



Vrijwilligers bij Issoria

*van
A t/m Z*



HOSPICE ISSORIA

Vrijwilligers bij Hospice Issoria van A t/m Z

Hospice Issoria zou er niet zijn zonder vrijwilligers. Om hen in het zonnetje te zetten hebben we dit boekje gemaakt. Het geeft een indruk van het werk dat al die vrijwilligers doen. Zij voeren vele taken belangeloos uit. Zij zitten in het bestuur, zij verzorgen de pr en communicatie, zij geven rouwbegeleiding, zij onderhouden het pand en de tuin, zij koken en zij verzorgen de gasten. Bij elkaar telt Hospice Issoria rond de 110 vrijwilligers. Hun werk wordt gecoördineerd door vier betaalde medewerkers, drie coördinatoren en één hospice-assistente.

Dit boekje dient ook nog een tweede doel. Het geeft mensen die geïnteresseerd zijn vrijwilliger te worden bij Issoria een beeld van wat vrijwilligers doen en hoe zij dat (met elkaar) doen.

En tenslotte heeft het boekje als doel u te raken. Het is hartverwarmend dat zoveel betrokken burgers samen vrijwillig een belangrijke maatschappelijke rol vervullen. Wekelijks steken zij uren van hun vrije tijd daarin. Ook al worden zij niet betaald, het werk van Issoria kost desondanks geld. Natuurlijk krijgt Issoria daarvoor subsidies. Die subsidies zijn niet toereikend. De Stichting Vrienden van Issoria voert daarom jaarlijks meerdere acties om het gat in de begroting te dekken. En er zijn vele donateurs die jaarlijks geld geven. Draagt u Issoria en zijn vrijwilligers een warm hart toe, stort dan geld op de rekening van de Vrienden van Issoria. Ieder bedrag is welkom!

A

Aandacht

Aandacht is de kern van het werk van vrijwilligers in Issoria. Aandacht voor iedere gast met zijn of haar levensverhaal, behoeftes, verdriet, angsten, verlangens... Een luisterend oor zijn voor gast en naasten. **Aandacht** voor het gewone en de kleine dingen: een opgeruimde kamer, een schoon bed, een arm om de schouder, een beetje slagroom op het toetje. Een warme hand, die voeten masseert. Aandacht ook voor de collega-vrijwilliger. Want je staat er nooit alleen voor...

B

Boodschappen

Ongeveer eens in de drie weken gaan twee vrijwilligers van Issoria op pad om de voorraden aan te vullen. Dat doen ze bij de Sligro. De meeste dingen op hun lijstje zijn houdbare artikelen. De dagelijkse **boodschappen** doet Issoria niet in het groot, want er wordt altijd rekening gehouden met de wensen van de gasten en met hoeveel naasten er willen mee-eten. Bovendien halen we vlees en kaas het liefst bij een echte slager en kaasboer. Meestal doet de kookvrijwilliger van die dag de boodschappen, nadat de gasten verteld hebben waarin ze trek hebben.



C

Coördinatoren

Hospice Issoria draait op vrijwilligers. Om hun werk in goede banen te leiden zijn er drie betaalde **coördinatoren** in dienst. Zij hebben onderling taken verdeeld. Taken als: werkplanning, scholing, rouw, contacten met ActiVite (verpleegkundige zorg), intakes van nieuwe gasten en familie, bestuurszaken. De coördinatoren zitten in werkgroepen met de vrijwilligers en verpleegkundigen om met elkaar te praten over hoe het gaat, wat er kan worden geleerd en/of verbeterd in de zorg, het huis of de tuin.

D

Deurknopgesprek

Een geliefde, een vriend of kennis bezoeken in Issoria roept vaak veel op. Zien dat hij of zij elke dag een beetje inlevert, pijn heeft of moeite om het einde van het leven te aanvaarden, dat doet wat met je. Als het even kan lopen vrijwilligers graag mee naar de buitendeur. Vaak spontaan vindt daar een **deurknopgesprek** plaats. Op de drempel ontstaan als vanzelf gesprekken, nemen tranen even hun loop en kunnen emoties of zorgen gedeeld worden.

