

## In deze nieuwsbrief:

Bestuur stelt zich voor  
Bewoners aan het woord  
Over lintjes en koken  
Stichting Vrienden van het Hospice

Nieuwsbrief bestuur Hospice Parunashia

7# – zomer 2022

### Van de voorzitter

Voor u ligt alweer de zevende nieuwsbrief sinds de opening in augustus 2019. Inmiddels mogen we zeggen dat Hospice Parunashia niet meer weg te denken is uit onze gemeenschap.

Sinds de start in augustus 2019 heeft het hospice al vele gasten een laatste thuis kunnen bieden. De eerste twee en een half jaar van het hospice waren ingrijpend. De zorg en aandacht voor de gasten in het hospice moest gecombineerd worden met strijd tegen het coronavirus en de bescherming van de vrijwilligers. We hebben er veel van geleerd. Het is erg duidelijk geworden dat de behoefte aan hospice zorg in onze gemeenschap erg groot is. Als bestuur willen we ook niet meer meemaken dat we beperkingen moeten aanbrengen in het opnamebeleid.

De kern van het hospice wordt gevormd door zeer zorgzame trouwe vrijwilligers. Hospice Parunashia heeft geen medewerkers in dienst. In deze nieuwsbrief willen wij het bestuur, op verzoek, aan u voorstellen en wat meer vertellen over hun specifieke taken. Met trots presenteren wij u die. Namens het bestuur wens ik veel leesplezier en een mooie zomer toe.

*Ton Huisman*

*Voorzitter Stichting Hospice Parunashia*

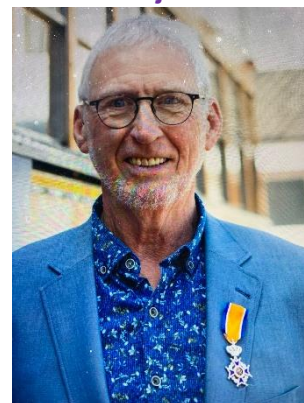
Foto drie generaties:  
van links naar rechts: Noor, Anny en Judith

### Feestelijk Nieuws

Wout van Son



Henk van Rijnsoever



Bij de recente lintjesregen van Sint- Michielsgestel mochten twee van onze gewaardeerde vrijwilligers een lintje ontvangen.

Beide heren zijn al jaren lang actief voor de gemeenschap, maar ook al vanaf de start betrokken bij het Hospice.

Wout van Son heeft vanaf het prille begin de functie van secretaris vervuld en is recent gestopt. Henk van Rijnsoever is als vrijwilliger lid van onze tuinploeg maar ook voor andere taken inzetbaar. Proficiat heren met deze waardevolle onderscheiding.

### Drie Generaties werkzaam in het Hospice



## Het bestuur stelt zich graag aan u voor:

### Ton Huisman,

Voorzitter



- Leiden van de bestuursvergaderingen
- Coördineren van de verschillende bestuurstaken
- Het vertegenwoordigen van de stichting
- Externe communicatie

### Laurens van Heugten,

Penningmeester.



- Financien
- Verzekeringen
- Coördinatie Onderhoud gebouwen

### Suzan Cooymans-Rus

Secretaris



- Notuleren bij vergaderingen
- Zorgdragen voor ingekomen stukken
- Beheer van actie-en besluitenlijst
- Updaten van handboeken

### Willemien Mommersteeg,

Bestuurslid Zorg



- Voorlichting over -en PR voor het Hospice
- Rondleidingen verzorgen
- Eerste contacten met familie en verwijzers
- Beheer van inschrijvingen en contacten met bewoners en families

### Jos Huisman,

Bestuurslid Vrijwilligerszaken.



