



## Vrijwilligers Palliatieve Terminale Zorg

### de Biltse kernen

## Nieuwsbrief 1 - maart 2019

Vrijwillige ondersteuning in de laatste levensfase, thuis of in een zorginstelling

### In deze nieuwsbrief

- Voor wie ons nog niet kent
- Huisarts Jolanda Nijboer in het bestuur
- Netwerk voor jonge weduwen
- Vacature Penningmeester
- Vrijwilliger Joyce op training



### Voor wie ons nog niet kent

Vrijwilligers Palliatieve Terminale Zorg bieden nabijheid, zorg en ondersteuning aan ernstig zieke mensen met een korte levensverwachting en hun naasten. Onze ervaren vrijwilligers kunnen 1 of enkele dagdelen bij de zieke of oude dierbare thuis aanwezig zijn en de mantelzorger(s) ontlasten. Ook waken wij bij mensen in de terminale fase in verpleeg- en verzorgingshuizen. Mensen woonachtig in De Bilt, Bilthoven, Groenekan, Westbroek, Maartensdijk en Hollandsche Rading kunnen onze hulp inschakelen. Voor nadere informatie of een kennismaking kunt u contact opnemen met coördinator Geza Mobers: 06 – 134 29 515 of [g.mobers@vptz-debiltsekernen.nl](mailto:g.mobers@vptz-debiltsekernen.nl).



### Huisarts Jolanda Nijboer in het bestuur

Sinds eind vorig jaar maakt huisarts Jolanda Nijboer van praktijk Orionlaan deel uit van ons bestuur. Ze ontmoette al eens een vrijwilliger bij 1 van haar patiënten. Ook een kennismakingsgesprek met coördinator Geza Mobers had haar al een indruk gegeven van het nuttige werk van de VPTZ. Ze vindt het goed dat in het bestuur ook een medisch klankbord aanwezig is met uitgebreide kennis van palliatieve zorg. In haar rol als bestuurslid wil Jolanda uitdragen dat sterven bij het leven hoort en dat dit heel goed thuis kan. 'Het thuis zijn van iemand in de laatste levensfase is een heel intensief traject voor de naasten en daar kunnen de vrijwilligers van de VPTZ goed in ondersteunen. Mijn ervaring is dat een goed en rustig verlopen stervensfase naasten heel erg helpt met de rouwverwerking.' Jolanda wil als bestuurslid meer bekendheid geven aan de ondersteuningsmogelijkheden van vrijwilligers onder haar collega zorgverleners.

### Netwerk voor jonge weduwen

Op 12 februari was weduwe en moeder Lyanne Holterman te gast op onze vrijwilligersavond. Haar man overleed bijna 5 jaar geleden na een ziekbed van 16 maanden. Ze vertelde over hoe zij als gezin de ziekte en het overlijden van haar man Piet hebben ervaren en hun vier jonge kinderen daarin een rol hebben gegeven. Over het belang van open en eerlijk zijn naar kinderen en ze stapje voor stapje mee te nemen in het ziekteproces, het sterven en het afscheid. Met haar ervaringen ondersteunt Lyanne nu andere jonge weduwen via netwerk Hemelrijk. Dit is een krachtig netwerk voor Jonge Weduwen met kids. Weduwen zoeken hier steun en steunen elkaar. Ze wisselen ervaringen en



tips met elkaar uit, ze delen een zelfde soort verhaal. Voor de regio Utrecht organiseert Lyanne lunches voor jonge weduwen, een zondagochtend café en workshops over uiteenlopende onderwerpen. Voor meer informatie zie [www.netwerkhemelrijk.nl](http://www.netwerkhemelrijk.nl), email: [info@netwerkhemelrijk.nl](mailto:info@netwerkhemelrijk.nl), de facebook pagina van het netwerk voor actuele informatie NetwerkHemelrijk. Contact opnemen met Lyanne kan ook via 06-11323865

### Vacature Penningmeester

In ons bestuur komt dit voorjaar de functie van penningmeester vrij. Met een inspanning van gemiddeld een uur per week maakt u deel uit van organisatie voor vrijwilligerswerk dat er toe doet. Voor meer informatie kunt u contact opnemen met voorzitter Natasja Konter, 06 – 26158195. Zie ook de [vacaturetekst in de link](#).



### Vrijwilliger op training

Naast onze maandelijke themabijeenkomsten, gaan vrijwilligers van VPTZ de Biltse kernen regelmatig op training. Zo ook onze nieuwe vrijwilliger Joyce Kal. Zij nam deel aan de 2-daagse training 'Afstemmen op de ander' bij de landelijke VPTZ-academie. Communicatievaardigheden, specifiek in relatie tot de zorg in de laatste levensfase, staan in deze training centraal. Denk aan luisteren, bij de ander blijven, je eigen aannames herkennen en loslaten en niet te snel willen oplossen. Daarbij leren deelnemers ook feedback geven en ontvangen om zo de kwaliteit van ons werk te verbeteren. 'Ik vond het intensieve en interessante dagen. Doordat je actief bezig was, oefende en opdrachten kreeg, beklijft het veel beter. Zo'n training verrijkt je leven', aldus Joyce.



### Colofon

Gift of donatie?  
Voor meer informatie [VPTZ](#)

Dit is een uitgave van VPTZ de Biltse kernen. Voor meer informatie of een aanvraag kunt u contact opnemen met:  
Coördinator Geza Mobers  
06-134 29 515  
[info@vptz-debiltsekernen.nl](mailto:info@vptz-debiltsekernen.nl)  
[www.vptz-debiltsekernen.nl](http://www.vptz-debiltsekernen.nl)