

Issoria

over leven en loslaten

UITGAVE VAN
HOSPICE ISSORIA
VERSCHIJNT
TWEEMAAL
PER JAAR
OPLAGE 1.600
JAARGANG 18

najaar 2014

'Moeilijke' mensen

De was

Kinderboek 'Doodgewoon'



DE SEIZOENEN IN ISSORIA

In september 2013 verhuisde Issoria van de Plantage naar de Burggravenlaan. We zijn een jaar verder. Hoe zien de seizoenen er daar uit? Vier foto's geven een beeld van het huis aan de Burggravenlaan in:

- De lente met een schuw perk tulpenbollen (foto: Maarten van Rooij)
- De zomer met groen, zon en schaduw (foto: Esther van Vliet)
- De herfst met schrale struiken (foto: Jaap Boelens)
- De winter in de sneeuw (foto: Maarten van Rooij)



DOODGEWOON BIJZONDER

tekst door ANNEMIEKE DE MAN

Het leven naar een nabije dood is blijkbaar bijzonder. Zo bijzonder dat er al heel veel artikelen, boeken, films, kunst en documentaires over gemaakt zijn. Ook in de hospice besteden we tijd, aandacht en denkkracht aan bijzondere en soms lastige onderwerpen rondom die nabije dood. Zoals de vraag hoe om te gaan met gasten met psychiatrische problematiek; dit najaar het thema van ons symposium en onderwerp van een van de artikelen in dit magazine. En met onze nieuwe stilteruimte bieden we onze gasten en hun naasten letterlijk de stilte en de ruimte om te reflecteren over alles wat ze in die intensieve periode van zorg en afscheid nemen op hun pad tegenkomen. Uit ervaring weten we dat dit niet alleen maar diepgaande vragen en onderwerpen zijn. Want waar gestorven wordt, wordt ook geleefd. In de hospice worden verjaardagen gevierd, maaltijden gekookt, boeken gelezen, tv-programma's bekeken. Er wordt gelachen, gehuild, gekletst, muziek geluisterd en gezongen. Er wordt geklust, schoongemaakt en per maand 350 kilo was gedraaid. Zoals te lezen is in de rubriek 'Hoe werkt dat bij Issoria?' Het zijn stuk voor stuk gewone, dagelijkse bezigheden. Die houvast geven in het leven naar een nabije dood. Doodgewoon dus. En ook bijzonder.

FOTOGRAFIE

Jessica Smeenk (omslag), Maarten van Rooij (pag. 7, 11, 12, 15), uit eigen archief Joost Baas (pag. 5), Marian Stolwijk (pag.13), Marcel Bres (pag. 16), kelner Engelbertahoeve (pag. 16).

Met dank voor de foto's aan : www.freeimages.com op pag. 12, 14 en 16

In dit nummer

Feiten en trends in de palliatieve zorg	3
'Moeilijke' mensen hebben regie nodig	4
Hoe werkt dat bij Issoria? De was	6
Wie zijn het die Issoria helpen met een gift of schenking?	7
Stilteruimte De Oase bijna klaar	8
Bette Westera schrijft kinderboek 'Doodgewoon'	10
Fotorubriek Ik herinner mij	11
Column J. Pennings	11
Drie projecten van de Fantastische € 1001-club	12
Uitgelicht: documentaire en boekrecensie	14
Praktische informatie over Issoria	15
Stichting Vrienden van Issoria: Acties die geld opleveren	16

Cijfers en trends in de palliatieve zorg

Op 4 april opende jongerenhospice Xenia in Leiden haar deuren. Daarmee heeft Leiden drie hospicelocaties: Issoria, Sint Elisabeth Gasthuishof en Xenia. Zijn drie hospices in een stad met 120.000 inwoners veel? Hoeveel hospices zijn er eigenlijk in Nederland, in Zuid-Holland? En zijn er trends in waar mensen willen sterven? We zetten wat zaken op een rij.

tekst door MAARTEN VAN ROOIJ

Aantal hospices
Het is lastig het exacte aantal hospices in Nederland aan te geven. Volgens ZorgkaartNederland zijn er 131 hospices. Maar als je kijkt welke hospices zij meetellen in Leiden ontbreekt Xenia nog. De belangenvereniging VPTZ Nederland bundelt 209 organisaties in de vrijwillige palliatieve terminale zorg. VPTZ telt 99 aangesloten hospices in haar Trendrapport 2014. In Leiden is Sint Elisabeth Gasthuishof niet aangesloten bij de VPTZ. De Stichting Voorlichting Palliatieve Zorg zegt dat er meer dan 250 hospicevoorzieningen zijn.

Aantal hospices per inwonertal en sterfgevallen

Het VPTZ Trendrapport 2014 is de meest overzichtelijke bron van informatie over palliatieve zorg thuis en in hospices. In Zuid-Holland zijn 21 hospices aangesloten bij de VPTZ. Per 100.000 inwoners zijn er 1,3 locaties in Zuid-Holland. Het landelijke gemiddelde ligt iets hoger op 1,5 hospicelocatie per 100.000 inwoners. Per 1.000 sterfgevallen zijn er 2,7 locaties in Zuid-Holland (ook wat lager dan het landelijke gemiddelde van 3,0). In vergelijking met de andere provincies in Nederland valt op dat Noord-Holland en Drenthe relatief minder hospices hebben en dat bijvoorbeeld Gelderland, Utrecht en Overijssel relatief veel hospices hebben. In Zuid-Holland sterven zowel

absoluut als relatief de meeste mensen in een hospice.

Regie over plaats van sterven

Naast dit trendrapport heeft onderzoeker Berdine Koekoek van de Universiteit Utrecht in opdracht van VPTZ onderzoek gedaan naar waar mensen willen sterven. Op basis van interviews met nabestaanden en patiënten die palliatieve zorg krijgen, komt zij tot een aantal conclusies. Zo blijkt dat de wens van 32% van de chronisch zieken die thuis willen sterven niet uitkomt. Van hen stierf 20% in een ziekenhuis, 26% in een verpleeghuis en 8% in een verzorgingstehuis. Interessant is dat uit de interviews blijkt dat 'thuis sterven' veelal als betekenis heeft dat men zich thuis wil voelen (en dus niet letterlijk thuis wil zijn). Bij thuis voelen spelen waarden mee als veiligheid, vertrouwdheid en aanwezigheid van naasten.

Conclusie

De verwachting is dat de vraag naar palliatieve zorg nog verder zal groeien. Omdat de Nederlandse bevolking vergrijsst (verwachte piek van sterfgevallen rond 2050) en de wens om thuis te sterven groter is dan nu wordt gerealiseerd.

VPTZ-hospicelocaties in 2012
Aantal locaties per 100.000 inwoners
Aantal locaties per 1.000 sterfgevallen



Meer lezen?