- Coördinator Hospice samen met Dorothee van de Wetering
- Aanspreekpunt vrijwilligers, gasten en familieleden.
- Verantwoordelijk voor dagelijkse gang van zaken binnen hospice
- Speciaal aandachtsgebied: opname beleid en roostering

Voor nadere informatie kunt u contact opnemen via het onderstaande telefoonnummer:

**073 – 200 19 80**

Door kies nummer:

- 1 Coördinator/ opnames
- 2 Hospice intern: vrijwilliger van dienst
- 3 Bestuurlijke zaken

Mail: [info@hospiceparunashia.nl](mailto:info@hospiceparunashia.nl)

In deze nieuwsbrief komen vier bijzondere mensen aan het woord over hun ervaring met ons huis.

We zijn hen zeer erkentelijk dat zij, met toestemming, hun verhaal willen delen. Zo schetsen zij voor u als lezer een beeld van de sfeer en beleving in ons bijna-thuis-huis. Hun situatie kan inmiddels veranderd zijn.

## Rummikub kampioen

Op een mooie zonnige dag ga ik een praatje maken met Truus op haar kamer. Bij Truus is het altijd gezellig.

Truus heeft haar hele mooie lange leven in Gestel gewoond, des te fijner dat ze nu ook in het Hospice van Sint-Michielsgestel mag zijn. Ze woonde lang aan een pleintje samen met haar man en kinderen. 13 jaar geleden werd ze helaas weduwe maar tot voor kort heeft ze al die tijd nog zelfstandig kunnen wonen vertelt ze trots.

Truus: Helaas werd ik ernstig ziek en Dr. van Eunen vertelde me over het Hospice in ons eigen dorp. Dat klonk enerzijds fijn want nu ik zo ziek ben viel het niet mee alleen te zijn, temeer omdat mijn kinderen gewoon moeten werken. Als ik aan het Hospice dacht, werd ik niet vrolijk, daar gaan alleen maar mensen dood.

Ik wist niet wat we overkwam in het Hospice moet ik eerlijk zeggen: door alle lieve zorgen en de aandacht. Werkelijk alles viel van me af. Alles werd voor me geregeld: de thuiszorg, mijn pillen, er wordt elke dag lekker gekookt voor me en ook geen boodschappen meer doen. Ik knapte warempel heel goed op en de lieve vrijwilligers noemen mij het wonder van het Hospice. Die lieve mensen hadden er ook zo'n plezier in. Het is hier niet sip of triest hoor, we lachen nog zoveel met elkaar.

Tegen iedereen die het maar horen wil zeg ik ook heel eerlijk dat ik het, ver over de 80 jaar, nog nooit zo goed heb gehad in mijn leven als nu. In het begin haalden de kinderen mij nog regelmatig op met de

auto en ging ik nog bij ze eten of op verjaardag. Nu lukt dat niet meer. Langzaam aan lever ik alsmear meer en meer in. Elke dag kan ik nog genieten.



Van de fijne verpleegkundige zorg, van de lieve vrijwilligers met wie we een rummikub competitie hebben, van de grote tafel in de woonkamer als we gezellig lunchen of smullen van de avondmaaltijden. Lieverds zijn het die vrijwilligers, stuk voor stuk!

De eigen badkamer die ik heb prijs ik elke dag, zo fijn die privacy! Ik realiseer me wel hoe ik bof hier. Onze kinderen zijn ook zo gerust gesteld en vinden het ook zo fijn dat ik 's nachts niet meer alleen in huis ben. Ik ben iedereen ontzettend dankbaar voor de warme liefdevolle tijd hier, ik noem het gewoon 'n tien sterren hotel met alleen maar lieve mensen. Tip voor anderen: blijf positief en denk na over 't Hospice als 't nodig is, ik kan t iedereen aan bevelen.

## Ontzorgd!

Onderstaand artikel is geschreven en aangeleverd door familielid Mariëtte:

Partner en mantelzorger van Guus - Ger - en zijn nicht Mariëtte hadden samen rond gekeken bij 'n hospice in de buurt en besloten spontaan om ook even bij Hospice Parunashia in Sint-Michielsgestel te gaan kijken.