E

Eten

Koken voor gasten van Issoria is een uitdaging. Want het komt nogal eens voor dat het hen ontbreekt aan eetlust. Soms kun je daar als kookvrijwilliger iets aan doen, soms niet. "Er was eens een meneer die zei dat hij helemaal geen trek in **eten** had. Toen zei ik: kom maar in de keuken ruiken, dan krijgt u misschien wel trek. En dat was ook zo", vertelde een van de kookvrijwilligers eens. Ook bij het ontbijt en de lunch wordt rekening gehouden met de wensen van de gasten.



F

Familie

Voor de meeste mensen is familie van onschatbare waarde. Als je ernstig ziek bent wil je die vooral zoveel mogelijk om je heen hebben. In Issoria kan **familie** elk moment van de dag binnen lopen. Er zijn geen vaste bezoektijden. Er is altijd een vrijwilliger of verpleegkundige die de voordeur kan open doen, een naaste op kan vangen en voor een kopje koffie kan zorgen.

G

Gast

Mensen die de laatste fase van hun leven in Hospice Issoria doorbrengen, noemen we **gast** en geen patiënt. Met het woord 'gast' willen we een paar dingen uitdrukken. Een patiënt krijgt medische zorg om te genezen. Helaas is dat bij onze gasten niet meer mogelijk. Onze medische zorg is vooral gericht op bestrijding van pijn of andere symptomen. Daarnaast drukt het woord gast uit dat we (de vrijwilligers in de zorg en de keuken) de mensen behandelen zoals we gasten thuis ontvangen. Alles is gericht op het bieden van comfort, het vervullen van wensen en het geven van aandacht.

H

Hospicezorg

Onze gasten weten dat ze binnen afzienbare tijd zullen sterven. Dat wil niet zeggen dat ze al gestorven zijn. Onze gasten staan nog in het leven. Ze willen een praatje maken, het nieuws volgen en familie of vrienden ontvangen. Ze willen hun lievelingskostjes eten. Ze willen in de tuin de zon op hun huid voelen. De vrijwilligers geven deze **hospicezorg**. Zij begeleiden en praten met de gasten. Vaak is dat gezellig, maar op momenten ook diepgaand. Luisteren en vragen stellen is dan vaak belangrijker dan antwoorden hebben.

I

Informatievoorziening en bedrijfsvoering

Met rond de 110 vrijwilligers kun je Hospice Issoria ook als een middelgroot bedrijf zien. Bovendien heeft Issoria te maken met allerlei leveranciers. Denk aan: de wasserij voor het beddengoed, de ICT, de medische artikelen en de zorgverzekeraars. Er moet veel worden geadministreerd. En er moet worden betaald en verantwoord. Om dat allemaal goed te doen is professionele **informatievoorziening en bedrijfsvoering** noodzakelijk. Ook hier doen vrijwilligers een deel van het werk.

J

Jaarbijeenkomsten

Werken in Issoria is teamwork. Daarom organiseren wij het jaar door verschillende bijeenkomsten. Bijeenkomsten om verdieping te zoeken, om kennis van de palliatieve zorg op te doen, met elkaar af te stemmen of te reflecteren. Maar er zijn ook **jaarbijeenkomsten** met een meer feestelijk karakter, waarmee we de vrijwilligers en verpleegkundigen een beetje in de watten willen leggen, dank je wel willen zeggen voor al hun inzet en betrokkenheid.



K

Klusvrijwilliger

Als er in je huis iets kapot is, is het fijn als je iemand in de buurt hebt die dat kan oplossen. En die dat niet alleen maar belooft, waardoor het 'verlanglijstje' steeds langer wordt. Issoria heeft ook een klussenlijstje. Maar daarop staan door de inzet van de **klusvrijwilligers** geen oude ergernissen. Zij komen gemiddeld een keer in de week om problemen en probleempjes op te lossen. Wat nodig is, horen ze van een van de coördinatoren.



