

# 'Er zijn'



Vrijwilligers Palliatieve  
Terminale Zorg

Arnhem | Midden Gelderland

*Als sterven dichtbij komt*

Nieuwsbrief VPTZ Arnhem en VPTZ Midden Gelderland

Jaargang 4, nummer 16

## VPTZ Arnhem | Midden Gelderland zetten in op versterken samenwerking

Het was een lastig jaar, zo blikken Peter de Krijger en Eric van der Vet, voorzitters van respectievelijk VPTZ Midden Gelderland en VPTZ Arnhem, terug op 2021. Enerzijds zorgde covid-19 voor onrust en een terugloop van het aantal inzetten. Anderzijds werd niet stilgezeten en werd zowel intern als extern hard aan de weg getimmerd door beide organisaties.

"Als covid ons iets heeft geleerd, is het dat de mens een relationeel wezen is dat niet zonder contact kan met anderen", constateert Eric van der Vet. "Je bestaat bij de aandacht van relaties, aandacht voor elkaar en zorgzaamheid. Tijdens covid werd nog meer duidelijk dat wij een diepere laag hebben voor de samenleving. De schraalheid in de samenleving door de covid-maatregelen, het verliezen van onderlinge contacten, daar hebben wij een rol in. Om die schraalheid wat op te vullen."

"Daar ben ik het helemaal mee eens", valt Peter de Krijger hem bij. "Ons motto: 'Er zijn' blijft ons leidmotief."



**Eric van der Vet: 'Mensen kunnen niet zonder contact met anderen.'**

Daar gaan we voor." Corona had ook veel impact bij VPTZ Midden Gelderland, merkte Peter de Krijger op. "Het was wennen. Alles was nieuw, voor iedereen. Het zorgde voor veel onrust. Mensen reageerden verschillend, de een wil tijdelijk stoppen, een ander wil juist wel ingezet worden. We zijn uiteindelijk toch een tijdje gestopt. Gelukkig zijn we weer begonnen en hebben we de stijgende lijn weer opgepakt."

Door covid is ook VPTZ Arnhem een tijdje gestopt met inzetten. Eric: "We zijn gaan nadenken over het verbreden van de doelgroep en het uitbreiden van ons netwerk. Dat leidde tot enkele nieuwe inzichten. We gaan ons aandachtsgebied verbreden door niet alleen hulp te bieden in de terminale fase, maar ook door contacten te leggen in de palliatieve periode ter kennisgeving en eerste afspraken. Daarnaast zetten we in op differentiatie in woon- of leefsituaties, dus niet alleen bij mensen thuis, maar ook in een zorginstelling of een ziekenhuis. Daar is behoefte aan. Thuiszorg en mantelzorgers hebben vaker te kennen gegeven: 'hadden we jullie maar eerder ontmoet'. Daarnaast gaan we, zoals we al een tijdje doen met VPTZ Midden Gelderland, meer samenwerken met andere organisaties in deze regio."

De samenwerking tussen Arnhem en Midden Gelderland blijkt onder meer uit een gezamenlijke nieuwsbrief en rond de jaarwisseling ook uit een gezamenlijke website. Daarnaast zijn ze met Stichting Nabij uit Arnhem vertegenwoordigd in het Netwerk Palliatieve Zorg Regio Arnhem en de Liemers.

Hiermee wordt de samenhang en samenwerking tussen professionele en vrijwillige palliatieve en terminale zorg beter gefaciliteerd in de regio. Samen met STMG organiseren Arnhem en Midden Gelderland medio komend voorjaar het symposium 'Samen er zijn', waarbij de samenwerking van professionals en vrijwilligers het centrale thema is.

Waar beide voorzitters erg blij mee zijn, is dat er ondanks corona toch enkele bijeenkomsten zijn geweest waar vrijwilligers elkaar hebben kunnen ontmoeten. De vrijwilligers van VPTZ Midden Gelderland zagen elkaar tijdens de vrijwilligersdag in het Openluchtmuseum. Tijdens de Internationale Dag van de Palliatieve Zorg op 9 oktober was er voor vrijwilligers van beide organisaties een bijeenkomst voor ontmoeting en bezinning in Zalen centrum Berentsen in Loo. Beide organisaties zijn klaar voor de toekomst en zien die vol vertrouwen tegemoet.