Een rondleiding lukte niet en dat begrepen zij goed, even een blik in de woonkamer was wel mogelijk en gaf hen direct een heel fijn en goed gevoel van de sfeer van het huis.

Mariëtte belde later die dag voor het maken van een afspraak, maar omdat Guus niet meer in staat was naar het Hospice te komen, ging een van de voortrekkers van het Hospice bij hen op huisbezoek.

Er ontstond direct een klik mede door de wijze van benadering en toelichting over het Hospice. Voor beide heren was deze benadering helder en warm en dat gaf hen beiden een goed en vertrouwd gevoel.

Maar..... de moeilijkste beslissing van hun leven moest nog door hen worden genomen, namelijk de belofte om niet alleen voor elkaar tot het einde toe te blijven zorgen maar daarbij de toezegging om thuis te mogen sterven, te gaan doorbreken.

Dit laatste zou na 55 jaar samen-zijn worden doorbroken? Beiden zijn al ver over de 80 jaar en dan komt er toch een moment waarop het lichamelijk, psychisch en emotioneel niet meer is vol te houden en vooral ook niet meer veilig is voor beiden. Ontzettend verdrietig maar wel eerlijk en liefdevol hebben zij deze beslissing voor en met elkaar genomen.

Het Hospice Parunashia regelde spoedig het ambulance-vervoer voor Guus en Ger ontbrak natuurlijk niet. Immers de afspraak om altijd bij elkaar blijven was onaantastbaar.

De ontvangst op het Hospice was hartverwarmend en beide heren hielden het niet droog. De rust van het warme onthaal en de intake was bijzonder. In het Hospice is er nog alle tijd voor de mensen op welk tijdstip er ook iets nodig is dan wel wordt gevraagd.

Het verbaasde beide heren dat zij zich zó snel thuis en op hun gemak voelden en dat al binnen een halve dag! Ze gaven aan dat zij zich direct zo liefdevol opgevangen en gesteund voelden in hun verdriet dat zij dit direct samen hadden besproken. Er kwam nu meer rust, tijd en ruimte voor hen samen dit te mogen ervaren.

Ger vertelde als volgt: " Guus is zo ziek dat ik dag en nacht bij hem mag blijven. Alle vrijwilligers ontzorgen mij hier want ook ik was intens moe. Guus wordt piekfijn verzorgd en aan alles merk ik dat hij op zijn gemak is en zich thuis voelt.

In goed overleg met de eigen huisarts zijn we overgestapt naar een van de huisartsen, verbonden aan het Hospice, de heer dokter van Rijswijk, een fijne en bijzondere man. Ik slaap bij Guus op de kamer, net als thuis en dát geeft zoveel rust.



Alle lieve, dierbare mensen hier ontzorgen ons volledig in de breedste zin van het woord. Ger trakteert bijna dagelijks dankbaar op gebak. Naast de nachtzuster, de overige verzorgers van Vivent en alle vrijwilligers van het Hospice helpen ons liefdevol met alles wat we nodig hebben en waar we om vragen en zij hebben dan ook nog altijd alle tijd èn een luisterend oor voor ons!

Wij staan er nu niet meer alléén voor en dát is niet te omvatten noch aan te geven! Ontzettend blij ben ik dat wij samen het besluit hebben genomen de laatste weken van het leven van Guus in het Hospice te gaan en mogen doorbrengen. Het is onbeschrijfelijk fijn."

## Gezellig het dorp in!

### Corrie geniet van de uitjes met haar Zusje.

Corrie van 76 jaar, moeder van twee zonen en 'n dochter woont al 'n aantal weken bij ons. Zij woonde in Liempde en via haar huisarts Dr. van Laeren kwam ze met ons Hospice in contact.