Het VPTZ Trendrapport 2014 en het onderzoek Regie over de plaats van sterven (mei 2014) zijn te downloaden van de site van VPTZ Nederland: www.vptz.nl

‘Moeilijke’ mensen hebben regie nodig

Hoe kunnen hulpverleners omgaan met psychiatrische patiënten in de palliatieve fase van hun leven? Deze vraag stond op 8 oktober centraal tijdens het Issoria symposium ‘Raar is zo gek nog niet’. Keynote speaker Joost Baas, GZ-psycholoog, stelde dat psychiatrische diagnoses er eigenlijk niet toe doen. En dat hulpverleners deze mensen vooral moeten begeleiden zoals een regisseur zijn acteurs aanstuurt. Twee opvallende meningen die Joost Baas in een interview graag nader toelicht.

tekst door ANNEMIEKE DE MAN

Tijdens je presentatie stelde je dat niemand zijn stoornis is, net zoals iemands nationaliteit niets vertelt over zijn karakter. Kun je toelichten wat je daarmee bedoelt?

Mensen zijn geen autist, ADHD'er of borderliner. Ze hebben psychische klachten waar ze in hun dagelijkse leven last van ondervinden. Een diagnose groepeerd een aantal van die klachten, maar ook een aantal niet. Pak je andere klachten bij elkaar, dan krijg je bij dezelfde persoon een

andere diagnose. Iemand die leidt aan depressies kan zo ook ADHD en een angststoornis hebben. Eén diagnose vertelt dus nooit het complete verhaal en zegt niets over wie die persoon is. Net zoals het hebben van een Nederlands paspoort niets vertelt over wie jij bent. Het probleem is dat het hebben van een diagnose mensen stigmatiseert. En schijnzekerheid creëert. Alsof we met een diagnose exact weten hoe we iemand het beste kunnen behandelen en benaderen.

Wat is de waarde van een diagnose dan nog?

Een diagnose fungeert als een referentiekader. We hebben die bijvoorbeeld nodig om behandelingen vergoed te krijgen bij zorgverzekeraars en om in ons vakgebied kennis, ervaringen en onderzoek te categoriseren en te delen. Maar hulpverleners aan het ziek- of sterfbed van iemand met psychische klachten beschikken niet over deze kennis; ze hebben geen overzicht over het hele vakgebied. Zij kunnen dus niets met een diagnose. Deze hulpverleners zijn in mijn optiek veel beter geholpen met een begrijpelijke uitleg over hoe mensen met psychische klachten denken en handelen en waarom ze dat doen. En met een specialist op de achtergrond die ze kunnen raadplegen als dat nodig is.

Wat is die begrijpelijke uitleg?

Mensen met psychische klachten, laten we ze ‘moeilijke’ mensen noemen, beheersen het sociale spel tussen mensen niet goed. Ze kunnen slecht sturing geven aan hun eigen gedrag en zijn niet vaardig in de omgang met anderen. En in principes als samen spelen, samen delen en geven en nemen, zijn ze niet zo goed. Ze zijn zich niet altijd bewust van hun eigen wensen en behoeften, laat

Omgaan met moeilijke mensen



staan dat ze kunnen inschatten wanneer deze botsen met die van andere mensen. Hierdoor hebben ze minder grip op hun eigen leven.

In welk gedrag uit zich dat?

Iemand die regie over zijn leven heeft, is assertief. Iemand die dat niet heeft is onzeker, angstig, wantrouwig en heeft grote behoefte aan controle. Om hun behoeften ingevuld te krijgen, kunnen ze krampachtig gaan eisen. En als het ze keer op keer niet lukt hun doel te bereiken, verliezen ze hun gevoel voor humor en relativiseringsvermogen. 'Moeilijke' mensen hebben vaak de normale basisvaardigheden in hun jeugd niet of verkeerd aangeleerd gekregen. Daarnaast kunnen 'moeilijke' mensen een laag of juist extreem hoog IQ hebben en kunnen ze zich niet zo goed verplaatsen in anderen.

Hoe is dat voor 'moeilijke' mensen in de palliatieve fase van hun leven?

Fysieke problemen en het gebruik van medicatie beïnvloeden het brein en de mentale gesteldheid van mensen negatief. Als ik alleen maar verkouden ben, scoor ik zo tien punten lager op een IQ-test. Dat betekent dat alle mensen in een palliatieve fase minder goed functioneren dan voorheen, dus dat geldt ook voor 'moeilijke' mensen. Daarbij komen ze in een situatie terecht die ze niet kennen en waar ze niet op voorbereid zijn. Vaste rituelen en gewoontes bieden geen houvast meer. Mensen in een palliatieve fase worden doorgaans omgeven door

hulpverleners die zorgzaam, liefdevol en begripvol zijn en erg gericht op het invullen van hun wensen. En daar gaat het bij 'moeilijke' mensen mis. 'Moeilijke' mensen kunnen daar helemaal niet mee omgaan omdat ze dan zelf de regie moeten nemen. Dat lukt ze al niet als ze gezond zijn, laat staan in de slechte conditie waarin ze zich op dat moment fysiek en mentaal verkeren.

Als 'moeilijke' mensen niet geleid worden, gaan ze kinderlijk gedrag vertonen

Waar hebben 'moeilijke' mensen in zo'n situatie wel behoefte aan?

Ze hebben behoefte aan een goede ouder, een berggids of een regisseur. Iemand die de verantwoordelijkheid neemt, de weg wijst, weet wat goed voor ze is en vooral grenzen stelt. Als 'moeilijke' mensen niet geleid worden, gaan ze kinderlijk gedrag vertonen. Ze worden boos, gaan eisen stellen, controleren of manipuleren. Of ze gaan zorgverleners op een voetstuk zetten, zichzelf hulpeloos gedragen of zichzelf juist bestraffen. Het zijn allemaal schreeuwen om aandacht en uitingen van onveiligheid en onhandigheid.



Tijdens het symposium werd het verhaal verteld van Els. In een van de geschetste situaties bleef Els net zolang drammen tot haar matras voor de derde keer die week vervangen werd.

Tegen een drammend kind zeg je niet 'je mag niet drammen', maar maak je duidelijk dat wat hij vraagt niet kan. Nee zeggen, is duidelijkheid geven. En duidelijkheid schept veiligheid. Aan mensen zoals Els moeten in een vroegtijdig stadium grenzen worden gesteld. Door individuele hulpverleners, maar ook door de instellingen zelf. Het liefst vastgelegd in het zorgbeleid. De intentie om gasten en hun wensen centraal te stellen, is goed. Maar het moet vooraf heel duidelijk zijn dat de instelling en dus de zorgverleners altijd bepalen wat er uiteindelijk wel en niet gebeurt.





De persoonlijke spullen van de gasten van Issoria worden soms gewassen door vrijwilligers van Issoria. Om de was van de verschillende gasten uit elkaar te kunnen houden zijn er wasnetten die gemerkt zijn met een kleurtje. Elke gastenkamer heeft zijn eigen kleur.



instellingen willen alleen maar goedkoper, goedkoper', aldus De Goede.

