

NIEUWSbrief

HOSPICE DIGNITAS

NUMMER 6
OKTOBER 2019

ONZE GAST VERTELT

De boomlange Dick Postma is in de gemeenschappelijke huiskamer van Dignitas. De zon weerkaatst op de glazen droppot waar Dick net zijn hand in heeft gestoken. "Even lekker snoepen", zegt Dick met een glimlach terwijl hij twee dropjes in zijn mond stopt.



Dick kreeg begin dit jaar te horen dat hij longkanker heeft. Met zijn grote, sportieve gestalte en zijn opgewekte humeur oogt hij niet ziek. Pas na een tijdje merk je dat hij het benauwd heeft. Ondanks zijn benauwdheid vertelt hij opgewekt over zijn leven. Dick had jarenlang een eigen bedrijf in taxaties en expertises, met veertien man personeel. Een succesvolle zakenman dus. In 2008 verkocht hij zijn bedrijf, mede omdat hij toen al een tijdje leukemie had en van het leven en zijn vier kinderen wilde genieten.

Bewust in het leven staan

"Ik hecht niet zo aan materiële dingen. Mijn kinderen en bewust in het leven staan, zijn voor mij veel belangrijker. In 2004 kwam ik in aanraking met het zenboeddhisme. In het

zenboeddhisme hebben ze eerbied voor alles wat leeft. Daar leerde ik ook dat leven en dood bij elkaar horen. Hierdoor kan ik mijn huidige situatie accepteren. Mijn lijfspreuk is dan ook: 'het is wat het is'."

"Juist omdat ik hier ben, leef ik weer op."

Dicks dochter Naomi komt elke avond.

"Direct uit haar werk rijdt ze hiernaartoe en dan eten we samen. Het is fijn dat dit hier kan. Mijn drie zoons, Jerry, Roy en Jordy, komen ook veel langs. Ondanks mijn ziekte

vind ik deze periode ook heel mooi. Ik durf mij kwetsbaar op te stellen en daardoor worden mijn kinderen ook open en hebben ze meer begrip voor elkaar." Behalve met zijn kinderen praat Dick ook veel met Piet, zijn vertrouwenspersoon van Dignitas. "Eerst leek een vertrouwenspersoon mij niet zo nodig, maar nu merk ik dat ik veel steun aan hem heb. Juist omdat Piet geen familie van mij is, heeft hij een objectieve kijk op de situatie. Dat is van grote meerwaarde voor mij."

Duidelijkheid

"Ik woonde hiervoor met mijn dochter in een appartement. Maar omdat zij werkt en ik steeds minder kon, was ik veel alleen. Mijn huisarts, mevrouw Witte, kwam regelmatig langs. Toen het thuis niet meer kon, regelde zij een verwijzing naar Dignitas. Ook nu komt ze vaak langs. En dat is prettig, want ik voel mij begrepen en gesteund door haar."

Dick houdt van gezelligheid, maar is ook graag alleen. "Hier is er altijd iemand, maar je kunt je ook terugtrekken op je kamer. Als ik daar behoefte aan heb, geef ik dat duidelijk aan. Ik zeg altijd: 'geef je duidelijkheid, dan krijg je duidelijkheid'. Je wordt hier met alles geholpen. Van het regelen van je laatste wensen tot pijnmedicatie. Hierdoor kom je aan jezelf toe. Juist omdat ik hier ben, leef ik weer op."



**HOSPICE
DIGNITAS**

waar je jezelf mag zijn

DIKKE ZOEN

Een muzikaal moment ontstaat in ons hospice vaak spontaan. Muziek heeft invloed op allerlei gebied. Het helpt bijvoorbeeld emoties te (h)erkennen en te uiten. Kan afleiding geven en voor gezelligheid zorgen.



Dankzij een oproep op facebook is er een gitaar aan ons geschonken. Wij zijn er blij mee! Deze gitaar staat nu centraal in onze huiskamer en er wordt regelmatig op gespeeld. Recentelijk heb ik dit voor onze gast op kamer Braam gedaan. Hij was een beetje van slag, omdat zijn vrouw niet langs kwam. Normaal gesproken komt zij hem elke dag even bezoeken. Ik zag meneer zitten en probeerde hem af te leiden. In reactie op een opmerking van hem zong ik: "het is moeilijk bescheiden te blijven wanneer je zo leuk bent als ik". Meneer ging rechtop zitten en vroeg of ik het nog eens wilde zingen? Ik pakte onze

gitaar, begon te spelen en te zingen aan onze huiskamertafel. Zo kwamen we op het "Westfriezenlied". Meneer zei: "als je dat liedje zingt, krijg je van mij een zoen!"

"Westfriezenlied."

Een lief voorstel en ik heb dit gedaan. Hij zong zelf ook mee, samen met onze andere gasten en vrijwilligers. Na afloop was hij blij ontroerd en bedankte me met een dikke zoen.

Liesbeth Scholten - VERPLEEGKUNDIGE

AANDACHT VOOR PALLIATIEVE ZORG



Overlijden is onlosmakelijk verbonden aan het leven. Het nadenken en praten over de laatste fase en hoe en waar je de zorg in jouw laatste levensfase wil ontvangen, is nog niet zo vanzelfsprekend.

Op 12 oktober is de Internationale Dag van de Palliatieve Zorg. In de week voorafgaand aan deze dag zijn er verschillende initiatieven om kennis te maken met de palliatieve zorg. In hospice Dignitas vinden wij dit een goed initiatief. Wij vinden ook dat één dag of week per jaar niet genoeg is. Wij stellen ons huis Dignitas daarom elke eerste dag van de maand open om eens binnen te kijken. Dit is ook bedoeld om de vragen te kunnen stellen die je hebt over bijvoorbeeld ziek zijn, zorg en overlijden. Iedereen mag langskomen. Wij hopen door onze openheid bij te dragen aan het gesprek over het levenseinde. Dat een voor velen moeilijk bespreekbaar onderwerp makkelijker wordt om met elkaar over te praten.

Eric Ebbelaar - TEAMLEIDER VERPLEEGKUNDIGEN

VRIJWILLIGERS HELPEN

Vrijwilligers zijn onmisbaar. Dankzij hen is er meer tijd en aandacht voor onze gasten en hun naasten, zodat er in alle rust en met aandacht zorg gegeven kan worden. Dag en nacht vormen zij een hecht team met onze verpleegkundigen om onze gasten zichzelf te laten zijn.

Waarom ben je vrijwilliger bij ons?

Mariska, gastvrouw

Ik vind het waardevol om voor mensen in hun laatste levensfase iets te mogen betekenen. Een stukje rust bieden in een kwetsbaar deel van het leven. De waardering die je ervoor terugkrijgt, is onbetaalbaar.

Nettie, vrijwilliger geestelijk welzijn

Het mooie aan dit werk is dat je bij iemand

die je daarvoor niet hebt gekend, zo nabij mag komen. Het contact is echt en gelijkwaardig. Het is niet alleen maar een dankbare gast, gelukkig niet, het is wederzijdse dankbaarheid, een prachtige wisselwerking. Het is voor mij een warme deken als ik in 't hospice kom, de sfeer, de collega's, alsof je in een andere flow dan in het gewone leven bent.



Wij jij iets positiefs betekenen in de laatste levensfase van onze gasten? Neem gerust contact met mij op.

Yvette Oomen - COÖRDINATOR VRIJWILLIGERS