

- 1 **Verhaal van Arlette van Dijk**
- 2 **Evaluatie door naasten**
- 3 **Woordje van Ton Huisman**
- 3 **Kookvrijwilligers**
- 4 **Complementaire zorg**
- 5 **Gastenboek**
- 6 **Waardering voor vrijwilligers**
- 7 **Kopje koffie met Esther Boy-van Breugel**
- 8 **Club van 100**
- 8 **Vrienden**
- 8 **Colofon**



IK WAS ER ELKE DAG

Op 30 mei 2025 werd Frans van Dijk opgenomen in Hospice Parunashia. Zijn dochter Arlette vertelt hoe zij de tijd dat haar vader in het hospice verbleef heeft ervaren.

Vijfennegentig jaar oud, elf jaar weduwnaar en tot dat moment had hij altijd zelfstandig gewoond. Als enig kind had ik de moeilijke taak om hem weg te brengen. Al bij de voordeur van Parunashia kwamen bij mij de tranen. We werden liefdevol opgevangen door twee dames die al vaker met dit bijltje hadden gehakt.

De eerste week leefde mijn vader helemaal op. Door de aandacht, de goede zorg en het lekkere eten voelde het als een 5-sterren hotel. De eerste avond zat hij al aan de asperges. Hij is zelfs nog geïnterviewd voor de nieuwsbrief.

Wat een lieve, warme mensen heb ik ontmoet

De weken daarna bracht hij veel tijd door in de huiskamer of in de tuin. Veelal slapend, maar hij genoot ook van al het bezoek dat speciaal voor hem kwam en altijd hartelijk werd ontvangen.

In de tussentijd was ik jarig. Ik kreeg een prachtige foto van mijn vader, zorgvuldig ingelijst door een lieve vrijwilligster en 's avonds heb ik meegegeten in de hospice.



Deze tekst is door Arlette van Dijk uitgesproken tijdens de bijeenkomst voor de leden van de Club van 100 op 24 oktober 2025. Met haar toestemming delen we haar verhaal in deze nieuwsbrief.



foto's: privébezit

EMOTIONEEL

Ondertussen ging hij achteruit, het lichaam was op. Voor mij moeilijk om te zien, het maakte me vaak emotioneel. Ik was er elke dag. Mijn vader werd regelmatig emotioneel, hij wilde nog niet sterven en hield krampachtig vast aan het leven. Met diverse vrijwilligers had hij hierover gesprekken. Hij kon altijd rekenen op een luisterend oor. Dat gold overigens ook voor mij, wat een lieve, warme mensen heb ik in die periode ontmoet. Het was aandoenlijk om te zien hoe de dames van Vivent en de vrijwilligers met mijn vader omgingen. Met zoveel toewijding en professionaliteit maken zij het verschil!

Na zes weken in het hospice is mijn vader overleden. Met een prachtig uitgeleide ritueel is afscheid genomen. Voor mij was de periode van los moeten laten pittig maar tegelijkertijd ook mooi. Jarenlang ben ik mantelzorger geweest voor mijn vader. Doordat het 'zorgen voor' de laatste weken door het hospice werd overgenomen, heb ik in de tijd die ons nog restte intenser kunnen genieten van de momenten met mijn lieve vader. De laatste periode van zijn leven bracht hij door op een prachtige plek, omringd door lieve mensen. Daar ben ik heel dankbaar voor.

EVALUATIE DOOR NAASTEN

Sinds 2025 vragen we familieleden via een anonieme VPTZ-enquête hoe zij onze zorg en ondersteuning hebben ervaren. Hun mening is heel waardevol voor onze vrijwilligers en zorgverleners.

De resultaten worden gedeeld met het bestuur en vergeleken met landelijke cijfers. Ons hospice scoort gemiddeld een 9,6 (landelijk 9,4) en alle respondenten raden ons aan. Vooral de kleinschaligheid, flexibiliteit, het contact met de eigen huisarts, de respectvolle bejegening en de persoonlijke aandacht en betrokkenheid worden gewaardeerd.

*VPTZ is de landelijke vereniging van organisaties die werken met vrijwilligers in palliatieve terminale zorg.

