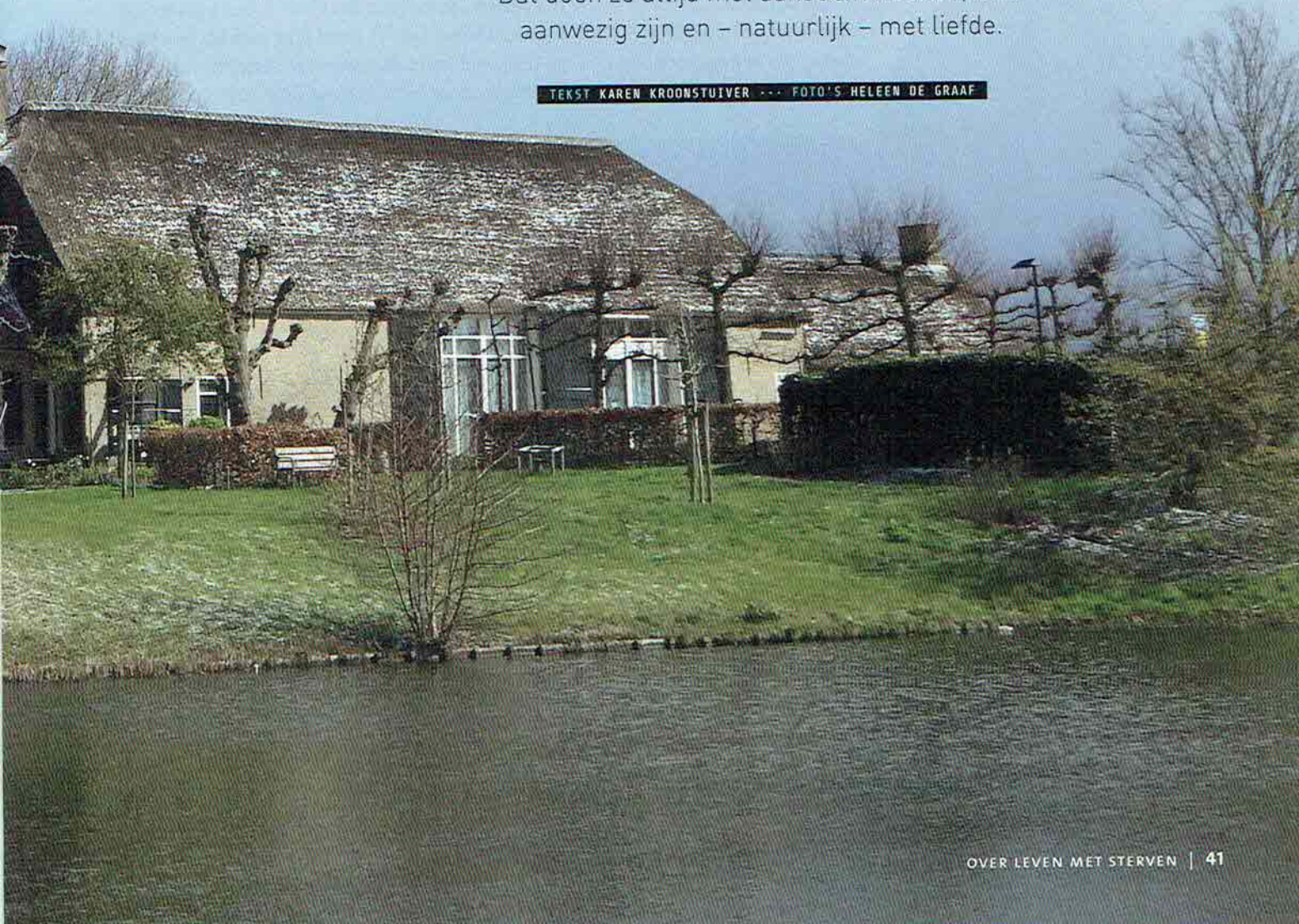


Te gast in hospice 'De Liefde'

Hun gasten komen hier om het leven los te laten. De medewerkers van het Rotterdamse hospice 'De Liefde' ondersteunen hun gasten daarbij. Dat doen ze altijd met aandacht hebben, echt aanwezig zijn en – natuurlijk – met liefde.