Hoe doen ze dat in Issoria?

De Was

Ook al is het er nog zo huiselijk, een hospice is geen doorsnee huishouden. Het is omvangrijker en dat betekent dat allerlei taken omvangrijker zijn. Dat geldt bijvoorbeeld voor de was.

tekst en foto's door JESSICA SMEENK

Issoria heeft zeven gastenkamers. Daar worden de bedden zo vaak als nodig verschoond. Dat varieert per gast van enkele keren per week tot enkele keren per dag. De handdoeken van de gasten worden minstens eenmaal per dag verwisseld. En dan zijn er nog vaak dekbedden, kussens en fleecedekens die gewassen moeten worden. Tel daarbij nog de tafellakens, de keukenhanddoeken en de theedoeken op. Het gaat gemiddeld om rond de 350 kilo per maand. Dat zou wel heel veel vergen van gewone huishoudelijke apparatuur en menskracht.

Daarom gaat alle was, behalve die van de gasten persoonlijk, naar Dingjan in de Rooseveltstraat. 'We komen bijna elke werkdag langs', zegt directeur Piet de Goede. 'En als het moet brengen we gewassen spullen dezelfde dag nog terug.' Dat hoeft niet altijd, maar bijvoorbeeld wel als er gordijnen gewassen zijn omdat er in de kamer is geroookt.

Piet de Goede en zijn mede-eigenaar Mark Dieben omschrijven Issoria als middelgrote klant. Echt supergrote klanten als ziekenhuizen hebben ze niet. 'Wij gaan voor service en kwaliteit en grote

Als je in de wasserij komt, kijk je je ogen uit. De kleinste wasmachine is er een voor twintig kilo. De grootste kan tachtig kilo aan. 'Wij wassen alles op de juiste temperatuur', zegt Mark Dieben. 'Uit deze wasserij krijgt de klant zijn wollen trui zeker niet gekrompen terug.'

De klanten krijgen op een enkele uitzondering na al hun naar de wasserij gebrachte spullen terug, ook al hoeven die niet gemerkt te zijn. 'In principe gebruiken we per klant een machine. Maar soms gaat wasgoed van verschillende klanten samen in een machine. Die was doen we in wasnetten met een nummer. Op de kaart van de klant staan de nummers van de wasnetten en aan het eind zoek je alle netten die bij een kaartje horen bij elkaar.'

Ja, er raakt weleens wat weg als er geen wasnet wordt gebruikt. Dat gebeurt als een wasmachine niet goed wordt leeggehaald. Dan kan, zoals iedereen thuis ook wel eens merkt, als een handdoek of een sloop in de trommel blijft plakken. Die komt er dan uit met de volgende was en belandt dan dus bij een andere klant. 'We kunnen dan alleen maar hopen dat de klant die iets mist en de klant die iets heeft gekregen wat niet van hem is, elkaar via ons vinden', aldus Piet de Goede.

Wie zijn het die Issoria helpen met een gift of schenking?

Ieder jaar ontvangt Issoria van particulieren en ondernemers giften of schenkingen. Wie zijn het? Waarom doen ze het? Hebben ze een bijzondere relatie met Issoria?

tekst door MAARTEN VAN ROOIJ

Wie? Willem Joosten (47 jaar).

Wat ben je? Eigenaar van Simon Lévelt koffie & thee speciaalzaak aan de Botermarkt in Leiden.

Wat geef je? Alle thee die in Issoria wordt gedronken. Ik geef dus in natura.

Waarom doe je dat? Als kleine ondernemer wil ik gewoon iets doen. Ik heb geen grote budgetten. Maar als iedereen een kleine bijdrage levert, dan kunnen we samen iets groots tot stand brengen.

Heb je een speciale band met

Issoria? Nee, die had ik niet. Ik werd via via benaderd of ik iets wilde doen. Maar we hebben thuis ook twee keer een sterfgeval samen kunnen begeleiden en toen heb ik ervaren dat uit iets triests iets moois kan komen. En Issoria doet dat ook.

Hoe sta je in het leven? Altijd positief! Er zijn veel mooie dingen om voor te leven.



Wie? Leo Berg (74 jaar) en Hilde Berg-Meijs (72) uit de Merenwijk.

Wie zijn jullie? Leo was bedrijfsjurist en 10 jaar bestuurslid van de Stichting Exploitatie Bejaardenwoningen en Hilde bejaardenverzorgster.

Wat gaven jullie? We vierden dit jaar ons vijftigjarig huwelijksfeest. We

hebben het cadeaugeld, € 650,- gegeven.

Hebben jullie een speciale band met Issoria? Niet echt, we hebben in ons werk wel de aandacht voor palliatieve zorg meegemaakt. Dat was hard nodig. Verder hebben we de laatste jaren een aantal sterfgevallen van dichtbij meege-

maakt. Dat maakte duidelijk dat hospicezorg belangrijk is. En dan is Issoria toch hèt hospice in Leiden.

Hoe staan jullie in het leven? Nog volop! We genieten van iedere dag. Bijvoorbeeld van onze zeven kleinkinderen. Maar ook van tennis en onze vriendenkring.

Leo & Hilde

en het vijftigjarig jubileum

Ervoor...

10 jaar later

1984

30 jaar

... 40 jaar later

NU!!

11 feb 2014

feest

ISSORIA OOK STEUNEN?

Voor de exploitatie van Issoria is jaarlijks veel geld nodig. Daarom is de Stichting Vrienden van Issoria stelselmatig op zoek naar extra geld. U kunt éénmalig een bedrag storten op het rekeningnummer van de Stichting Vrienden van Issoria, IBAN: NL75ABNA0892838426. U kunt ook donateur worden, sponsoren of schenken.

Voor meer informatie daarover kunt u contact opnemen met de voorzitter van de Vrienden van Issoria, Wim de Leeuw 06 - 53 28 45 58 of per mail vriendenvanissoria@gmail.com.

De Oase zo goed als klaar

Bij de opening van de Burggravenlaan in september 2013 was nog niet alles klaar. Een van die zaken was de lang gewenste stilteruimte. Het afgelopen jaar is die dankzij de inzet van veel vrijwilligers van binnen en buiten Issoria gerealiseerd. Hij staat achter het huis en hij heet De Oase. Waarom een stilteruimte? Ik spreek erover met Winny Buchner, Klaaske Tuma en Erna ten Broeke.

tekst en foto's door MAARTEN VAN ROOIJ

Werkgroep stilteruimte

Net als in het oude pand aan de Plantage wilden we aan de Burggravenlaan graag een stilteruimte, maar dan op een beter bereikbare plek. Een werkgroep werd ingesteld. Daarin namen na een oproep Ingrid Appels, Winny Buchner, Klaaske Tuma, Alice Burgmeijer en Erna ten Broeke zitting. Er bleek al snel een forse hobbel te nemen; in de begroting voor de verbouwing van het pand aan de Burggravenlaan was geen ruimte meer voor het creëren van een stilteruimte.