Aangesloten bij:



Vrijwilligers Palliatieve
Terminale Zorg
Nederland

EEN WARM AFSCHIED EN EEN NIEUW BEGIN

Na acht bijzondere jaren – twee bestuursperiodes vol betekenisvolle momenten – is voor mij de tijd gekomen om afscheid te nemen als voorzitter van ons hospice. Met een gerust hart en vol vertrouwen draag ik het stokje over aan Paul Koeslag, die met frisse energie en een warm hart het voorzitterschap zal voortzetten. Wat mij in al die jaren het diepst heeft geraakt, is de enorme inzet van de vrijwilligers en de betrokkenheid van de gemeenschap. Het is die brede steun die ons heeft geholpen om samen dit prachtige hospice te realiseren; een plek van rust en menselijke waardigheid. Mijn oprechte dank gaat uit naar onze 130 vrijwilligers. Jullie zijn het kloppend hart van dit huis en maken elke dag opnieuw het verschil voor onze gasten. Daarnaast wil ik de coördinatoren, de thuiszorgorganisatie en onze trouwe sponsoren bedanken voor hun onvoorwaardelijke inzet en fijne samenwerking. Ook het werken met zo'n bevlogen bestuur heb ik als een groot voorrecht ervaren.

Ik kijk met trots en dankbaarheid terug op wat we samen hebben opgebouwd. Ik wens het hospice, alle medewerkers en onze gasten alle goeds en een liefdevolle toekomst toe. Binnen het bestuur van Stichting Vrienden van Hospice Parunashia blijf ik ook in de toekomst de ontwikkelingen van het hospice graag volgen en oog houden voor de belangen van het hospice en alle betrokkenen.

Ton Huisman, voorzitter



foto's: Karin Jonkers



foto: Roswitha van Wersch

KOOKVRIJWILLIGERS ONTMOETEN ELKAAR

Eten en drinken is voor de gasten van het hospice zoveel méér dan alleen voeding. Het is samenzijn, eigen keuzes maken, genieten en het creëren van waardevolle momenten. In de terminale zorg kan dat soms uitdagend zijn: medicatie, ziekte en ouderdom veranderen de smaak en beleving.

Elke dag bereidt één van de vijftien kookvrijwilligers een smakelijke driegangenmaaltijd voor de gasten. Natuurlijk houdt de kok zo veel mogelijk rekening met hun wensen en beperkingen. Voor de meeste gasten is de warme maaltijd een belangrijk moment van de dag; ook al is de eetlust klein en zijn er beperkingen (bijvoorbeeld moeilijk kauwen of slikken), het avondeten wordt zeer gewaardeerd. Familieleden kunnen op verzoek mee-eten.

Omdat er elke dag een andere kookvrijwilliger is, ontmoeten de koks elkaar niet vaak. Ervaringen en aanwijzingen wisselen zij uit via een groepsapp. Toch zijn er regelmatig ontmoetingen om samen in gesprek te gaan over wat goed gaat en waar het beter kan. Een mooi voorbeeld van zo'n ontmoeting is de workshop bij De Kleine Aarde in Boxtel. Onder leiding van een trainer van de VPTZ-Academie is dieper ingegaan op de betekenis van eten en drinken in de palliatieve fase. Thema's als de invloed van de omgeving op de maaltijdbeleving, het inzetten van smaak, geur en herinnering, en het actief betrekken van gasten bij het eetmoment kwamen aan bod. Zo ontstaan kleine geluksmomentjes voor onze gasten.

Na afloop van de workshop gingen de kookvrijwilligers uiteraard samen koken en eten. Zo werden de opgedane inzichten in praktijk gebracht. Een fijne en leerzame ervaring die ook veel betekent voor de onderlinge verbondenheid.

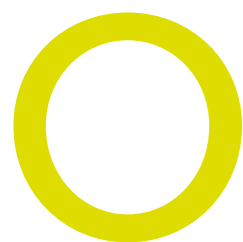
COMPLEMENTAIRE ZORG

Complementaire zorg binnen Hospice Parunashia richt zich op het vergroten van comfort en welbevinden van onze gasten. Door het verminderen van klachten zoals pijn, angst of spanning draagt deze zorg bij aan ontspanning. Het is een aanvulling op de reguliere medische zorg en volgt een holistische benadering. Hierbij is er aandacht voor de gehele mens; lichamenlijk, mentaal én spiritueel.