TEKST KAREN KROONSTUIVER ... FOTO'S HELEEN DE GRAAF



ER KLINKT EEN KLEIN BELLETJE. De tien mensen in de kring doen hun ogen weer open en verbreken de stilte. Er wordt een stoel verschoven, iemand buigt zich naar haar tas. Het is 10.45 uur, maandagochtend en het is tijd voor de overdracht van de diensten. Die start met vijf minuten in stilte bij elkaar zitten. Daarna wordt even kort geïnformeerd 'hoe iedereen erbij zit' en dan bespreken de aanwezigen hoe het met de gasten is. Hebben ze wensen aangegeven? Willen ze nog iets specifiek eten? Hoe hebben de gasten geslapen? Je kunt je afvragen wat de naamgeving ertoe doet: gasten, bewoners, patiënten, cliënten. Het antwoord is, veel: een gast maak je het naar de zin, dat zit al in de betekenis van het woord. De gast staat hier centraal, niet het schema van de mensen die er (vrijwillig) werken. Iedereen hier houdt, zoveel als mogelijk is, rekening met wat de gast wil.

De korte meditatie als dagopening in dit hospice geeft een andere start aan de dag dan binnenrennen en direct vol de hectiek van alledag in. "Je begint de dag even in aandacht en volle

rust. Ik merk dat ik dat belangrijk vind," zegt Patricia de Groot. Ze is een van de twee coördinatoren bij hospice De Liefde, dat nu ruim een jaar open is. In de prachtig verbouwde boerderij aan de zuidrand van Rotterdam kunnen zes mensen het laatste stuk van hun leven wonen. In de laatste maanden van hun leven kunnen de gasten hier liefde, zorg, en aandacht ervaren. De maximale verblijfsduur is drie maanden. Patricia: "In theorie kan die termijn een keer verlengd worden, maar in de praktijk is dat nog niet gebeurd."

Het is moeilijk voor te stellen dat ook jij sterft

Vrijwilliger Zweitze Zwart: "Iedereen die hier binnenkomt, weet dat hij hier gaat sterven. Tegelijkertijd zit er bij de meesten ook een idee dat dat niet gaat gebeuren. 'Ja, tuurlijk, dood, iedereen gaat dood. Maar ik niet, ik ben die uitzondering.' Ik denk omdat het moeilijk voor te stellen is dat je sterft. Je weet dat het zo is, maar om dat ook zo te voelen en te ervaren... Je ziet wel dat bij de meeste gasten een moment komt dat het besef echt indaalt: ja, o ja, ik ga toch echt dood. Dat moment verschilt van mens tot mens, maar het komt eigenlijk altijd." Zweitze is



Patricia de Groot





zorgvrijwilliger en heeft een achtergrond in de zorg en in coaching. Bij 'De Liefde' is hij ook medeverantwoordelijk voor de leergang Stervensbegeleiding die iedere vrijwilliger in principe volgt. "De leergang helpt je onder andere om er echt te zijn voor de gasten hier. Dat is belangrijk. Buitenstaanders denken dat je vooral goede gesprekken moet kunnen voeren. Je hoort mij niet zeggen dat dat onbelangrijk is, maar het is niet zo dat bij 'De Liefde' de hele dag met gasten over de dood gesproken wordt. Mensen vragen zich dat weleens af, maar nee. Het is wel belangrijk dat je met je aandacht aanwezig bent als zorgverlener. Dat kan op heel veel verschillende manieren. Ik doe het bijvoorbeeld door te bedenken hoe het zou zijn als ik die gast was. Wat zou ik dan willen? Nodig hebben? Zo word je op een bepaalde manier één met die ander."