Ieder nadeel heeft zijn voordeel

Het spreekwoord luidt: Geen geld, geen Zwitsers. Omdat er geen geld voor de stilteruimte was, kwam de werkgroep tijdens de verbouwingsperiode wel een paar keer bijeen maar veel concreets gebeurde er nog niet. Die vergaderingen vonden plaats in het huisje achter het hoofdgebouw naast de stalling. Een ruimte die door de bouwers werd gebruikt als bouwkeet. Symbolischer kan het bijna niet. Want juist die bouwkeet is vervolgens het afgelopen jaar met hulp van velen bijna organisch ontwikkeld tot de gewenste stilteruimte.

Veel handen maken het werk licht

Er was geld nodig. Dat kwam er dankzij giften van het Dr. C.J. Vaillantfonds en de Stichting Pelgrimshoeve in Zoetermeer. Verder wist de werkgroep velen warm te maken om te helpen. Erna vertelt enthousiast: 'Paul en Jeroen van der Aar sloopten de tussenverdieping en isoleerden en betimmerden het dak. Vervolgens legde elektricien Willem de Hoo de elektriciteit aan. De Lions-club Leiden stelde de verf beschikbaar en schilderde met acht leden de ruimte in twee dagen.' Onze eigen Issoria-klusvrijwilligers legden het water aan. De vloer

De Oase achter het pand Burggravenlaan



Een oase is een plek waar je tot rust kunt komen

werd gelegd door Dave, de zoon van Winny. 'Iedereen deed dat in zijn eigen tijd. We vergeten vast nog mensen die ons hebben geholpen', zegt Klaaske: 'Zoals vrijwilligers en verpleegkundigen die spullen maakten en beschikbaar stelden voor de aankleding.'



Organische materialen bepalen het interieur

Een bron om je aan te laven

‘Elk van ons had haar eigen ideeën bij een stilleruimte’, zegt Erna: ‘Het mooie is dat die ideeën organisch naar elkaar toe zijn gegroeid tot wat het nu is.’ Klaaske: ‘We zijn geen binnenhuisarchitecten. We hebben wel naar voorbeelden gekeken zoals die bij de hospices van Sassenheim, Wassenaar en Zutphen.’ Winny: ‘Uiteindelijk gaat het om de sfeer die je erin weet te brengen.’ De sfeer die zij uiteindelijk gezamenlijk wilden creëren, is vervat in de naam van de ruimte: De Oase. Een oase is een plek waar je tot rust kunt komen. ‘Een plek waar je je kunt laven aan de bron’, zegt Klaaske. Erna vult aan: ‘Een plek waar schaduw en beschutting is, waar je op adem kunt komen en inspiratie opdoet.’ Winny: ‘Een plek die uitnodigend en warm is en waar je bijvoorbeeld als vrijwilliger na een dienst de zaken even kunt laten bezinken om daarna naar huis te gaan.’

De inrichting en het gebruik

De werkgroep heeft bij de inrichting geprobeerd geen herkenbare religieuze of spirituele symbolen op te nemen. ‘Iedereen moet er zich welkom voelen, met welke achtergrond hij of zij naar deze ruimte komt’, zegt Erna. ‘Het precieze gebruik moet zich de komende jaren ook ontwikkelen. Het is geen vergader-

ruimte, maar voor een goed gesprek tussen een paar mensen is de ruimte heel geschikt. Het is geen koffieruimte, vandaar dat er geen koffiemachine staat, maar je kunt best een kop koffie meenemen naar deze ruimte en een moment voor jezelf creëren.’

‘De stilleruimte staat niet synoniem voor

leegte of afwezigheid. Het moet juist een vruchtbare ruimte zijn’, zegt Klaaske. Het moet dus een plek zijn waar meer gedaan kan worden dan alleen in stilte zitten. Klaaske: ‘Het kan een plek zijn waar reflectie tussen een paar mensen in alle rust kan plaatsvinden of waar een ritueel rond leven en dood kan worden uitgevoerd.’ Bij de inrichting is gekozen voor zoveel mogelijk organische materialen (bamboe, hout, papier), warme kleuren en zachte verlichting.

De Oase is er voor iedereen. Dus voor medewerkers, gasten en hun familieleden. De werkgroep wil graag de komende jaren met de vrijwilligers, de gasten en hun familieleden bekijken hoe De Oase een plek binnen het dagelijkse leven van Issoria kan krijgen. Gedrieën: ‘De Oase en het pand moeten geen gescheiden ruimten zijn, ook al staan ze los van elkaar.’

Opening?

De werkgroep denkt nog na hoe ze de oplevering van De Oase wil vieren. ‘Een opening klinkt zo groots. Maar iets doen om alle mensen te bedanken die hebben bijgedragen, willen we wel organiseren’, stellen de drie vertegenwoordigers van de werkgroep vast: ‘Een moment waarop het verdere ontwikkelproces van De Oase binnen Issoria kan worden geaccentueerd.’

SOUNDS OF SILENCE

Nog tot en met 11 januari 2015 is in het CODA-museum in Apeldoorn de expositie ‘Sounds of silence’ te zien. Werk van 15 kunstenaars wordt getoond rond het onderwerp stilte. Schilderijen, foto’s, video-installaties en objecten. Uit de publiciteitsfolder:

Stilte is door de eeuwen heen regelmatig verbeeld. Diverse genres ontleen hun aantrekkingskracht aan de ervaring van stilte. In poëtische, romantische landschappen, dromerigere vergezichten, verstilde interieurs en esoterische stillezens ligt de nadruk vaak op de afwezigheid van geluid. ‘Sounds of silence’ openbaart wonderlijke fricties tussen de ervaring van geluid en stilte. Zo gaat de beleving van



Wolkenstudies (glas en papier) van Regula Maria Muller

overweldigende stilte in de natuur soms gepaard met (natuur)lawaai. De idylle van een waterval brengt de ervaring van onophoudelijk kletterend water met zich mee... De totale afwezigheid van geluid wordt doorgaans ervaren als ‘absolute stilte’. In andere gevallen zijn het juist subtiele geluiden die de stilte benadrukken. De stem van stilte is in veel gevallen synoniem voor innerlijke rust.

Kookvrijwilligster Bette Westera schrijft kinderboek 'Doodgewoon'

Als het gesprek van kinderboekenschrijfster Bette Westera met haar uitgever anders was verlopen, was het prachtige boek 'Doodgewoon' niet verschenen. En als zij een boek over een ander onderwerp had geschreven, was zij nu waarschijnlijk geen kookvrijwilligster in Issoria.

tekst en foto door JESSICA SMEENK

De aanleiding voor haar pas verschenen boek was de samenwerking tussen Bette en illustrator Sylvia Weve. Ze hadden samen al twee mooie boeken gemaakt. 'Toen wilden we graag een derde', vertelt Bette. Waarover dat boek zou moeten gaan, wisten niet meteen. Tijdens gesprekken met de uitgever kwam een aantal suggesties op tafel, maar die waren 'niet meteen raak'. Toen zei de uitgever: 'Doe iets over de dood.' Er zijn over dit onderwerp veel boeken voor volwassenen, maar niet voor kinderen.

