



LIEFDEVOLLE ZORG IN DE LAATSTE LEVENSFASE



'Ik zag wat goede zorg voor mensen kan betekenen'

Het aantal opnames in hospices is de afgelopen jaren sterk toegenomen en zal nog verder groeien. Vrijwilligers als Ria Sluijs (67) zijn daarom onmisbaar. In hospice De Mantelmeeuw in Woerden biedt zij liefdevolle zorg en aandacht aan mensen in hun laatste levensfase.

Het is een gewone twee-onder-een-kapwoning aan de Meeuwenlaan in Woerden. Geen naambord in de tuin, geen zakelijke lamellen. Hoewel mensen in de buurt wel weten dat hier hospice De Mantelmeeuw huist, verraadt vrijwel niets de aanwezigheid van de toegewijde verpleegkundigen en vrijwilligers die daar liefdevol zorgen voor mensen in hun laatste levensfase.

BETEKENISVOL

Ria Sluijs is één van hen. Ze rijdt haar fiets achterom en gespt haar helmpje los. Twee keer per week rijdt ze

's morgens vroeg vanuit haar huis in Linschoten naar Woerden om aan haar dienst te beginnen. Heel wat anders dan haar vorige hectische baan in de logistiek. "Ik had al vaker in advertenties gezien dat je vrijwilliger bij De Mantelmeeuw kon worden. Het trok me aan, maar mijn baan was mijn alles en ik kon het er niet naast doen. Toen ik met pensioen ging, kreeg ik er meer tijd voor. Jarenlang zorgde ik met andere familieleden voor mijn verstandelijk beperkte zusje, en later ook voor mijn schoonmoeder. Ik zag wat goede zorg voor mensen kan betekenen. Daarom besloot ik om me samen met een vriendin aan te melden als vrijwilliger", vertelt Ria.

THEORIE EN PRAKTIJK

Ria volgt via het hospice eerst een opleiding om het werk goed te kunnen doen. "Door over je eigen ervaring met rouw en verlies te vertellen, leer je onderscheid te maken tussen wat in het huis gebeurt en wat van jezelf is. Zo ben je beter in staat afstand te nemen en jezelf te beschermen tegen de verdrietige dingen die je ongetwijfeld zult meemaken." Na deze cursus doet Ria onder begeleiding van een mentor ervaring op in de praktijk. "Je leert bijvoorbeeld hoe het huishouden gerund wordt, hoe je een bed verschoont, mensen op hun andere zijde legt of te eten geeft als ze dat zelf niet meer kunnen. Maar het gaat ook om hoe je contact maakt, familieleden opvangt."

EMOTIE

Vooraf is ze weleens bang geweest dat ze misschien een te emotioneel mens voor het werk zou zijn. "Dat viel me mee. Het eerste overlijden viel me minder zwaar dan ik dacht. Natuurlijk voelde ik mee met het verdriet van de familie, maar ik kon er met afstand naar kijken. En dat is ook goed. Het is niet de bedoeling dat ik mee ga zitten huilen." Dichterbij komt het als Ria in het huis te maken krijgt met een bekende uit haar woonplaats. "Ik heb haar eerst gevraagd of ze wel door mij geholpen wilde worden. Ze herkende mij ook en wilde dat gelukkig graag. Die tijd met haar is me altijd bijgebleven. Dat deed me wel wat."

ALLEDAAGSE DINGEN

Als bewoners er prijs op stellen, houdt

Ria ze gezelschap op de kamer. "Gesprekken gaan vaak over vroeger, maar ook over het geloof, de kerk, politiek of sport. Anders dan mensen soms denken, gaan die gesprekken niet altijd meteen de diepte in. Ook aan het einde van de rit maken mensen zich nog druk om alledaagse dingen. Soms merk je toch dat iemand onrustig is, worstelt met een verdriet. Zo herinner ik me een bewoner die jaren geen contact meer had met zijn zoon en het daar heel moeilijk mee had. Wij hebben bewerkstelligd dat de zoon alsnog zijn vader bezocht. Voor zijn overlijden kwam het goed tussen de twee."

INTENSE ERVARINGEN

Er zijn momenten dat Ria het werk moeilijk vindt. "Niet zozeer vanwege de dood, maar meer door de onmacht die je voelt als iemand bijvoorbeeld niet meer zelf uit zijn woorden kan komen, in de war is, om hulp roept of heftige pijn heeft die niet onder controle te krijgen is. Dat kan heel intens zijn. Als ik na zo'n ervaring thuiskom, drink ik een kop koffie met mijn man en heb het er even over. Of ik ga wandelen met mijn vriendin die hetzelfde werk doet. We vertellen elkaar wat ons aangrijpt en dan zijn we het kwijt. Het is niet allemaal verdrietig, hoor, we lachen ook om leuke dingen die we tijdens het werk meemaken. De dankbaarheid die je voor dit werk krijgt, is het mooiste. Daar doe je dit voor." ■

'De dankbaarheid die je voor dit werk krijgt, is het mooiste'



REAGEREN OP DIT ARTIKEL?
redactie@maxmagazine.nl
of Postbus 277 -
1200 AG Hilversum

TOENAME AANTAL OPNAMES IN HOSPICES

De opnames in hospice De Mantelmeeuw zijn in vijf jaar tijd verdubbeld. Het waren er rond de 40 à 45, nu zijn het er over de 80. "Afgelopen jaar hebben we veertig keer 'nee' moeten verkopen, omdat we geen plek hadden", vertelt Mirjam Bijlenga, directeur van stichting De Mantelmeeuw. De vraag zal komende jaren verder stijgen door vergrijzing, minder personeel in de thuiszorg en een tekort aan mantelzorgers. Door een tekort aan bedden leidde landelijk bijna 7500 aanmeldin-

gen niet tot een opname, zo blijkt uit onderzoek van de Vrijwilligers Palliatieve Terminale Zorg (VPTZ) Nederland en de Associatie Hospicezorg Nederland (AHZN). Mede door deze groei, hoopt De Mantelmeeuw in 2026 te verhuizen naar een nieuwe locatie met zes kamers in plaats van de huidige vier, en zamelt daarom geld in om dat te kunnen realiseren.

Meer informatie: demantelmeeuw.nl.