Er werken zo'n honderd vrijwilligers

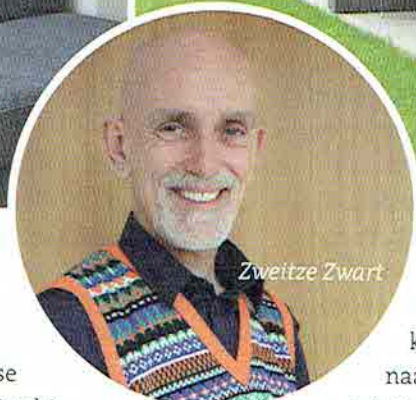
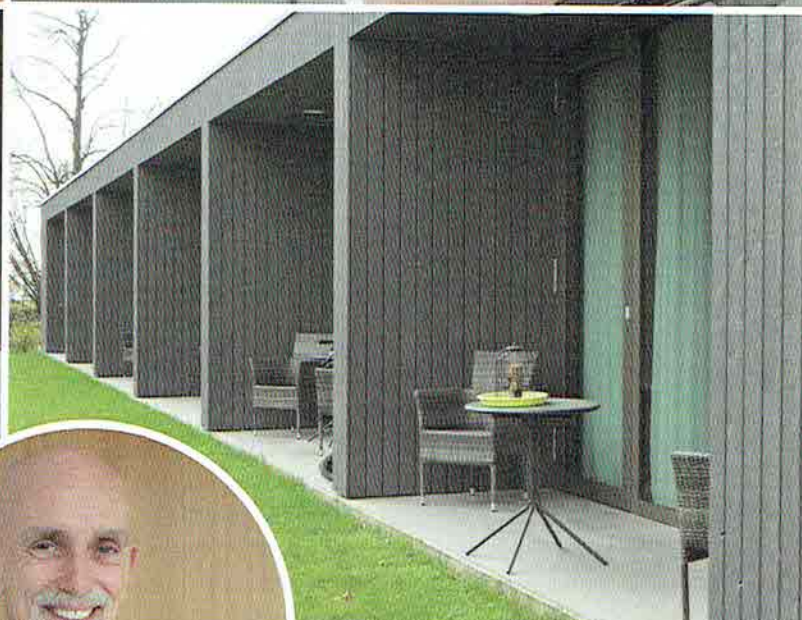
Ben Groeneveld is één van de gasten en zegt dat hij niet zoveel nodig heeft. "Beetje buiten zitten als het mooi weer is, wandelen met de rolstoel of even een gezellig praatje. Nou, verder kijk ik hier een beetje tv, m'n dochters komen langs, het is prima zo." Ben is een geboren en getogen Rotterdammer en dat wil hij weten ook. In zijn kamer heeft hij een foto van

Wat is een hospice?

Vaak is een hospice een sfeervol huis of een kleinschalige instelling. Terminaal zieke mensen brengen er hun laatste levensfase door, in alle rust en geborgenheid. Hospicezorg kan er ook zijn op een hospiceafdeling van een verpleeghuis, in een ziekenhuis of aan huis. Een hospice is een goed alternatief als iemand niet (meer) thuis of in een ziekenhuis kan blijven. Of dat niet wil.

Een hospice is gericht op de hoogst mogelijke kwaliteit van leven. Niet alleen van de stervende, ook van de naasten. Gastvrijheid, privacy en kwaliteit van zorg zijn belangrijke uitgangspunten. Bewoners hebben een eigen kamer en kunnen persoonlijke spullen meenemen, soms ook kleine huisdieren. Er zijn geen vaste bezoeken. Familie en vrienden kunnen in- en uitlopen. Naast medische zorg is er oog voor psychosociale en geestelijke zorg. In een hospice werken gespecialiseerde verpleegkundigen die verpleegkundige zorg verlenen. Veel hospices hebben een arts en een geestelijk verzorger in dienst. Naast de verpleegkundigen zijn er professionele vrijwilligers aanwezig die 'er zijn' voor de bewoners en de naasten. In sommige hospices, de zogenaamde Bijna-Thuis-huizen werken alleen vrijwilligers. Hospice 'De Liefde' is een Bijna-Thuis-huis. De thuiszorg levert de verpleegkundige zorg, de (eigen) huisarts verleent de medische zorg. Sommige hospices bieden ook respijtzorg wanneer de zorg thuis tijdelijk te zwaar wordt voor mantelzorgers.

