

## DOORLOPENDE ACTIVITEITEN

Hal en 1e verdieping

### Before I die wall

Op de 'Before I Die Wall' staat tientallen keren het zinnetje 'Before I die I want to...'. Kom binnen om het zinnetje af te maken door met krijt je grootste wens op te schrijven. De Wall stimuleert het nadenken over het leven en het onvermijdelijke sterven dat daaraan verbonden is.

### Beter samen•leven met begraven

Hoe zou jij begraven willen worden? En ken je eigenlijk alle mogelijkheden? We zetten er een aantal voor je bij elkaar. Zien, voelen, ervaren. Wat past het best bij jou?

### Boom der herinnering

Hoe wil jij na je dood herinnerd worden? Je wordt uitgenodigd om de boom der herinneringen te vullen met je eigen wens(en).

### Centrum voor Levensvragen

Zingeings- en levensvragen kunnen in alle fasen van het leven een rol spelen. Maar ze treden nadrukkelijk op de voorgrond bij ervaringen met (ernstige) ziekte en eindigheid. Het Centrum voor Levensvragen biedt de mogelijkheid om in gesprek te gaan over wat je bezig houdt op het gebied van zingeving en levensvragen. Geestelijk verzorgers van het centrum zijn aanwezig om uitleg te geven en je te laten ervaren wat zij kunnen betekenen.

## Workshop: Versier een herinneringssteen

Voor kinderen én volwassenen!

Schilder een mooie herinnering op een steen. Dit mag een herinnering zijn aan iets of iemand die er niet meer is. Het mag ook een herinnering zijn aan een mooie, of juist verdrietige gebeurtenis. De beschilderde steen mag mee naar huis, om op een bijzondere plek leggen of om gewoon bij je houden.

### Informatiestands

Kom informatie ophalen over het thema bij de stands in de hal van Glaspaleis Schunck. Verwacht worden onder meer de volgende stands:

- Ruggesteun en steunpunt Mantelzorg
- Toon Hermanshuis Parkstad
- Hospice De Mantelhof
- Hospice De Vlinderhof
- Cicero Zorghuis Palliatieve Zorg
- Netwerk Palliatieve Zorg OZL / Centrum voor Levensvragen

### Leestafel Bibliotheek

In de Bibliotheek zijn leestafels ingericht met boeken die raken aan het thema van de dag. Voor als je nog meer wilt weten, lezen en ervaren. En om te inspireren.

## COLOFON

Uitgave: Netwerk Palliatieve Zorg OZL, Postbus 149, 6440 AC Brunssum, Tel. 06 57 31 66 97  
www.palliatievezorglimburg.nl, info@palliatievezorg-ozl.nl,  
www.facebook.com/palliatievezorglimburg

Redactie: Jolanda Timmermans-Joosten en HBPR  
Productie: Hein Berendsen, HBPR (www.hbpr.nl)

# BETER SAMEN•LEVEN



Netwerk  
Palliatieve Zorg  
Oostelijk  
Zuid-Limburg

# MET DE DOOD

MAAND  
VAN DE  
PALLIATIEVE  
ZORG

**In heel Limburg zijn er rondom dit thema in oktober en november tal van activiteiten. In Parkstad zijn die op zaterdag 15 oktober van 12.00 tot 17.00 uur in GLASPALAIS SCHUNCK**

**STERFELIJK** zijn we allemaal. Maar ben je ook wel **VOORBEREID** op de dood, als die zich vroeg of laat aandient?

In de palliatieve zorg vinden we het belangrijk om **BEWUST SAMEN** te **LEVEN** met de **DOOD**. Na te denken en te praten over je wensen, voor als het zover is. Dan kunnen zorgverleners en naasten gemakkelijker de door jou **GEWENSTE ZORG** verlenen.

Op deze dag wil het netwerk Palliatieve Zorg Oostelijk Zuid-Limburg iedere burger, oud én jong, bewust maken van het belang van praten over en samenleven met de dood. Het motto van vandaag is dan ook: **jong geleerd, is oud gedaan!** We bieden je een uitgebreid programma aan, waardoor je de gelegenheid krijgt je te informeren en in gesprek te gaan over dit onderwerp.