'Toen zij zei 'over de dood' moest ik nog lang denken voor ik iets had. Wat heel

erg hielp was het besluit om een boek met gedichten te maken.' Bette maakte eerst een plan voor een boek met vijf hoofdstukken over vijf aspecten van de dood: sterven, begraven of cremieren, rouw, herdenken en herinneren, gedachten over het hiernamaals.

'Dat was een kapstok. Toen ben ik gaan schrijven. Intussen kwamen er ook al tekeningen van Sylvia. Dat hielp ook - ik maakte ook enkele gedichten naar aanleiding van de tekeningen.'

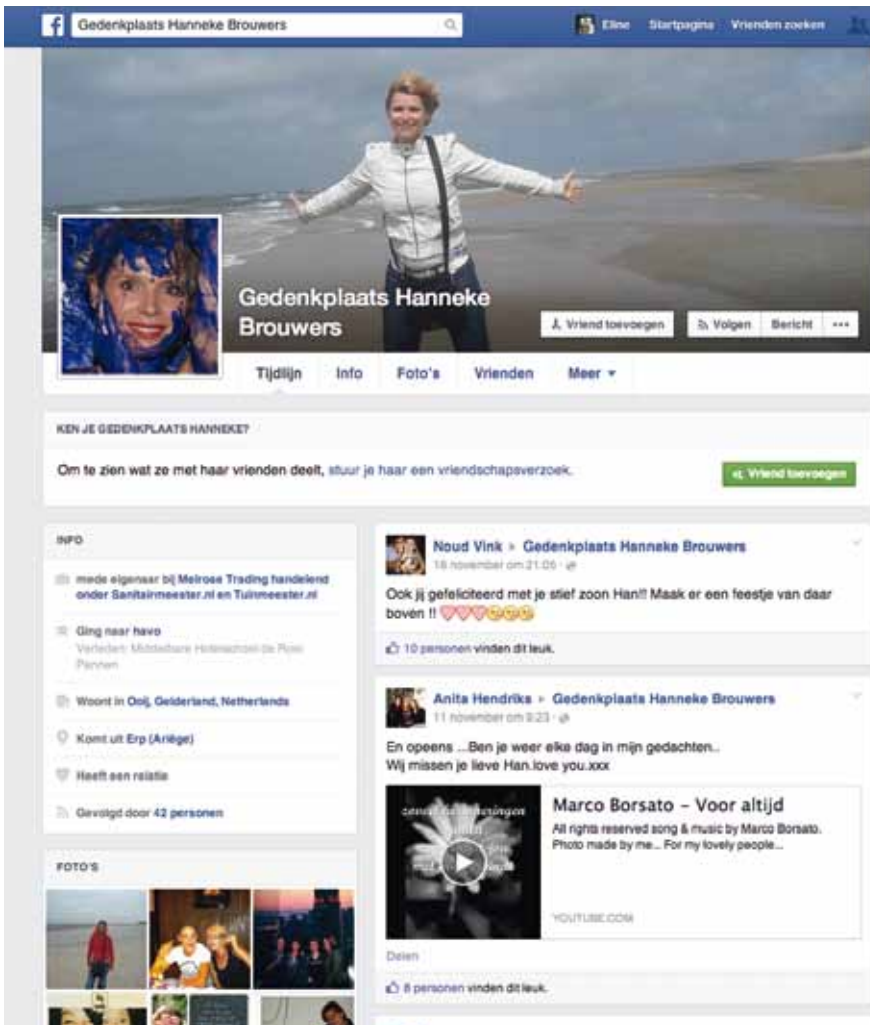
Uiteindelijk verdween het plan voor een boek met vijf hoofdstukken naar de achtergrond.

'Doodgewoon' is niet speciaal bedoeld als rouwverwerkingsboek, maar als een boek over de dood in alle facetten, dat kinderen kunnen snappen. Het is bedoeld om samen te lezen en om erover te praten.

Veel reacties op haar nieuwe boek had Bette Westera op het moment van ons gesprek nog niet gekregen. De dozen met boeken waren toen nog per boot onderweg van de drukker in China. Maar tijdens een van de vele bezoeken die zij aan scholen brengt, vertelde zij een tijdje geleden met wat voor boek zij bezig was. Een jongetje, zesdeklasser, vroeg haar: 'Word je van het lezen van zo'n boek dan niet alleen bedroefd? Ik heb hem gezegd dat het soms juist helpt als je van iets kunt huilen en als dat tot een gesprek leidt.'

Anderhalf jaar geleden werd Bette kookvrijwilliger in Issoria. 'Als je bezig bent met zo'n boek zie je ineens allerlei dingen die ermee te maken hebben. Toen ik bij de studentenecclesia in de Hooglandse Kerk was, lag daar de aankondiging van het boek van Jacinta en een bijeenkomst. Dat leidde tot een gesprek over vrijwilliger worden. Ik ben niet zo'n zorgtype, maar koken is wel mijn ding.'





IK HERINNER MIJ

In deze rubriek plaatsen we foto's van plekken die mensen inrichten ter nagedachtenis van iemand die gestorven is. Kleine monumentjes van aandacht. Thuis in een kamer of ergens buiten in de tuin of in de openbare ruimte. Maar in deze tijd vind je die plekken ook in de digitale wereld. Wereldomspannend plaatsen mensen dierbare herinneringen op het internet. Bijvoorbeeld op Facebook.

Heeft u ook een foto voor deze rubriek? Stuur deze dan aan info@issorria.nl. Graag in een zo hoog mogelijke resolutie (pixels).

WAS

De wasmachine lekt. Het is te ruiken. Niet het lek, maar de kortsluiting in de plafondventilator in de wc één verdieping lager. Een geur van brandend metaal.

Het lek lijkt geen lek; een zwanenhals stroomt waarschijnlijk over. Een afvoerpijp is verstopt.

In de bouwmarkt staan afvoerontstoppers. Drie varianten. Gewone ontstopper. Ontstopper voor hardnekkig vuil. En een twee-componenten variant die milde explosies in de afvoerpijpen te weeg brengt. Doodshoofden en kruizen laten zien dat de flessen niet gevuld is met limonade. Ik koop de middelste variant.

Terwijl ik het gif in de pijp giet, denk

ik aan het milieu. Laver c'est mourir un peu. We moeten niet alleen minder wasmiddel gebruiken, ook de temperatuur moet omlaag. Wassen op 30 of 40 graden volstaat. Ik pasteuriseer de lakens meestal op 70 graden.

Het ontstoppingsmiddel staat een half uur in de pijp. Goed naspoelen met warm water. Daarna een klein wasje om te kijken of het gelukt is.

Het blijft droog aan de achterzijde van de machine. Een klein gevoel van geluk bekruipt me.

