dus een flinke korting op. Klik hier voor die korting:



<https://www.bureaumorbidee.nl/product/pakket-compact-reeks/>

LEERGANGEN PALLIATIEVE ZORG in 2024

Komend voorjaar starten weer de Leergangen Palliatieve Zorg, zoals die al jaren in samenwerking met Zuyd Hogeschool en onze Limburgse consultants worden verzorgd. Voor de Leergang Interprofessioneel is zelfs dermate veel animo, dat we 2 groepen gaan starten! Er is nog plek in om aan te sluiten. Wil je meer weten over de leergang vraag de nieuwe brochure op bij de netwerkcoördinator via info@palliatievezorg-ozl.nl of ga naar <https://www.zuydprofessional.nl/opleidingen/palliatieve-zorg-interprofessioneel/>

Werk je in de zorg voor mensen met een verstandelijke beperking en wil je meer weten over hoe palliatieve zorg voor jouw cliënten werkt, dan kun je je aanmelden voor de leergang palliatieve zorg voor mensen met een verstandelijke beperking.
<https://www.zuydprofessional.nl/opleidingen/palliatieve-zorg-voor-mensen-met-een-verstandelijke-beperking/>

Werk je als verzorgende en heb je vaak te maken met patiënten en hun naasten die een levensbedreigende aandoening of kwetsbaarheid hebben? Wil je weten hoe je deze patiënten in de palliatieve fase zo goed mogelijk kunt ondersteunen? Hoe je lichamelijk, psychosociaal en spiritueel lijden kunt voorkomen en verlichten? Je leert het tijdens de leergang Palliatieve Zorg voor Verzorgenden.
<https://www.zuydprofessional.nl/opleidingen/palliatieve-zorg-voor-verzorgenden/>

Ben je een mbo-4- of hbo-verpleegkundige en heb je al stevige basiskennis van palliatieve zorg, op het niveau van de opleiding Interdisciplinaire Palliatieve Zorg? Heb je de ambitie om palliatieve zorg binnen je zorgorganisatie verder te ontwikkelen? En voel je de intrinsieke betrokkenheid om deze beweging mee vorm te geven? Meld je dan aan voor de

opleiding AVPZ! Let op: Het is belangrijk dat je je aanmelding tevoren overlegt met jouw leidinggevende omdat de opleiding kost tijd en nieuwe verantwoordelijkheden met zich meebrengt.
<https://www.zuydprofessional.nl/opleidingen/advierend-verpleegkundige-palliatieve-zorg/>

Jaarcongres Carend

Carend organiseert op 14 maart 2024 het Jaarcongres 'Leven Toevoegen aan de Dagen', met als thema 'Kijken naar de Toekomst', in het Beatrixtheater in Utrecht. Met sprekers als Michelle van Tongerlo, Jet Bussemaker, Bert Keizer, Carlo Leget, Tommie Niessen, Jennifer Bergkamp, Gabe Sonke, Manon Boddaert, Pieter Barnhoorn en Ineke Visser wordt tijdens het congres ingegaan op de vraag: Hoe gaan we in Nederland er voor blijven zorgen dat iedereen de beste zorg blijft krijgen, ook als je niet meer beter wordt?

Je kunt je aanmelden via <https://carend.nl/congres/leven-toevoegen-aan-de-dagen-kijken-naar-de-toekomst>

Colofon

Uitgave © 2023 Netwerk Palliatieve Zorg OZL

Postbus 149, 6440 AC Brunssum.

T: 06 57 31 66 97.

E: info@palliatievezorg-ozl.nl

F: www.facebook.com/palliatievezorglimburg

Redactie: Jolanda Timmermans-Joosten, Hein Berendsen.

Vormgeving & Productie: HBPR [info@hbpr.nl]