Corrie kwam recht vanuit de thuissituatie naar het Hospice en werd gebracht door haar lievelingszusje Wies in haar auto. Op woensdag belde de huisarts dat er n plekje was en op vrijdag ging ik er al heen. Dat overvalt je wel, je weet dit is je laatste station. Maar ik moest ook eerlijk zijn, thuis kon ik het niet meer aan, ik ging nog eten bij Kloosterhof maar zelfs dat kleine stukje lopen ging niet meer. Als de kinderen kwamen, die ook drukke banen hebben, moesten zij het huis poetsen, boodschappen doen enz enz. Meer en meer moest ik alles gaan vragen aan anderen, dat vind ik zo lastig.

Corrie:

De ontvangst hier in de Hospice voelde zo fijn en vriendelijk. Ik was meteen thuis hier en ik mag ook heerlijk n sigaretje roken buiten op mijn balkon, net als thuis. 'N paar keer per week haalt onze Wies mij op en gaan we (ik in de geweldige nieuwe rolstoel van het Hospice) gezellig naar 't centrum. Voor 'n kop koffie en 'n worstenbroodje en wat boodschapjes. Daar genieten we samen zo erg van! Tis echt 'n beetje net als thuis.

De meisjes van de thuiszorg krijgen van mij n dikke 10 en de vrijwilligers ook. Alleen maar lieve mensen werken hier, ongelofelijk, waar halen ze ze vandaan.....

De koks koken lekker en vaak is het heel gezellig aan de grote tafel in de woonkamer, het is zo fijn dat alle Corona maatregelen afgeschafte zijn.

Ik heb 'n heerlijke grote tv op mijn kamer en ik kan al mijn favoriete series volgen, net als thuis. Met bezoek net zo: ze kunnen komen wanneer ze maar willen, ook net als thuis eigenlijk. Ze kijken hun ogen uit hier en iedereen is jaloers op mijn eigen ruime badkamer.



Mijn kinderen, ons Wies en ik hebben ook verdriet, er komt een tijd dat we elkaar gaan missen. Onze Wies is zo lief voor me, en ik had ook graag voor haar gezorgd. Nu ik hier woon zijn onze kinderen en ons Wies heel erg gerust gesteld. Ik ben hier in hele goede lieve handen, 24 uur per dag.

Als je alleenstaand bent en je word ziek denk dan aan het Hospice, hier zijn altijd hele lieve mensen die voor je klaar staan, fijne verpleegkundige hulp zo dichtbij. Als ik een schooljuffrouw zou zijn kreeg dit huis een dikke 10! Hoe mooi is het toch dat dit fijne huis zo enorm gesponsord wordt door de Gestelse inwoners en middenstand, en enkel wordt gerund door vrijwilligers.

Dank je wel iedereen, het is een cadeau om hier te mogen wonen en nog zo te kunnen genieten

### Bloemen meisje!

Op kamer Lavendel woont Len, een hoog bejaarde dame uit Vught die geestelijk nog sprankelt als een bruisende zestiger. Len hoorde van Hospice Parunashia via haar oncoloog toen ze was uitbehandeld. Deze moeder van een hecht gezin met 5 kinderen nam het voortouw en belde voor een rondleiding. Gelukkig kon ze heel snel terecht zodat ze er niet te lang tegenaan moest hikken. Ze kwam met twee dochters en veel vragen, bedrukt, eerlijk is eerlijk.

Len :