Dan voel ik dat mijn sokken nat worden. Ik kijk omlaag en zie dat de wasmachine aan de voorkant lekt.

J. Pennings





Drie projecten 1001 euroclub uitgelicht

Totaal ontzorgd eten met Aad Burgwal

tekst door JESSICA SMEENK

‘Aad kookt bij u in de keuken’ zo heet het project waarmee Aad Burgwal 1001 euro wil inzamelen voor Issoria in het kader van de Fantastische 1001-europrojecten. Met die omschrijving doet hij zichzelf eigenlijk tekort. Want hij komt niet alleen bij je thuis koken; hij doet ook de boodschappen, hij dekt de tafel, hij wast af en hij ruimt op. Zo kun je alle aandacht besteden aan je gasten.

Een compleet diner, een uitgebreid buffet of borrelhapjes voor een flink aantal personen – Aad draait er zijn hand niet voor om. Hij heeft jaren ervaring in uiteenlopende horecabedrijven, ook in het buitenland. Hij werd in Leiden kampioen snert koken. En toen hij in Spanje in een Indonesisch restaurant werkte, kreeg hij van Indonesische gasten te horen dat ze zeer verrast waren dat een Nederlandse kok in dat land zo’n goede Indonesische maaltijd had neergezet.

Kortom: Aad kookt wat zijn opdrachtgever maar wenst. ‘Ik heb nog nooit meegemaakt dat ze iets vroegen dat ik niet kon maken. Soms raad ik wel dingen af, bijvoorbeeld als gerechten niet goed

bij elkaar passen.’ Hij geeft wel toe dat zijn partner hem kan overtreffen als het gaat om de Japanse keuken.

De enige dagen in het jaar waarop je Aad niet kunt inschakelen voor een borrel of diner zijn de kerstdagen. Voor alle andere momenten is er met hem iets af te spreken. Als je een week tevoren belt, ben je vroeg genoeg. Hij komt eerst bij je langs om te vragen wat je je gasten wilt voorzetten. Hij denkt mee als je dat wilt. Dan

gaat hij de boodschappen doen bij de Sligro. In zijn eigen keuken bereidt hij zoveel mogelijk voor. Bij de klant thuis maakt hij de maaltijd of de hapjes af.

Natuurlijk betaal je de boodschappen. En voor ieder uur dat hij aan het werk is, rekt Aad 35 euro. Natuurlijk verschilt het aantal uren dat hij bezig is van klant tot klant. Maar zelf zegt hij dat vier uur veel is en zes uur heel veel. De opbrengst schenkt hij aan Issoria. Dat geeft de klant natuurlijk ook wel een goed gevoel. Bijkomend voordeel is volgens Aad dat hij de inkopen bij een groothandel kan doen: ‘Dan ben je goedkoper uit dan wanneer je het zelf doet.’

Zin in een diner, buffet of borrel verzorgd door Aad Burgwal? Mail voor een afspraak met hem: burgwal81@ziggo.nl



Reflectie op je talenten

tekst en foto door JESSICA SMEENK

Het heet een spel. Maar het Talentenspel is een serieuze zaak, waarmee Hieronyma Six je inzicht kan geven in jezelf, waardoor je ballast kunt loslaten en waardoor je je talenten volop kunt benutten. Goed voor zowel twijfelaars als voor mensen die reflectie willen.

Het Talentenspel is ontwikkeld door Willem Glaudemans. Het is niet voor iedereen te koop, alleen voor degenen die een opleiding hebben gedaan voor coaching met het Talentenspel. Hieronyma is zo'n coach en zij biedt in haar 1.001-europroject een begeleidingssessie van het Talentenspel aan. Een sessie met haar duurt twee tot drie uur.

Voordat het spel begint wil Hieronyma wat dingen weten over je leven en je bezigheden. En ze wil dat je met een

vraag over jezelf komt. Ik had als vraag: Waarom stel ik van alles uit?

Het spel bestaat uit een speelbord en 72 kaarten, waarop archetypes afgebeeld staan, zoals beschreven door de grondlegger van de analytische psychologie Carl Jung. Uit die kaarten moest ik er twaalf kiezen die mij aanspraken. Hieronyma vroeg af en toe iets over mijn keuze. Het duurde wel een poos voor ik twaalf kaartjes over had. Sommige archetypes uit mijn selectie hadden nauw verband met elkaar.

De kaarten moest ik op het bord leggen en daarna mocht ik er al pratend met Hieronyma nog wat mee schuiven. Tevoren had ze me verteld dat de manier waarop de kaarten uiteindelijk komen te liggen een beeld geven van wie je bent, waar je knelpunten liggen en wat jouw passie is.



Ik was verrast over de uitkomst en over het antwoord op mijn vraag. Hieronyma legde verbanden die ik zelf niet zo scherp had gezien. Dat was soms verrassend, maar vaker was er een gevoel van herkenning. Dat zette mij al aan het denken. En Hieronyma voorspelde dat het verslag dat zij van onze sessie zou gaan schrijven tot nog veel meer inzichten kan leiden.

Heb je vragen of wil je een afspraak maken voor een sessie met het Talentenspel, mail dan naar: hieronymasix@outlook.com

Pittenzakjes gevuld met tarwe

tekst door ANNEMIEKE DE MAN

Het eerste pittenzakje maakte ze voor een nicht om te gebruiken in haar voetreflex- en massagepraktijk. Maar sinds Marian Stolwijk pittenzakjes maakt voor de fantastische 1001 euro club van Issoria is ze de tel kwijtgeraakt. 'Het is gewoon leuk om zo nu en dan achter de naaimachine te kruipen.'

Tarwe en drie compartimenten

De pittenzakken van Marian zijn bijzonder omdat ze gevuld zijn met tarwe. Marian: 'Tarwekorrels zijn veel kleiner dan kersenpitten. Hierdoor voegen ze zich makkelijker naar het lichaam. Ik koop de tarwe zelf in bij een molenaar, ik heb hier nog een hele baal staan.' Tarwepitten geleiden de warmte op een vergelijkbare manier als kersenpitten. Om maximaal te kunnen profiteren van de behaaglijke warmte, naait Marian in iedere pittenzak

drie compartimenten. Marian: 'Zo kan de tarwe niet ophopen en blijft de pittenzak makkelijk op het lichaam zitten.'

Met liefde en aandacht gemaakt

Qua inhoud zijn alle pittenzakken hetzelfde, maar uiterlijk zijn het stuk voor stuk unieke exemplaren. Marian: 'Ik maak de zakjes van leuke, gezellig stofje die ik zelf bij elkaar spaar.' Leuk dus om jezelf eens mee te verwennen, maar nog leuker om cadeau te doen aan je familie, vrienden of bekenden. Want met een pittenzak van de hand van Marian geef je niet alleen warmte door, maar ook een beetje van de aandacht en liefde waarmee Marian de pittenzakjes gemaakt heeft.