Hospicezorg wordt door de zorgverzekering vergoed, net als thuiszorg. Daarbij is een wettelijke, inkomensafhankelijke eigen bijdrage verplicht. Vaak wordt er voor een verblijf een eigen bijdrage per dag gevraagd. Steeds vaker vergoeden ziektekostenverzekeringen deze kosten ook geheel of gedeeltelijk. Het verblijf in een hospice kan een waardevolle periode zijn voor de stervende en zijn naasten zijn, om samen naar het naderende levenseinde toe te groeien.



de Rotterdamse skyline opgehangen. "Dit is toch alles? Eigenlijk hoef je niet verder te kijken. Nou ja, kijk, hier hangt ook het Romeinse Colosseum. Had ik wel graag in het echt gezien. Maar dat is er niet meer van gekomen." Hij zegt het laconiek en geniet zichtbaar van het bezoek van DREMPEL. Als hij uit het raam kijkt, ziet hij de mooie tuin van 'De Liefde'. "Zeker, dat is een mooie tuin en ik zie daar vaak mensen in werken."

"Daar besteden we inderdaad veel aandacht aan," beaamt coördinator Patricia trots als ze de tuin laat zien. "We hebben een toegewijd team van enthousiaste tuinvrijwilligers. Mensen denken vaak bij vrijwilligerswerk bij een hospice aan zorgvrijwilligers, maar daarnaast zijn er mensen die helpen bij de administratie, boodschappen doen, koken, noem maar op. Er werken hier bij elkaar zo'n honderd vrijwilligers."

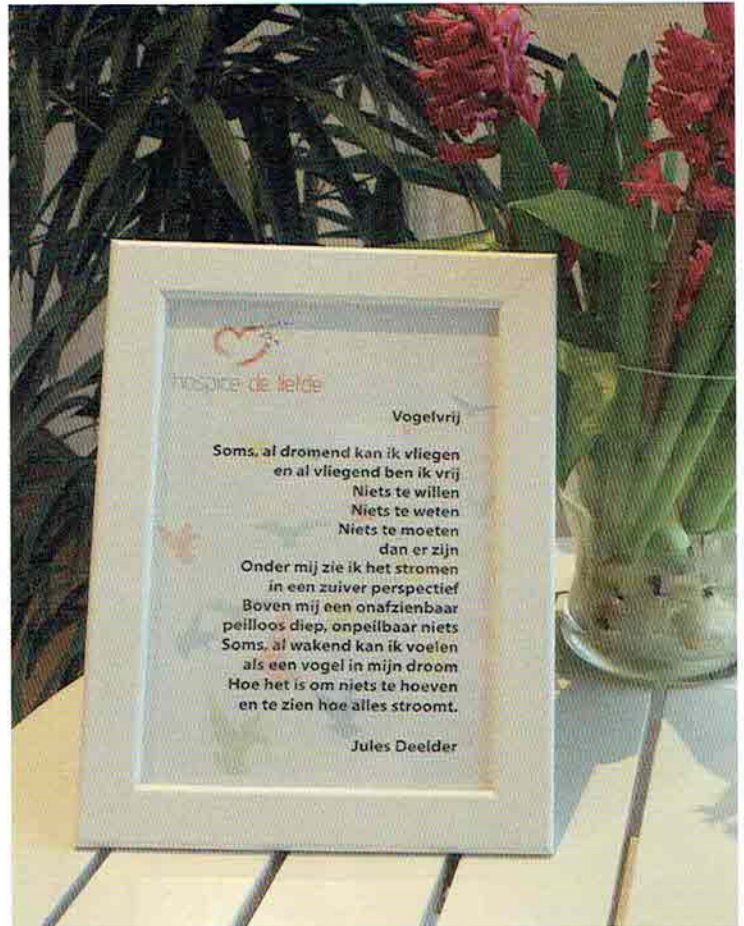
Da's best een flink aantal voor de maximaal zes gasten die hier kunnen verblijven. Maar als je kijkt naar het aantal mensen dat betrokken is bij iemand die in een verzorgingstehuis woont of in een ziekenhuis ligt, dan zal dat aantal uiteindelijk niet eens zo enorm verschillen. Een groot deel van die honderd mensen werkt een paar uur per week in het hospice, geen volle dagen. Patricia: "Er is wel altijd, dag en nacht, een medisch geschoolde en professionele zorgverlener in huis. Die komt via de thuiszorgorganisatie Laurens bij ons. Daar hebben we een fijne samenwerking mee en hun zorgverleners kiezen er ook bewust voor om hier te werken. Niet iedereen die in de zorg werkt, wil in een hospice werken."