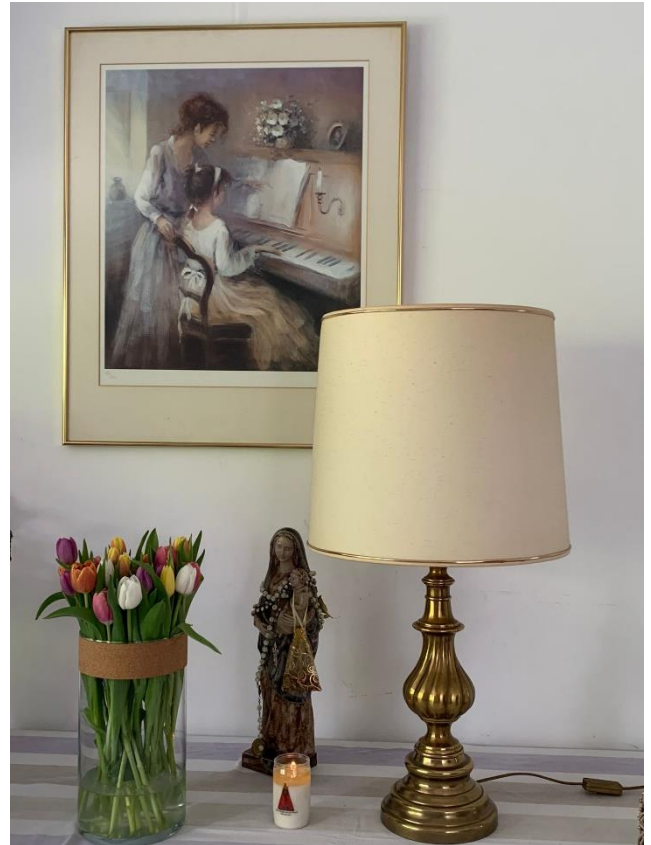
We hadden een fijn en eerlijk gesprek en er was alle tijd. De huiselijke sfeer paste ons als 'n fijne jas, de hele ontvangst voelde trouwens als 'n warm bad. Opgelucht en lachend vertrokken we naar huis. Als het straks te zwaar zou worden wilde ik hier naar toe, dit voelde zo persoonlijk en goed. Ik had nieuwe goede moed gekregen.

Vanaf dat moment werd ik steeds door dezelfde persoon van het hospice gebeld en dat schepte een hele fijne band in de maanden die volgden. Regelmatig kon ik zeggen dat alles nog goed ging en hadden we er samen echt plezier in. Twee plotselinge ziekenhuisopnames gooiden fors roet in het eten. In dat ziekenhuis drong het alsnog meer tot me door hoe snel de situatie volledig kan veranderen in 'n paar uur. Dat grote huis in Vught voelde niet meer comfortabel, het voelde ook niet meer veilig. Het werd tijd voor de volgende stap. Vanuit het ziekenhuis was er steeds intensief contact met 't Hospice.

In het ziekenhuis heb ik zelf resoluut aangegeven dat ik absoluut naar het Hospice in Sint-Michielsgestel wilde en mijn kinderen steunden mij volledig. Ik wilde niet sterven in het ziekenhuis. Gelukkig kwam er op dat moment een bed vrij, wat 'n meevaller!

Met hulpmiddelen kwam ik per ambulance hier aan en trof ik 'n ontvangstcomité met bloemetjes nog wel. Op mijn kamer hadden mijn kinderen mijn lievelingsschilderij en schemerlamp bezorgd, mijn Mariabeeld en kaarsje, de hele vensterbank stond vol met fotolijsten van thuis. Bloemen uit mijn eigen tuin zelfs! Het voelde als thuiskomen. Mijn kamer of beter gezegd appartementje is zo sfeervol en huiselijk met prachtig uitzicht.

Geen moment heb ik nog gedacht dat ik nog terug zou willen naar mijn eigen huis, ik ben hier en denk zo vaak: Len meid wat wil je nog meer?



Onbegrijpelijk vind ik dat, temeer omdat ik altijd zo zelfstandig heb gewoond. Tot in het kleinste detail zijn ze voorbereid hier, het zakje van 'n drain gaat zelfs nog in een vrolijk tasje. Zelfs 'n verwarmd pittenkussen hadden ze voor me, net als thuis. De verpleegkundigen zijn inderdaad heel kundig en zo zorgzaam. Alle tijd is er voor de zorg, je voelt echt zo gehoord en verwend, zorg op maat noemen ze dat hier.