L

Laatste zorg

Als een gast in Issoria is overleden houdt daarmee onze zorg niet op. Nog een keer iemand wassen, mooie of favoriete kleding aantrekken, een beetje opmaken of scheren, dat is een belangrijk afscheidsritueel. Naasten kunnen die zorg helemaal zelf geven, maar kunnen dat ook samen met een verpleegkundige of vrijwilliger van Issoria doen. Soms wordt afgesproken dat de uitvaartbegeleider de **laatste zorg** geeft.

M

Masseren

Massage in Issoria is een zachte manier van aanraken; als het lichaam te pijnlijk is dan soms alleen bijvoorbeeld de handen of de voeten. Het doel is altijd comfort en ontspanning bieden. Als gasten aangeraakt worden niet prettig vinden, dan kan dat **masseren** ook zonder directe aanraking. Dat noemen we Therapeutic Touch (TT). Iedere vrijwilliger die masseert of TT geeft heeft daarvoor een training gehad.



N

Nachtdienst

De nacht is de enige periode in het etmaal dat er in Issoria geen vrijwilligers aan de slag zijn. Twee verpleegkundigen van Activite houden tussen elf uur 's avonds en zeven uur 's ochtends de wacht. Soms is de **nachtdienst** heel rustig en soms druk - als gasten niet kunnen slapen, onrustig of soms zelfs angstig zijn. Juist in de nacht komen vaak vragen op, als 'heb ik goed geleefd?' of 'kan ik het nog goed maken?'. Dan is het fijn als er iemand is die naast je komt zitten.



O

Overdracht

Zeven dagen in de week begeleiden zorgvrijwilligers en verpleegkundigen onze gasten. Per dienst zijn er minstens 2 vrijwilligers en 1 verpleegkundige aanwezig. 's Nachts zijn er altijd twee verpleegkundigen van ActiVite aanwezig. Bij elke wisseling van dienst wordt er overgedragen. In dossiers wordt per gast bijgehouden wat er tijdens de dienst is gebeurd, hoe het met de gast gaat, wat er veranderd is of aandacht behoeft. Dat wordt bij de **overdracht** kort besproken. Zo bevorderen we kwaliteit en continuïteit in de zorg.

P

Palliatieve zorg

Onze gasten zijn ernstig ziek en in de laatste fase (dagen, weken, maanden) van hun leven. De medische en verpleegkundige zorg die men krijgt van de eigen huisarts en de verpleegkundigen is gericht op het bestrijden pijn, benauwdheid, andere symptomen van de ziekte of bijverschijnselen van de medicatie. Dit wordt **palliatieve zorg** genoemd. Alle zorg is gericht op het zo comfortabel mogelijk zijn in de laatste levensfase. Daarbij hoort ook aandacht voor vragen of behoeften op psychosociaal of spiritueel gebied. Soms moet er op het einde van het leven nog iets afgerond worden.

R

Rouwondersteuning

Het verlies van een naaste is een ingrijpende gebeurtenis. Voor nabestaanden die niet voldoende steun vinden in hun eigen omgeving is er Issoria **Rouwondersteuning**. Goed opgeleide vrijwilligers met levenservaring kunnen in individuele gesprekken of in ontmoetingsgroepen een luisterend oor bieden. Wie geen behoefte heeft aan gesprekken kan bij Issoria Rouwondersteuning ook terecht voor informatie over literatuur, films en websites. En samen met andere organisaties werkt Issoria Rouwondersteuning mee aan het Nabestaandencafé.

S

Scholingsactiviteiten

Issoria biedt alle vrijwilligers scholing. Nieuwe zorg-, kook- en rouwvrijwilligers krijgen een introductie cursus van een weekend plus terugkomdag. Ook verplicht voor deze categorieën vrijwilligers zijn de blustraining, eens in de twee jaar, en één scholingsdag per jaar.