foto: Anette Cooijmans

Harriette van Engelen en Isabelle Brouwer oefenen met handmassage



nlangs namen twaalf vrijwilligers van ons hospice deel aan een informatieve bijeenkomst van het

Netwerk Palliatieve Zorg, met als thema aanvullende zorg. Verpleegkundigen van Hospice De Duinsche Hoeve gaven uitleg over diverse mogelijkheden om het welzijn van onze gasten te bevorderen. Denk bijvoorbeeld aan een kussen dat zachte trillingen of warmte biedt, een verdampert met een rustgevend geurtje, sfeervolle beelden op tv, muziek, ademhalingsoefeningen of een hand- of voetmassage. Deze interventies kunnen helpen het lichaam te ondersteunen,

het geestelijk welzijn te vergroten en klachten als pijn of vermoeidheid te verlichten. Omdat iedere gast uniek is, worden deze vormen van complementaire zorg altijd zorgvuldig afgestemd.

// Aandacht voor de gehele mens

Er vindt overleg plaats met de professionals van Vivent en uiteraard met de gast zelf, zodat de gekozen interventie past bij de persoonlijke wensen en behoeften.

ZINGEN VOOR DE ZIEL OP REIS

Ook de Bedside Singers Den Bosch gaven een mooie presentatie. Deze groep van tien zangers, waaronder onze zorgvrijwilliger Betsie Jansen, zet zich in om gasten zingend te ondersteunen. Hun motto luidt: "Wij zingen voor de ziel op reis." Met hun rustgevende liedjes bieden ze momenten van ontspanning, troost en afleiding. Ze zingen zacht, rustig en met compassie, in diverse talen en tradities, soms met een spirituele inslag. De muziek wordt altijd afgestemd op de aanwezigen: de gast, diens naasten of vrijwilligers.

Meer informatie
www.bedsidesingers.nl/denbosch

GASTENBOEK

In het gastenboek schrijven familie en vrienden lieve woorden over hoe hun naaste is verzorgd tijdens het verblijf in Hospice Parunashia. Graag delen wij enkele (anonieme) hartverwarmende stukjes tekst.



Woorden tekort...
Dank voor alles wat jullie voor mijn vader hebben betekend in de laatste dagen van zijn leven. Jullie toewijding, aandacht, liefde en zorg hebben op mij diepe indruk gemaakt. Op moeilijke momenten waren jullie er ook voor mij. Ik draag Parunashia een warm hart toe.



Wat zijn jullie allemaal lieve mensen! Jullie zijn een prachtig team. Het onthaal was fantastisch en gaf gelijk een warm gevoel. Wij hebben mooie en natuurlijk ook verdrietige momenten meegemaakt, maar er was altijd troost en een luisterend oor. Niets is voor jullie te veel. Wij willen jullie bedanken voor het medeleven, de fijne begeleiding, alle liefde en aandacht. Het was fijn te zien hoe de zorg voor mijn man was geregeld. Jullie hebben het echt als een thuis laten voelen. Jullie zijn toppers.



Wij willen jullie allemaal vanuit de grond van ons hart bedanken voor de lieve zorg en aandacht die jullie onze moeder hebben gegeven. Ook ons hebben jullie heel veel lieve aandacht gegeven en écht ontzorgd! Dat maakt een wereld van verschil in hoe wij nu terugkijken op de laatste maanden van onze moeder.



foto: Karin Jonkers

WAARDERING VOOR VRIJWILLIGERS



Vrijwilligers ervaren veel voldoening tijdens hun werk in het hospice. De gasten en hun naasten spreken hun dankbaarheid regelmatig uit, wat veel waardering oplevert. Ook het bestuur en de coördinatoren laten op verschillende manieren zien dat ze het werk van vrijwilligers zeer op prijs stellen. Zo organiseren zij diverse activiteiten ter ondersteuning en verbinding.

A

Is nieuwe vrijwilliger kun je allerlei vragen hebben. Wat is precies jouw rol? Wanneer doe je het goed? Hoe ga je in gesprek met gasten en hun familie? Hoe werk je samen met collega-vrijwilligers? En hoe ga je om met rouw en verlies? Om goed voorbereid aan de slag te gaan, biedt VPTZ

Nederland een introductie cursus aan voor alle nieuwe vrijwilligers. Tijdens twee intensieve cursusedagen leer je over nabijheid, communicatie, grenzen stellen en samenwerken. Het uitwisselen van ervaringen met andere nieuwe vrijwilligers uit de regio maakt deze training extra waardevol. In het hospice zelf geeft een ervaren verpleegkundige een praktische training gericht op basishandelingen. Denk aan tiltechnieken, transfers van bed naar rolstoel of toilet, het gebruik van de Sarah Steady (opstahulp) en een glijlaken. Veiligheid krijgt eveneens aandacht: samen met de brandweer wordt voorlichting gegeven over wat te doen bij brand. Daarnaast zijn er geregeld informatieavonden over relevante thema's, zoals recent over complementaire zorg.