Als een gast weken of soms maanden in 'De Liefde' is, dan krijg je als medewerker misschien ook wel een band met een gast. Patricia zegt helder en

vriendelijk: "Ik noem het liever verbinding en die voel ik als vanzelf. Soms maak je gemakkelijk contact met iemand, heb je een klik. Of iets van die ander raakt iets in jou, waardoor dat echt binnenkomt. Dat gebeurt, ja. Als je hier werkt, neem je natuurlijk ook jezelf mee." Ze geeft een voorbeeld: "Ik was hier nog maar net, toen er in de rituelenruimte iemand piano speelde, die man had net zijn vrouw verloren. De klanken, de sfeer en het moment raakten me zó op dat moment, dat ik volschoot en mijn tranen niet meer kon stoppen. Toen was dat even ongemakkelijk, tegelijkertijd was het ook heel mooi. Ik denk er nog altijd met warmte aan terug, omdat het ook voor mij een bijzonder moment was."

Volledige aandacht geven

Aan de muur van de rituelenruimte hangt een grote lotusbloem. Door het hele hospice heen vind je losse blaadjes van de lotus: op muren, op vloeren. Het idee daarachter is, dat iemand pas zicht heeft op het grotere geheel van het leven (de hele bloem) aan het eind van het leven, als het lichaam na het overlijden in deze ruimte aankomt. De lotusbloem zie je bijvoorbeeld terug in het boeddhisme. 'De Liefde' is niet boeddhistisch, maar heeft zich wel laten inspireren door elementen uit het boeddhisme. Bestuursvoorzitter Hans Gijsen: "Mindfulness, bijvoorbeeld. Je kunt veel dingen mindful doen, met aandacht in het moment zijn. Van muziek luisteren tot aan wandelen of breien aan toe. Je volledige aandacht geven aan waar je mee bezig bent. Vanuit die gedachte zijn we bij 'De Liefde' ook gaan kijken naar pijn. Als iemand terminaal ziek is, gaat dat vaak gepaard met pijn. Dat kun je op een medische manier oplossen, maar soms kan dat evengoed op een andere manier als iemand daar open voor staat. Zo willen we hier ook kijken, om de nadruk van de medische kant af te halen. Soms helpt het net zo goed om even naar buiten te gaan, afleiding te hebben in een gesprek of wat dan ook. De mentale zorg die we hier geven, kan de medische zorg versterken of minder nodig maken. Leven en dood hangen met elkaar samen en in onze cultuur wordt de dood makkelijk weggestopt. Het bestaat niet. Zoals ook ziekte liever niet bestaat. Er is niemand die geen angst heeft op het moment dat hij weet dat hij heen zal gaan. Komen wij dat in ons hospice tegen, dan zijn wij er om de gast mentaal en fysiek te ondersteunen."



Jules Deelder is er elk afscheid bij

Vaak zijn het met name de naasten van de gasten die moeite hebben met het lijden van degene die sterft. "Het is moeilijk om iemand van wie je houdt, te zien lijden. Tegelijkertijd is het iets ongelooflijks intiems als je bij iemand bent die sterft," zegt Zweitze.

Patricia vult aan: "We vergeten vaak dat geboren worden ook niet pijnloos is. En vooral mensen om de gast heen kunnen het daar zwaar mee hebben. Daar hebben we hier bij 'De Liefde' ook oog voor."

Hospice 'De Liefde' heeft een vast afscheidsritueel als een gast overlijdt. Op het tafeltje in de gemeenschappelijke ruimte gaat een kaars aan en die blijft branden zolang het lichaam van de overledene nog in het hospice is. Bij het verlaten van het hospice, verzamelen de medewerkers zich. Er wordt op een gong geslagen en een medewerker leest een gedicht van Jules Deelder voor. Prachtige poëzie met Rotterdamse nuchterheid. Het past bij dit hospice: spiritualiteit in combinatie met praktische zorg. ■