Alle vrijwilligers kunnen deelnemen aan de **scholingsactiviteiten**: er is een brede keuze uit filmavonden, lezingen en praktische onderwerpen. Voor inwerk-vrijwilligers is er een feedback-training. Inwerk-vrijwilligers zijn ervaren vrijwilligers die nieuwelingen inwerken.



T

Tuin

Bij Issoria hoort een flinke tuin. Zelfs een leek kan zien dat het een hele klus is om zo'n oppervlakte op orde te houden. Een fors gazon, borders met bomen, struiken en lage beplanting en tegen de gevel van het huis verhoogde borders met onder andere een kruidentuin. Voor zo'n goed verzorgde **tuin** heb je veel groene vingers nodig. Bij Issoria zijn dat de vingers van de acht leden van de tuingroep. Elke week werkt een aantal van hen een aantal uren in de tuin.



U

Uitgeleide

Een overlijden is net als andere belangrijke gebeurtenissen in het leven een moment waarop woorden vaak tekortschieten. Rituelen kunnen dan helpen om uiting te geven aan wat wordt gevoeld. Het **uitgeleide** doen is zo'n belangrijk ritueel. De aanwezige vrijwilligers en verpleegkundigen van Issoria staan samen met naasten beneden in de hal even stil en vertellen iets over hoe zij de gast hebben gekend. Twee maal per jaar houden we daarnaast een bijeenkomst waarbij we alle mensen herdenken die in Issoria overleden zijn. Naasten nodigen we uit voor deze bijeenkomsten. Vrijwilligers spelen er een belangrijke rol in.

V

Vrijwilligersbeleid

Vrijwilligerswerk is niet vrijblijvend. Issoria rekent erop dat een vrijwilliger minimaal een jaar aan de slag blijft. Dat lukt meestal wel: er zijn vrijwilligers die er al vijftien jaar werken. Een leeftijdsgrens voor vrijwilligers is er niet; de oudste zorgvrijwilliger is in de tachtig. Inwerk-vrijwilligers werken nieuwelingen in bij alle diensten. De inwerkperiode wordt afgerond met een eind-evaluatie. Issoria wil graag dat vrijwilligers twee diensten van vier uur per week doen en eens in de vier weken een weekenddienst. In totaal zijn er rond de 110 vrijwilligers bij Issoria, van wie circa 60 zorgvrijwilligers. In december 2016 won Hospice Issoria de Leidse Vrijwilligersprijs voor het beste **vrijwilligersbeleid**.

W

Waken

Als het sterven nadert en er geen familie aanwezig is, dan waken vrijwilligers bij een gast, mits dit uiteraard ook de wens van de gast is. **Waken** is meer dan alleen 'oppassen' bij iemand. Waken is zelf in totale rust zijn, contact maken met en afstemmen op de stervende zonder woorden, meestal ook zonder aanraken. Soms met een muziekje op de achtergrond, een geurtje of iets als een stille overdenking.

Z

Zorgvrijwilliger

Hospice Issoria telt rond de 60 zorgvrijwilligers. Een zorgvrijwilliger werkt ten minste één keer per week een dienst van 4 uur. De eerste dienst begint om 7.00 uur in de ochtend; de laatste eindigt om 23.00 uur. De belangrijkste taak van een **zorgvrijwilliger** is, er zijn voor de gasten. Hem of haar helpen bij wassen en aankleden. Samen een wandelingetje maken. Als de gast dat wil, een gesprek voeren. Luisteren en aandacht schenken is dan belangrijk. Het is zwaar als gasten moeilijke momenten doormaken. Het stervensproces roept allerlei levensvragen op. Er dan met elkaar als zorgvrijwilligers te zijn voor iemand anders geeft veel voldoening.



Hoe wordt u vrijwilliger bij Issoria?