**Peter de Krijger: 'Ons motto: 'Er zijn' blijft ons leidmotief.'**

*Als sterven dichtbij komt*

# Inzet vrijwilligers VPTZ is lichtpuntje voor René

“De hulp en steun die we van Hans en Rens hebben gehad, was fantastisch. Het heeft ons leven in de laatste levensfase van mijn vader iets verlicht. Voor papa omdat hij in Hans en Rens een uitlaatklep had en voor de familie omdat ze de moeilijke situatie even los konden laten. Even tijd voor onszelf.”

Laura (46) en haar moeder Hetty (66) uit Duiven kijken met warme gevoelens terug op de inzet van de vrijwilligers Rens Huuskes en Hans Meeussen van VPTZ (Vrijwillige Palliatieve Terminale Zorg) Midden Gelderland. Van september 2018 tot oktober 2020 zaten zij bijna iedere woensdagavond bij de zieke René thuis, zodat moeder en dochter even tijd hadden voor zichzelf om een kop koffie te drinken bij zoon/broer Remco in Arnhem en te ontspannen bij een gezellige bingo.

“Eigenlijk wilden we geen hulp”, zegt Laura. “We wilden alles zelf doen”, valt moeder Hetty haar bij. “Er kwamen overdag al genoeg mensen in huis. Eerst de thuiszorg, gevolgd door de huisarts, dan ’s avonds weer de thuiszorg. We hadden geen zin in nog meer buitenstaanders over de vloer.”

## ‘Je hebt een momentje voor jezelf’

Totdat de burn-out van Hetty in 2018. De toenemende zorg voor haar man die steeds zieker werd van zijn longemfy-

seem en haar werk als verpleegkundige eisten hun tol op. “Het werd teveel. Ik was 24 uur per dag bezig. Als ik van mijn werk thuiskwam, ging de zorg door voor René. Dat geeft niet. Dat doe je graag. Maar op een gegeven moment trek je het niet meer. Je hebt geen minuut meer voor jezelf.”

Ondanks de intensieve hulp van haar twee kinderen en kleinkinderen, liep ze vast. Totdat ze tijdens een telefoontje met de gemeente van VPTZ hoorde. “Ik wilde op woensdagavond graag met Laura naar de bingo in Arnhem. Even ontspannen, iets anders doen. Maar ik wilde niet aan mijn kleinkinderen vragen iedere woensdagavond op te passen op opa. Zij deden al genoeg. Dus hebben we gebeld met VPTZ Duiven-Westervoort.”

Een goede beslissing. Hetty: “Je kunt even weg en hebt een momentje voor jezelf. Je weet dat er iemand bij René zit en dat geeft rust. Je leeft naar zo’n avondje toe.” Maar ook René vond het fijn als Hans of Rens kwam. Laura: “Hij vond het gezellig als ze kwamen. Hij keek er naar uit. Het was voor hem een lichtpuntje. Dan had hij even iemand anders om mee te praten. Door zijn ziekte was hij een gevangene in zijn huis.”

Laura is zo geraakt door het werk van Hans en Rens dat ze serieus overweegt vrijwilliger te worden bij VPTZ. “Het lijkt me prachtig om zelf een stukje licht te kunnen brengen bij anderen in de laatste levensfase, zoals Rens en Hans dat bij ons hebben gedaan.”



*Vrijwilliger Rens Huuskes en moeder Hetty (met hond William) luisteren naar de afscheidsbrief die dochter Laura voorlas op de begrafenis van haar vader.*

# Nieuwe website voor VPTZ Arnhem | Midden Gelderland

De samenwerking tussen VPTZ Midden Gelderland en VPTZ Arnhem is de laatste jaren op verschillende terreinen intensiever geworden, zoals ook te lezen is in het interview met beide voorzitters Eric van der Vet en Peter de Krijger op de voorpagina. Onder meer op het terrein van de PR door het gezamenlijk uitbrengen van de externe nieuwsbrief.

In deze samenwerking wordt nu een volgende stap gezet. Vanaf 30 december

onderhouden VPTZ Arnhem en VPTZ Midden Gelderland samen één website en gaan de afzonderlijke websites uit de lucht. Tevens wordt de nieuwsbrief vanaf volgend jaar verzonden in Laposta en niet langer als PDF. De verzending voldoet dan beter aan de AVG-privacyregels. Daarnaast is beter te zien wat de lezers het meest aanspreekt. Welke artikelen slaan aan en welke niet. Laposta biedt tevens de mogelijkheid om de inhoud van de nieuwsbrief te

integreren in de website. Al met al reden om samen één website te onderhouden. Omdat zowel VPTZ Arnhem als VPTZ Midden Gelderland binnen de regio van het Netwerk Palliatieve Zorg Arnhem en de Liemers dezelfde ondersteuning aanbiedt, lag deze stap nog meer voor de hand. Trouwens, de nieuwsbrief blijft in de toekomst ook in pdf-formaat te vinden op de website.