AUTEUR REMONA DE HOND

VOORLEZEN

SIGNEREN

LEESTAFEL

INFOSTANDS

WORKSHOPS

GESPREKKEN

LEVENSVRAGEN

FILM

THEATER

RITUELEN

DE UITVAART

ROUWEN

WALL BEFORE I DIE

MUZIEK

BEDSIDESINGERS

SCHILDERIJEN

# PROGRAMMA

## IN CHRONOLOGISCHE VOLGORDE

|            |  |                   |
|------------|--|-------------------|
| 12.00 uur  | Miniconcert Bedsidesingers                 | Hal               |
| 12.30 uur  | Workshop Euthanasie en Palliatieve Sedatie | 2e verdieping     |
| 12.45 uur  | Interview auteur Remona de Hond            | 2e verdieping.    |
| 13.30 uur  | Miniconcert Bedsidesingers                 | Hal               |
| 13.30 uur  | Workshop Praten over de dood is niet eng   | 2e verdieping     |
| 14.00 uur  | Workshop Euthanasie en Palliatieve Sedatie | 2e verdieping     |
| 14.15 uur, | Interview auteur Remona de Hond,           | 2e verdieping     |
| 15.00 uur  | Miniconcert Bedsidesingers                 | Hal               |
| 15.00 uur  | Workshop Praten over de dood is niet eng   | 2e verdieping     |
| 15.30 uur  | Workshop Euthanasie en Palliatieve Sedatie | 2e verdieping     |
| 15.45 uur  | Voorlezen over de dood voor kinderen       | 3e verdieping     |
| 16.30 uur  | Sluiting                                   |                   |
| 20.00 uur  | Film Nowhere Special                       | Filmtheater Royal |

## DOORLOPENDE ACTIVITEITEN in de Hal en op de 1e verdieping

- Before-I-Die-Wall
- Beter Samenleven met Begraven
- Boom der herinnering
- Centrum voor Levensvragen
- Workshop Versier een Herinneringssteen

## INFORMATIESTANDS in de Hal

- Toon Hermanshuis Parkstad
- Hospice De Mantelhof en Hospice De Vlinderhof
- Ruggesteun en steunpunt Mantelzorg
- Cicero Zorghuis Palliatieve Zorg
- Netwerk Palliatieve Zorg OZL / Centrum voor Levensvragen

### PLAYLIST MUZIEK

Vandaag draaien we muziek, passend bij het thema.

De playlist kun je via de QR-code downloaden:



# PROGRAMMA onderdelen

## In gesprek met REMONA DE HOND

12.45 uur en 14.15 uur, 2e verdieping.

Remona de Hond, weduwe van Marc de Hond, schreef een boek over haar nieuwe leven zonder Marc. Daarin vertelt zij over haar eigen rouw, maar ook over die van haar kinderen en hoe ze hiermee omgaat. Remona zal twee keer worden geïnterviewd door journalist Hub Bertrand en zij zal ook voorlezen uit haar boek.

Haar boek 'Laat je tranen vloeien tot een vijver' kunt u kopen bij de stand van Boekhandel Van der Velden Van Dam en ze door de auteur te laten signeren. Ook het boek 'Licht in de tunnel' van Marc de Hond is verkrijgbaar.



## Zang: Bedsidesingers Zuid-Limburg

12.00 uur, 13.30 uur en 15.00 uur, in de HAL.

De Bedsidesingers -Limburg zingen voor mensen die niet meer beter zullen worden. Dat kan in de laatste (terminale) levensfase, maar ook al daarvoor. Door zacht, liefdevol en aandachtig te zingen bieden zij een moment van ontspanning en troost in het proces rond het sterven en afscheid nemen. Zij geven drie keer in de loop van de middag een korte impressie van hun repertoire.

## Workshop Euthanasie en palliatieve sedatie

12.30 uur, 14.00 en 15.30 uur, 2e verdieping.

Anna Nelis, verpleegkundig specialist palliatieve zorg gaat met bezoekers in gesprek over de mogelijkheden van euthanasie en palliatieve sedatie, zodat je niet voor verrassingen komt te staan.

## Workshop Praten over de dood is niet eng

13.30 uur en 15.00 uur, 2e verdieping.

Saskia Vullers van Leaf ritueelbegeleiding is expert in het praten over de dood met (basis)schoolkinderen. Zij gaat samen met kinderen, hun ouders en/of grootouders aan de slag en biedt handvatten voor een goed gesprek over dit moeilijke onderwerp.

## Voorlezen voor kinderen

15.45 uur, 3e verdieping, Bibliotheek

De dood is een onderwerp dat in de kinderliteratuur redelijk wat aandacht krijgt. Saskia Vullers van Leaf Ritueelbegeleiding leest voor uit een van de boeken die op de leestafel liggen.

## Film: Nowhere special

20.00 uur, Royal Theater

In samenwerking met Filmhuis de Spiegel biedt het Netwerk de film 'Nowhere Special' aan. Tegen inlevering van deze flyer krijgt u aan de kassa van het Filmhuis € 2,00 KORTING op de entreprijs.

Alleenstaande dertiger John is glazenwasser, vader van de kleuter Michael, en ziek. De film draait om de vraag: wie gaat er straks voor Michael zorgen? Samen gaan ze op zoek naar adoptie-ouders. Ondertussen zien we wat ouderschap in de praktijk is. Een kleuter die 's ochtends veel te vroeg met boeken bij je in bed kruipt. Kinderhaar ontluizen. Grote en kleine sneakers naast elkaar, stappend door druilerig Belfast. Een ijsje eten. Knuffelen. En: uitleggen wat de dood is.

Inloop vanaf half 8, met een korte voorbeschouwing om 19.50 uur.

Let op! Locatie is het Royal Theater, Stationsplein 5, Heerlen.