Er werken rond de 110 vrijwilligers bij Issoria. Er zijn vrijwilligers die onderhoudsklussen aan de tuin en het pand doen, die pr-werkzaamheden verzorgen, rouwondersteuning bieden of andere hand- en spandiensten verlenen. Maar de grootste groep zijn de kook- en zorgvrijwilligers. Zij voeren in 'ploegendienst' taken uit die het verblijf van de gasten prettig maken. De sfeer in de hospice is gezellig en rustig. Het is een huis waarin het leven wordt gevierd, omdat de gasten nog alles wat mogelijk is uit het leven willen halen en dus nog genieten van alle bijzondere momenten.

Hospice Issoria won in december 2016 de Leidse Vrijwilligersprijs voor het beste vrijwilligersbeleid.

De klus

Kook- en zorgvrijwilligers in Issoria werken samen met de verpleegkundigen als team. Zij worden minimaal 4 uur per week (liefst 2 x 4 uur) en 1 x per 4 weken in het weekend ingeroosterd. In Issoria is geen dag hetzelfde; we houden vanzelfsprekend met ieders wensen rekening, maar verwachten ook dat vrijwilligers flexibel zijn. Vrijwilligers worden uitgebreid ingewerkt, er is aandacht voor persoonlijke groei (scholing, reflectie) en je bent lid van een hecht en betrokken team.

Tuin-, klus- en pr-vrijwilligers hebben hun eigen werkalender en afspraken. De tuinvrijwilligers volgen vanzelfsprekend de seizoenen. De klusvrijwilligers houden bij en repareren wat stuk gaat. De pr-werkgroep verzorgt de website, de facebook-pagina en geeft twee keer per jaar (mei en december) iets tastbaars uit voor de donateurs en ondersteuners van Hospice Issoria.

Kennis maken?

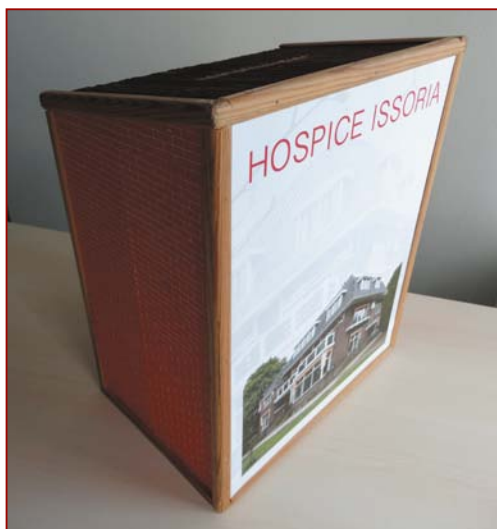
Ben je geïnteresseerd? Bel dan voor een persoonlijke rondleiding en kennismaking met één van de coördinatoren via 071-514 22 75 of mail naar info@issoria.nl

Hoe kunt u Issoria steunen?

Ook al krijgen we subsidie van het ministerie van VWS, bijdragen van onze gasten en hun zorgverzekeraars, desondanks heeft Hospice Issoria jaarlijks een exploitatiekort. Daarom zijn giften van mensen en bedrijven onmisbaar. De Stichting Vrienden van Issoria voert acties en zamelt geld in.

Collectehuisje

U wordt jarig. U gaat uw 25-jarig huwelijk vieren. U staat op het punt met pensioen te gaan. En uw vrienden en kennissen vragen u wat ze u cadeau kunnen doen. Of uw kinderen bellen elkaar radeloos op met de vraag 'wat zouden we nog kunnen geven?'. U weet het eigenlijk zelf ook niet meer. Want geef nou toe, uw huis staat al helemaal vol. Moedeloos verzucht u: 'Ik heb alles al'. Als u dit herkent, dan is het collectehuisje van Issoria misschien iets voor u. Haal het collectehuisje op bij ons op kantoor aan de Burggravenlaan 11 en zet het neer op de cadeautafel bij uw feest. Wij kunnen iedere euro gebruiken!