WERKEN VANUIT DE BEDOELING

In het najaar van 2025 namen zorgvrijwilligers en bestuursleden deel aan de training 'Werken vanuit de bedoeling', verzorgd door een ervaren trainer van VPTZ Nederland. Herkenning, nieuwe inzichten en verbinding stonden centraal. In een ontspannen sfeer werd stilgestaan bij wat ons drijft in het vrijwilligerswerk, hoe we als team zorgen voor gasten en hun naasten, en hoe we omgaan met uitdagingen. Er was ruimte om ervaringen te delen, successen en verbeterpunten te bespreken en positieve voorbeelden uit te wisselen.

INTERVISIE

Werken in het hospice vraagt soms veel van vrijwilligers, zowel emotioneel als mentaal. Intervisie is hierin onmisbaar. Ongeveer eens per drie maanden komen kleine, vaste groepjes vrijwilligers bij elkaar om ervaringen te delen, dilemma's te bespreken en van elkaar te leren. In een veilige setting kun je reflecteren, zonder oordeel.

Je krijgt tips over het bewaken van grenzen en leert door naar collega's te luisteren en mee te denken over eventuele issues. Deskundige intervisie-vrijwilligers begeleiden deze bijeenkomsten.



Reflecteren in een veilige setting

ONTMOETING EN PLEZIER

Regelmatig worden gezellige activiteiten georganiseerd om elkaar te ontmoeten, bijvoorbeeld een walking diner, barbecue, kerst- of nieuwjaarsbijeenkomst, wandeltocht of borrel. Deze bijeenkomsten zijn populair en dragen bij aan het teamgevoel en plezier in het werk.

Het bestuur is trots op de vrijwilligers en waardeert hun inzet enorm. Vrijwilligers voelen zich omgekeerd ook gewaardeerd voor hun betrokkenheid. De trainingen en bijeenkomsten zorgen niet alleen voor meer verbinding en het opdoen van kennis, maar maken ook die waardering tastbaar.



Een van de vijf trainingsgroepen 'Werken vanuit de bedoeling'



foto: Roswitha van Wersch

KOPJE KOFFIE MET ESTHER BOY-VAN BREUGEL

Esther werkt nog niet zo lang als zorgvrijwilliger in het hospice. Na afloop van haar dienst drinken we een kopje koffie. Ze vertelt dat ze al eens had gedacht over dit soort vrijwilligerswerk. Toen ze door een reorganisatie overtalig werd gedaan voor nieuwe vrijwilligers, reageerde ze meteen.

Wat maakt het werk in het hospice voor jou zo fijn?

Het hospice voelde meteen als een warm bad. Ik miste in mijn baan al langer de 'zachte kant', en die heb ik hier meteen gevonden. In het hospice staan de gasten centraal en alle vrijwilligers zetten zich in om hun verblijf hier zo aangenaam mogelijk te maken. En daarbij gaat niet over het toepassen van protocollen; je voelt aan waar de gast behoefte aan heeft. Daarbij gaat het vaak om kleine dingetjes: een praatje met de gast en familie, luisteren naar verhalen van de gast, een kopje koffie. Je runt in feite

met z'n allen een heel huishouden met bijzondere bewoners. Ik heb geen achtergrond in de zorg en dat maakt dat ik me soms onzeker voel; doe ik het wel goed? De cursus die ik volgde voor nieuwe vrijwilligers heeft me daarmee geholpen; wat kan ik brengen en wat wil ik halen, hoe blijf ik bij mezelf?

Heeft dit vrijwilligerswerk je bepaalde inzichten gegeven?