Inmiddels kan de nieuwe gezamenlijke website eind van dit jaar de lucht in. Als blikvanger op de homepage en de subpagina's staan voor de herkenbaarheid en couleur lokale foto's uit het werkgebied. Verder is de bereikbaarheid nu duidelijker vermeld met korte en duidelijke informatie.

Sla de nieuwe website [www.vptz-amg.nl](http://www.vptz-amg.nl) maar vast op bij de favorieten. Laat rustig weten of de website aanslaat of niet. Dat geldt ook voor suggesties voor verbetering. Reacties zijn meer dan welkom.



**De homepage van de gezamenlijke nieuwe website van VPTZ Arnhem en VPTZ Midden Gelderland.**

## VPTZ Arnhem

verwelkomt graag vrijwilligers die bewust willen kiezen 'Er te zijn' voor mensen in de laatste fase van hun leven en hun mantelzorgers. Vrijwilligers die hiervoor overdag, maar ook 's nachts beschikbaar zijn om betrokkenen te ondersteunen met aandacht en lichte zorgtaken. De ondersteuning wordt met name thuis geboden, maar ook in een aantal instellingen.

**Voor wie:** Met name voor mensen die de laatste fase van hun leven willen thuis willen doorbrengen. Maar ook voor mensen die in een instelling verblijven.

**Bij ons werken:** Voordat u als vrijwilliger wordt ingezet, krijgt u een basisopleiding en gedurende elke inzet is er deskundige begeleiding en ondersteuning door onze coördinatoren.

**Film** Voor een goede indruk van dit bijzondere en dankbare vrijwilligerswerk, bekijk onze [film](#) (9 minuten.)

**Reageren:** Spreekt het u aan op deze manier van betekenis te zijn voor anderen, voor nadere informatie en een gesprek kunt u terecht bij:

Dolf Mulder, Beleidscoördinator VPTZ Arnhem tel.: 06-1495 1013, mail: [dolfmulder@vptzarnhem.nl](mailto:dolfmulder@vptzarnhem.nl).



## VPTZ óók voor ondersteuning thuiszorg en zorginstellingen

Vanwege COVID-19 is de druk op de zorg erg groot.

Aanhoudend wordt er een groot beroep gedaan op de professionals die hier werkzaam zijn.

Daarom wil VPTZ er de aandacht op vestigen dat haar vrijwilligers in deze lastige tijden kunnen ondersteunen, voor zover het situaties

betreft waar iemands levenseinde nadert.

VPTZ nodigt thuiszorg en zorginstellingen nadrukkelijk uit om eerder dan tot nu toe soms het geval is, contact te leggen om te bespreken welke aanvulling VPTZ kan bieden. Samen optrekken om het verschil te maken voor de cliënt!

*We hebben een bewogen jaar achter de rug als gevolg van corona.*

*Het komend jaar zal de invloed hiervan groot blijven.*

*En dat geldt ook voor de komende kerstdagen.*

*Nu we maar in heel klein verband kunnen samenkomen, wensen wij u toe dat u wegen vindt om attent te zijn naar elkaar, en om verbonden te zijn met wie u dierbaar zijn.*



*Vrijwilligers, coördinatoren en bestuurders van VPTZ Midden Gelderland en VPTZ Arnhem wensen u fijne kerstdagen en een gezond en gelukkig nieuwjaar.*



Steun in de rug  
Thuis, in de laatste levensfase  
VPTZ Arnhem

### Secretariaat:

Akkerwindestraat 1-109  
6832 CR Arnhem

[www.vptzarnhem.nl](http://www.vptzarnhem.nl)

[info@vptzarnhem.nl](mailto:info@vptzarnhem.nl)

### Nummer voor hulpvragen:

**Tel. 06-5100 9572**

### Algemeen coördinator:

Dolf Mulder

Tel. 06-1495 1013



Vrijwilligers Palliatieve  
Terminale Zorg  
Midden Gelderland

### Postadres:

Rosendaalselaan 20  
6891 DD Rozendaal

[www.vptzmiddengelderland.nl](http://www.vptzmiddengelderland.nl)

[info@vptzmiddengelderland.nl](mailto:info@vptzmiddengelderland.nl)

### Nummer voor hulpvragen:

**Tel. 06-174 55 664**

### Algemeen coördinator:

Saskia Hofman

Tel. 06-239 43 784

### Redactie:

Hans Teunissen

Nummer 16, december 2021