Geven van een donatie

Wilt u Issoria éénmalig financieel steunen, dan kunt u een bedrag overmaken naar de Stichting Vrienden van Issoria (in Leiden) op rekeningnummer IBAN NL75ABNA0892838426. Als u uw adres vermeldt, kunnen we u voor deze donatie bedanken.

Als u in één jaar meer schenkt aan goede doelen dan één procent van uw (drempel)inkomen, dan heeft u voor het bedrag boven die 1% recht op belastingaftrek. Op de website van de Belastingdienst zijn de precieze voorwaarden te vinden onder de ingang 'Hoeveel aftrek krijgt u?'.

Geven van een periodieke schenking

Wilt u Issoria voor langere tijd financieel steunen dan kan dat via een zgn. periodieke schenking aan de Stichting Vrienden van Issoria. Als u tenminste vijf jaar een vast bedrag per jaar schenkt en dit vastlegt in een schenkingsovereenkomst, dan is de gehele gift aftrekbaar voor de belasting. Dit komt omdat de stichting Vrienden van Issoria een Algemeen Nut Beogende Instelling (ANBI) is. Vroeger was hier een notaris bij nodig, tegenwoordig niet meer. Het invullen van een simpele schenkingsovereenkomst is voldoende. Deze schenkingsovereenkomst is te vinden op de website www.issoria.nl onder de ingang 'De Vrienden/Periodieke schenking'. U kunt dit formulier ook bij ons opvragen.

Meer informatie over uw belastingvoordeel, de voorwaarden en de schenkingsovereenkomst is te vinden op de website van de Belastingdienst onder de ingang 'Voorwaarden voor het aftrekken van periodieke giften'.

Testamenteir nalaten: geven via een erfstelling of een legaat

In een testament kunt u uw persoonlijke wensen laten vastleggen, door aan te geven wat er met uw bezittingen, geld en goederen, moet gebeuren na uw overlijden. Door de Stichting Vrienden van Issoria op te nemen in uw testament, kunt u (een deel van) uw bezit aan ons geven. En daarmee iets blijvends doen voor Issoria. Dit regelt u via een notaris. De Belastingdienst maakt deze manier van geven aantrekkelijk. Omdat onze stichting is aangemerkt als een Algemeen Nut Beogende Instelling (ANBI) hoeven we over dit soort verkrijgingen geen erfbelasting te betalen.

Meer informatie en/of hulp bij schenken

Voor meer informatie en/of hulp bij schenken, kunt u contact opnemen met het secretariaat van de Stichting Vrienden van Issoria, 071 - 51 42 275 of per mail vriendenvanissoria@gmail.com

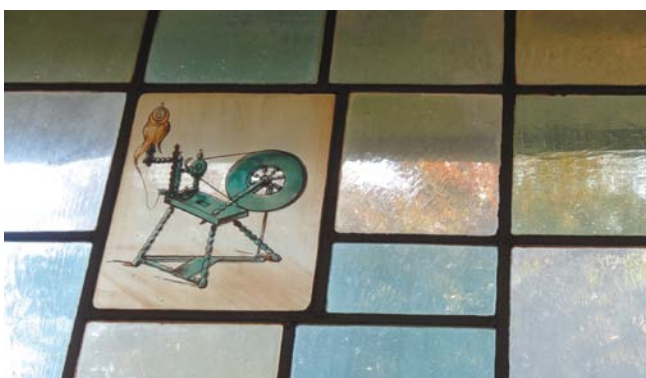
Meer informatie?
Kijk op www.issoria.nl

Verantwoording

Dit is een uitgave van de pr-commissie van Hospice Issoria.

Meer informatie?

Kijk op www.issoria.nl of op de Facebookpagina van Hospice Issoria.



Stichting Hospice Issoria

Burggravenlaan 11 2313 HM Leiden

T: 071 - 514 22 75 M: info@issoria.nl

www.issoria.nl