Jazeker! Ik had niet verwacht dat ik dit werk zo waardevol zou vinden, het heeft me echt een stukje nieuw levensgeluk gebracht. Ik zie hier de mooie kanten van de mens, zowel van de gasten, als van de vrijwilligers en bijvoorbeeld de coördinatoren. Het klinkt misschien raar, maar voor mij voelt het alsof het universum heeft geluisterd. Ik ben hier op mijn plek. Onbewust en onbedoeld is het ook een opstapje geweest naar een nieuwe baan, als coördinator bij een IPSO-centrum, een centrum voor leven met en na kanker.

Waar kijk je altijd naar uit als je over de drempel van het hospice stapt?

Ik vind het altijd fijn om te komen, het geeft me energie. Ik stap in een andere wereld, laat mijn fietsleutel en telefoon achter en ben in de wereld waarin ik echt iets kan betekenen voor iemand anders.



NIEUWE ZORGBEDDEN DANKZIJ CLUB VAN 100

Het comfort van onze gasten staat bij ons altijd centraal. Daarom zijn we ontzettend dankbaar dat we vier gloednieuwe, hoogwaardige zorgbedden in gebruik gaan nemen. Deze belangrijke vernieuwing is mogelijk gemaakt door een gulle donatie van de Stichting Vrienden van het Hospice.

Met de aanschaf van deze vier bedden is een bedrag van 15.000 euro gemoeid. Dit is niet zomaar een investering; de bedden zijn uitgerust met de nieuwste technologieën om de levenskwaliteit van onze gasten te verhogen.

- Persoonlijke veiligheid: de bedden beschikken over driedelige beddekken aan beide zijden. Deze kunnen onafhankelijk van elkaar worden ingesteld of volledig in de bedrand verdwijnen. Zo bieden we veiligheid op maat zonder dat het bed opgesloten voelt.
- Voorkomen van fysieke klachten: het unieke vierdelige ligvlak heeft een rugsteun die bij het verstellen iets naar achteren glijdt. Dit vermindert de druk op het lichaam en voorkomt schuifkrachten op de huid, wat essentieel is voor het welzijn van onze gasten.
- Ergonomie voor zorgverleners: voor onze zorgprofessionals en vrijwilligers betekent de moderne techniek dat de bedden lichter te bedienen zijn, wat de fysieke belasting tijdens de dagelijkse zorg aanzienlijk verlaagt.

CLUB VAN 100

Voor iedereen die ons hospice een warm hart toedraagt is de Club van 100 opgericht. Dit gezelschap van trouwe vrienden maakt elk jaar in mei een bedrag van honderd euro over naar de Stichting Vrienden van Hospice Parunashia.

Met deze donatie helpt de Vriendenstichting om het hospice te voorzien van alles wat nodig is om gasten en hun naasten een warm en menswaardig verblijf te bieden.

Waarom meedoen?

- Je draagt bij aan een lokaal goed doel
- Je helpt mensen in een kwetsbare fase van het leven
- Je bijdrage komt volledig ten goede aan het Hospice

Lid worden is eenvoudig

Stuur een mailtje met je naam en adres naar:

vrienden@hospiceparunashia.nl

Je lidmaatschap is op elk moment opzegbaar.

Ik meld mij graag aan als lid van de Club van 100. Dat wil zeggen dat ik jaarlijks in de maand mei € 100,- doneer aan het Hospice.

Naam _____

Adres _____

E-mailadres _____

Telefoonnummer _____

Handtekening _____

Ook een eenmalige gift is van harte welkom! Maak je bijdrage over naar bankrekening **IBAN: NL98RABO0331927829** t.n.v. Stichting Vrienden van Hospice Parunashia. Dank!

Deze belangrijke aankoop is volledig gefinancierd dankzij de jaarlijkse bijdragen van de leden van de Club van 100. Het is hartverwarmend om te zien hoe deze trouwe groep donateurs direct bijdraagt aan de kwaliteit van de laatste levensfase van onze gasten. Het is dankzij de loyaliteit van onze donateurs dat wij de zorg en de gastvrijheid op dit hoge niveau kunnen blijven bieden. Namens de gasten, het team en het bestuur: ontzettend bedankt voor deze waardevolle ondersteuning!

Colofon

Redactie en teksten

Marinel Collard, Ton Huisman,
Carla Jacobs en Roswitha van Wersch

Grafische vormgeving

Karin Jonkers/Yell & Yonkers

Drukwerk

Repro XL

©2026



parunashia
hospice