Ophalen bij Issoria

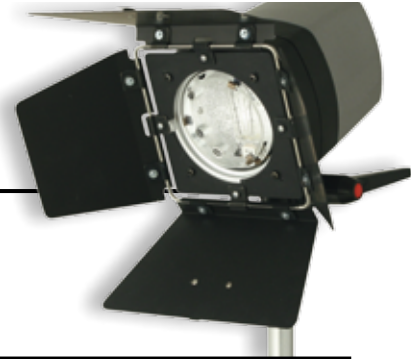
De pittenzakken kosten € 12,- per stuk, waarvan € 5,- bestemd is voor Hospice

Issoria. Ze zijn verkrijgbaar bij Hospice Issoria, maar je kunt ze ook bestellen door een mail te sturen aan Marian: mstolwijk@casema.nl.

Speciale actie december:

December is de cadeaumaand bij uitstek. Iedereen die in deze maand twee pittenzakken koopt, betaalt € 20,- in plaats van € 24,-. Nog een extra reden om vandaag nog te bestellen!





Uitgelicht

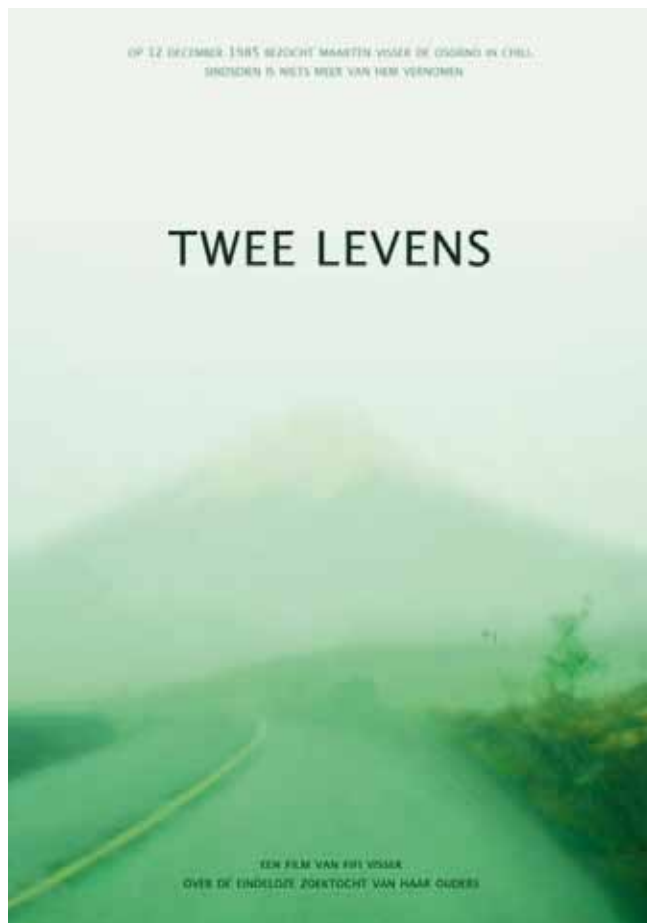
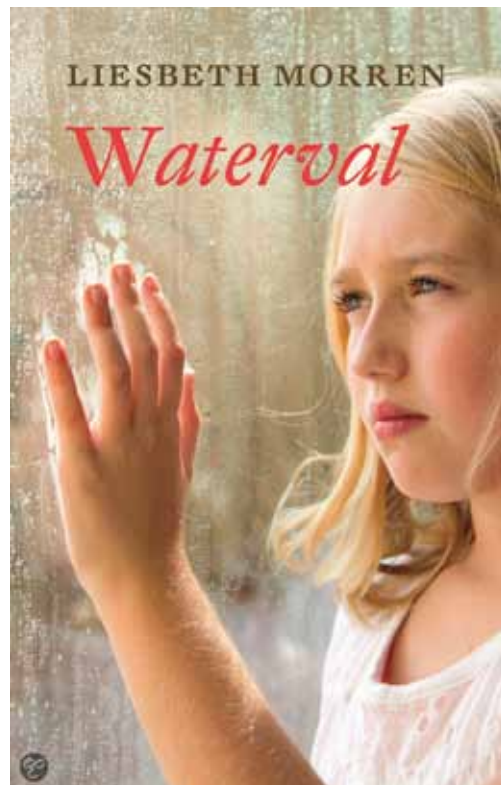
Waterval van Liesbeth Morren

Het boek 'Waterval' greep me vanaf het begin. Hoofdperson Magda heeft een moeizame relatie met haar ouders als gevolg van de tragische dood van haar zusje, die als peuter verdronk. Als zij haar ouders helpt bij de verhuizing naar een aanleunwoning komen pijnlijke herinneringen boven. Tussen alle herinneringen vindt ze een briefje; een aanwijzing van haar vader met wie ze maar weinig contact heeft. De man ook die door haar moeder wordt veroordeeld en afgewezen.

Beetje bij beetje ontdekt Magda de ware toedracht van de dood van haar zusje. Dat doet haar beeld van zichzelf en haar ouders kantelen.

'Waterval' is een christelijke roman met begrippen als veroordeling, schuld en vergeving. Maar de thema's in het boek zijn voor iedereen herkenbaar en toegankelijk. Magda is een persoon zoals ikzelf. Het boek is eenvoudig geschreven waardoor je het in één adem uitleest.

Pien Veldhuizen



Twee Levens: Een documentaire van Fifi Visser

Fifi Visser volgt haar ouders met de camera. Ze reizen ieder jaar naar Chili in de hoop iets te weten te komen van wat er met hun verdwenen zoon Maarten is gebeurd. Dit keer gaan ze voor de 25e keer.

Maarten was 18 jaar toen hij in de zomer van 1985 op reis ging om de wereld en zijn toekomst te ontdekken. Via brieven en foto's volgden zijn ouders zijn belevenissen. In zijn laatste brief lijken zijn toekomstplannen al wat meer vorm te krijgen. Maar hij schrijft ook: '...ik zou niet al te vlug op mijn thuiskomst rekenen...'. Eind december 1985 volgt het bericht dat Maarten verdwenen is.

Sinds die dag leven zijn ouders twee levens. Hun leven van alle dag met huis, tuin, kinderen en inmiddels kleinkinderen dat gewoon doorgaat. En hun leven met Maarten dat al 25 jaar op een dood spoor zit. Een hartverscheurend document over een zoektocht zonder einde en zonder afscheid.

De documentaire is te vinden en te bekijken via YouTube.

Erna ten Broeke

Wat kan Issoria doen voor u, wat kunt u doen voor Issoria?

Wat we bieden

Hospice Issoria biedt zorg aan mensen in de laatste levensfase en hun naasten. Daarnaast heeft de stichting het bevorderen van de integratie van het stervensproces in het dagelijks leven tot doel.