Mijn kinderen zijn ook ontzorgt, ze wonen bepaald niet allemaal in de buurt, een zelfs in het buitenland, ik wilde ook niet constant door de kinderen verzorgd worden. Nu komen mijn kinderen heel erg vaak echt gezellig op bezoek, zo lang ze maar willen! We praten over essentiële en vrolijke zaken ipv zorgtaken en boodschappen. Dochter Suzan vult aan: we hebben onze eigen Mam weer terug ipv 'n moeder met veel zorgen!

Ja dat klopt, ik ben veel meer ontspannen geworden hier, ik voel me hier echt veilig, ook al ben ik in het

laatste stukje van mijn mooie leven beland. Ik ben hier bij ervaren mensen en ik kan werkelijk niks bedenken wat er beter zou kunnen. Ik ben warempel alweer 'n beetje opgeknapt hier en elke dag is winst.

De vrijwilligers zijn een geschenk, prettig gezelschap, en ze hebben alle tijd voor je.

Ik heb alweer op 't terras gezeten en iedere zonnestraal is 'n kadootje. Wat 'n feest dat ik weer buiten in de tuin kan zijn want dat is altijd mijn grote hobby geweest. Ik verzorgde de bloemen in de kerk al jarenlang. Bloemenmeisje is mijn bijnaam. Ik ontvang ook alweer wat bezoek net als thuis, en ieder kopje koffie wordt met liefde geserveerd hier. Ik en mijn kinderen zijn intens dankbaar voor deze liefdevolle vorm van zorg, het is 'n hemel op aarde hier heb ik tegen de pastoor van onze kerk gezegd.

Aan alle mensen die in deze fase van het leven zijn aan gekomen zou ik zeggen, neem voor die laatste periode een Hospice in gedachten, jij en je partner of je kinderen kunnen niet beter zijn. Neem zo mogelijk het voortouw en maak n afspraak, het zal je geruststellen.

Len heeft n nieuw fijn vooruitzicht: morgen komt haar kleindochter op bezoek die 16 jaar mag worden en het kadootje van Oma ligt al klaar.....proficiat alvast en fijne dag!

## Een zure haring of bitterkoekjespudding? Alles kan

**In Hospice Parunashia is een kookploeg van maar liefst vijftien vrijwilligers actief. Roswitha van Wersch is één van hen.**

Ontbijt, lunch, avondeten en tussendoortjes voor de gasten: ze worden elke dag in de keuken van het Hospice verzorgd. "Degene die kookt bepaalt het menu, rekening houdend met de wensen en de beperkingen van de gasten," vertelt Roswitha. "De Hollandse pot slaat het meeste aan." Uitgangspunten voor de koks is dat het eten lekker smaakt en er uitnodigend uitziet. "De presentatie is belangrijk, daar besteden we veel aandacht aan. Soms zijn er gasten

die moeilijk kunnen slikken, dan maken we alles fijn en presenteren we elk onderdeelje apart, zodat het er smakelijk uitziet.



### Specialiteit

Elke kok heeft wel een specialiteit. "We vragen de gasten ook waar ze nu eens echt zin in hebben. Het antwoord kan variëren van een zure haring tot bitterkoekjespudding. Ook wordt er wel eens Chinees gehaald of een lekker frietje." Verse kruiden en groenten komen uit de moestuin van het Hospice. Zelf maakt Roswitha graag vis klaar. De visboer in haar woonplaats Boxtel zet elke maand een portie gratis vis klaar om mee te nemen.

De zorgvrijwilligers en de kok stemmen samen af hoe laat er wordt gegeten. Zijn er gasten die uit bed kunnen worden gehaald om aan tafel te zitten? Wachten we nog even totdat het bezoek of de thuiszorg weg is? "Mensen die nog mobiel zijn, eten graag samen aan tafel in de gezellige woonkamer. Anderen krijgen het gebracht op hun kamer. Een van de zorgvrijwilligers kan dan eventueel de gast ook helpen. Partners of familieleden kunnen in principe mee-eten, dat kan van tevoren afgesproken worden."

### Koken op maat

Als coördinator van de kookploeg is Roswitha vraagbaak voor de andere koks. Verder houdt ze de voorraden in onder andere de vriezer bij. "Er liggen lijsten waarin de koks noteren wat ze eruit halen of erin doen. Die lijsten werk ik regelmatig bij en ik signaleer als bijvoorbeeld de soepvoorraad bijna op is en er nieuwe gemaakt moet worden." Uiteraard zijn de koks alert op de voedselveiligheid, de zogeheten HACCP-richtlijnen. "In onze appgroep zet de kok dezelfde avond wat hij of zij gekookt heeft,

zodat de anderen daar rekening mee kunnen houden; drie dagen achter elkaar kip is natuurlijk niet de bedoeling. In de app doe ik ook een oproep als nog een dienst in het rooster openstaat. Heel handig.” Een keer per half jaar komt de kookploeg bij elkaar voor overleg. “Dat zijn levendige bijeenkomsten,” glimlacht Roswitha. “We hebben het dan bijvoorbeeld over koken op maat, hoe doe je dat? De gasten in het Hospice eten in het algemeen kleine porties, je moet de hoeveelheden die je thuis klaarmaakt leren loslaten. Het kan ook gaan over wat je wel en niet kan invriezen. Vrijwilliger Hans van Grinsven is kok geweest in de ouderenzorg, hij kan ons hier heel goed mee helpen.”

### **Kleine dingen**

Roswitha kent het principe van een bijna-thuis-huis van de periode die haar schoonmoeder daar doorbracht. “Ik dacht toen al: misschien is zo’n soort vrijwilligerswerk later wel iets voor mij. Het is totaal anders dan het werk dat ik altijd als projectmanager heb gedaan. Ik houd van koken en om zieke mensen nog plezier te laten beleven aan eten, dat is mijn uitdaging. De respons die je krijgt zit in de kleine dingen, een lachje of een bevestiging dat het gesmaakt heeft.”

2 x jaar verschijnt onze nieuwsbrief, in de zomer en rond Kerstmis. Via onze sociale media houden wij u actueel op de hoogte.

### **Volg ons ook op Facebook, Instagram en LinkedIn!**

Zijn er vragen? Of heeft u een idee voor onze Nieuwsbrief, vertel het ons

[vrienden@hospiceparunashia.nl](mailto:vrienden@hospiceparunashia.nl)

## **Vrienden van Hospice Parunashia**

De stichting Vrienden Van kon dankzij de trouwe club van 100 een schitterend nieuw schuttingdoek aanschaffen waardoor de bewoners van kamer 2 en kamer 3 zich in ons eigen Zegenwerp wanen. Iedereen is er zo blij mee. Kijkt U eens:



De fantastische rolstoel, ook aangeschaft door de bijdrages van de club van 100 wordt wel haast dagelijks gebruikt. Deze stoel maakt een uitje naar t centrum nog mogelijk en ook nog fijn op het terras zitten is nog lang mogelijk!

U leest dat we naast ‘n forse bijdrage in de dagelijkse kosten ook hele fijne dingen realiseren met deze bijdrages van de Club van 100.

Van Harte nodig ik U allen uit om ook lid te worden. Maak het U gemakkelijk en gebruik het onderstaande inschrijfformulier,

U bent van harte welkom bij onze bijzondere club.

**FIJN ALS DEZE NIEUWSBRIEF DOORGEeft**

*Willemien Mommersteeg*

*Voorzitter Stichting Vrienden van Parunashia*



### **Ik meld mij graag aan als lid van de club van 100.**

Dat wil zeggen jaarlijks in de maand Mei doneer ik aan het Hospice EUR 100,--

Naam :  
Adres :  
E-mailadres :                      Telefoonnummer :  
Handtekening :

Aanmeldigen naar Postadres      Theerestraat 55 – 57, 5271 GB, Sint-Michielsgestel  
of                                      E-Mail: [vrienden@hospiceparunashia.nl](mailto:vrienden@hospiceparunashia.nl)