Zorg in de hospice

In de nieuwe sfeervolle stadsvilla aan de Burggravenlaan 11 in het centrum van Leiden kunnen we zeven gasten en hun naasten ontvangen. Een team van vrijwilligers en verpleegkundigen verleent, in nauw overleg met de gast, de naasten en de eigen huisarts, zorg. We proberen hierbij zoveel mogelijk rekening te houden met de eigenheid van iedere gast, speciale wensen en behoeften.

Zorg thuis

Voor mensen die liever (zo lang mogelijk) thuis willen blijven, is er Issoria Thuis. Samen met degene die gaat sterven en de naasten verkennen we welke ondersteuning thuis nodig is en hoe die in te zetten. Dit kan variëren van hulp bij de inzet van praktische ondersteuning, psychosociale begeleiding tot 24-uurs bereikbaarheid.

Zorg na het overlijden

Voor mensen die na het verlies van een dierbare, al dan niet binnen Issoria, behoefte hebben aan extra ondersteuning is er de mogelijkheid van rouwondersteuning. Hiervoor is een speciaal opgeleide groep vrijwilligers beschikbaar.

Uitdragen van expertise

Issoria draagt haar opgedane kennis en ervaring graag uit. Wij verzorgen voor diverse doelgroepen lezingen en themabijeenkomsten op het gebied van palliatieve zorg en rouw. Een training of scholing op maat behoort ook tot de mogelijkheden.

Hoe we zijn georganiseerd

Hospice Issoria is georganiseerd in drie stichtingen. De Stichting Hospice Issoria



die verantwoordelijk is voor de dagelijkse exploitatie. De Stichting Vrienden van Issoria die zorgt voor de broodnodige extra financiële middelen. En de Stichting Burggravenlaan waarin de aankoop en het bezit van het pand Burggravenlaan is ondergebracht. Bij Issoria zijn drie betaalde coördinatoren en 1 hospice-assistent in dienst. Er werken verder meer dan 100 vrijwilligers.

Voor wie is Issoria Magazine?

Issoria Magazine verschijnt tweemaal per jaar en geeft een beeld van ons werk. Het wordt verspreid onder onze donateurs, professionele relaties en de eigen vrijwilligers. Het blad wordt gemaakt door vrijwilligers. Issoria Magazine wordt kosteloos gedrukt door Okay Color Graphics (Alphen aan den Rijn) in een oplage van 1.600 stuks.

Gebruik maken van onze zorg

Wilt u gebruik maken van onze hulp voor uzelf of voor een familielid, bel ons dan. Samen met u wordt dan bekeken wat het beste bij uw zorgbehoefte past. Aarzel niet, onze missie is u de best mogelijke ondersteuning te bieden in en rond de laatste levensfase.

Onze gegevens

Bezoek- en postadres:

Burggravenlaan 11,
2313 HM Leiden

Tel: 071 - 514 22 75

Mail: info@issoria.nl

Website: www.issoria.nl

Rekeningnummer

Vrienden van Issoria:

NL75ABNA0892838426



Issoria

De naam Issoria is afgeleid van *Issoria lathonia*, de kleine parelmoervlinder. Een vlinder die uit zijn cocon kruipt en naar het licht opstijgt wordt in veel culturen gezien als beeld van het sterven van de mens.



OKAY COLOR
GRAPHICS

Stichting Vrienden van Issoria



HOLLEN VOOR HOSPICE ISSORIA

Het lijkt misschien nog ver weg maar op 17 mei 2015 vindt de 25e editie van de Leiden Marathon plaats. Net als vorig jaar wil de Stichting Vrienden van Issoria daarbij een sponsoractie ten behoeve van Issoria organiseren.

Mensen die meedoen aan één van de afstanden van de marathon en die Issoria een warm hart toedragen, wordt gevraagd of zij zich door familie, vrienden en collega's willen laten sponsoren voor Issoria. Lopers die meedoen aan de sponsorloop krijgen een shirt en kunnen deelnemen aan de leuke en nuttige looptrainingen die oud-topsportster Yvonne van Dorp geeft.

Afgelopen jaar renden 25 lopers een bedrag van € 10.724,50 bijeen. Een fantastisch resultaat!

Het zou prachtig zijn als het resultaat in 2015 weer zo geweldig is! Wil je meedoen aan deze sponsoractie of weet je iemand die mee wil doen, laat dit dan weten aan Esther Salomons door haar te mailen: hollenvoorissoria@gmail.com. Zij zal je dan verder informeren over de sponsorloop en de te volgen trainingen.

SPORTIEVE ACTIES VOOR HET GOED DOEL

Op 21 september werd de 21e editie van de Rabobank Sponsorfietsstocht gehouden. In onze Rijnstreek deden weer deelnemers voor Issoria mee. Zij fietsten € 602,- bij elkaar.

Op 12 oktober werd in Warmond het evenement Lopen tegen kanker gehouden. Ook hier nam een aantal enthousiaste fans van Issoria aan deel. Zij renden dankzij hun persoonlijke sponsors € 1.250,- voor Issoria bij elkaar.

WIJNACTIE LEIDSE HORECA BRENGT € 9.029,- OP!

Op 27 oktober kreeg Issoria een cheque van € 9.029,- uitgereikt. Dit bedrag is het resultaat van een actie in een groot aantal Leidse restaurants. Die schonken € 2,- per verkochte fles van de witte wijn 'Issoria by Eradus'.

'Issoria by Eradus' werd, in overleg met de Leidse importeur Sanders Wijnkopers speciaal voor Issoria gemaakt in Nieuw-Zeeland door een wijnmaker met Leidse wortels, Michiel Eradus. Zijn vader, Har Eradus, had tot 1982 een bloemisterij in de Haarlemmerstraat, waarna het gezin verhuisde naar Nieuw-Zeeland.

Issoria bedankt de deelnemende restaurants: In den Doofpot, De Engelbertha

Hoeve, Brasserie Park, Brasserie Zijlstream, De Kaagsociëteit, Visbrasserie De Poort, Meelfabriek Zijlstream, In Den Gapenden Eter, Stadscafé Van der Werff, Dartel, Allemansgeest, Restaurant/Grand Café De Vriend, Kitch& en Het Haagse Schouw.



FANTASTISCHE 1001-EURO PROJECTEN

In 2013 startte José Neuteboom met de Fantastische 1001-euro actie. Zij riep iedereen op een eigen actie te bedenken waarmee hij of zij € 1.001,- verdient voor Issoria. Haar doel is 100 acties op gang te krijgen om zo dus dik honderdduizend euro bijeen te brengen. In anderhalf jaar tijd startten er 34 projecten. In 2013 was de opbrengst € 15.429,51 en eind oktober 2014 stond de teller op € 8.115,01.

Beschrijvingen van de acties zijn te vinden op de website: <http://www.issoria.nl/1001europrojecten>. Op pagina 12 en 13 van dit magazine worden drie acties in het zonnetje gezet. Heb je een idee voor een nieuwe actie meld je dan aan bij José Neuteboom door een mail te sturen naar jose.neuteboom@online.nl of info@issoria.nl.

