



# NIEUWS BRUG

**Met deze nieuwsbrief willen wij alle vrijwilligers, hulpvragers en samenwerkende organisaties op de hoogte brengen van ontwikkelingen en activiteiten van Thuishulpcentrale De Brug.**

**We hebben de lente bijna achter de rug; een voorjaar dat erg laat op gang is gekomen maar ook een lente waarbij het weer plotseling zo lekker en warm was dat alle voorjaarsgroen in een enorm tempo is gekomen en we hebben kunnen genieten, en nog steeds, van enorme bloei en de pracht van vele bloemen. Dat dit heeft geleid tot veel energie heeft u vast gemerkt aan alle activiteiten die door THC De Brug in het voorjaar zijn georganiseerd. Hieronder kunt u er meer over lezen.**

**Nu gaan we de zomer en dus een iets rustiger periode tegemoet ...**

**We wensen iedereen dan ook al een prachtige, ontspannen zomerperiode toe!**

**In deze nieuwsbrief komt u o.a. de volgende onderwerpen tegen: Informatie vanuit het bestuur, de rubrieken Wist u dat ..., Voor u als mantelzorger en hulpvragers, Voor u als vrijwilliger, Terugblik op ...**

**We wensen u veel leesplezier!**

## Vanuit het bestuur

### Een ogen-blik

*Jij ziet me aan, een ogenblik,  
Jij maakt een keuze, ogen-blik,  
Jij laat je oog rusten, een ogenblik.*

*Ik weet, jij laat me niet alleen,  
Ik voel, jij bent er zo meteen  
Ik teken voor zo'n ogen-blik.*

*Dit is wat gebeurt tussen vrijwilligers en hulpvragers.  
Dit is onze kwaliteit, volg je oog, je hart, jezelf.  
Dit is zorgen, mede-leven, goed doen.*

En dan nog een vreugdevolle mededeling: Namens de vrijwilligers heeft mevrouw Mariëtte Spijkers-Verstralen zitting genomen in het bestuur. Mevrouw Mia Smeets heeft haar bestuurs-taak, die zij met volle overgave en tot volle tevredenheid heeft verricht na vele jaren teruggeven. Mevrouw M. Spijkers heeft een brede belangstelling;

ze kan dan ook door alle vrijwilligers worden aangesproken om zaken onder aandacht te brengen bij het bestuur. Mariëtte, welkom in het bestuur.

John Schreurs, voorzitter

## Bereikbaarheid THC De Brug

Van maandag t/m vrijdag zijn wij bereikbaar van 9.00-13.00 uur. In dringende gevallen en bij Palliatieve Terminale zorg kunt u het 06 nummer bellen dat op het antwoordapparaat wordt vermeld. Wanneer u ons niet te pakken krijgt kunt u uw telefoonnummer en naam inspreken op het antwoordapparaat, wij bellen u dan zo snel mogelijk terug.

## Afscheid Minka Doorduyn

Hierbij willen wij u laten weten dat mevrouw Minka Doorduyn per 1 juni 2009 uit dienst is bij THC De Brug. Het bestuur wenst haar het allerbeste en dankt haar voor wat zij voor onze zorgondersteuning gedaan heeft.

**Colofon**

### Thuishulpcentrale De Brug

Lienaertsstraat 159, Geleen  
Correspondentieadres:  
Postbus 640 - 6160 AP Geleen  
Telefoon: (046) 458 10 66  
E-mail : [info@thcdebrug.nl](mailto:info@thcdebrug.nl)  
Website : [www.thcdebrug.nl](http://www.thcdebrug.nl)

*Tini Kweens, één van onze vrijwilligers:  
"Het is geweldig om mensen, met wat voor problemen dan ook, te kunnen bijstaan en hen een paar plezierige uurtjes te kunnen geven".*

## Hulpvragen die op de wachtlijst staan

- 1 Mevrouw K. uit Stein is 60 jaar en heeft de ziekte van Cushing, hierdoor kan mevrouw moeilijk lopen. Ze is op zoek naar een vrijwilligster die een praatje komt maken of samen met haar gaat wandelen met de scootmobiel. Dit kan in overleg alle middagen, behalve de vrijdag.
- 2 Mijnheer P. uit Born is 62 jaar en heeft de ziekte van Alzheimer. Naast de vrijwilliger die een keer per 2 weken komt is hij op zoek naar een vrijwilliger die één keer per 2 weken samen met hem een stuk wil gaan fietsen, liefst op woensdagmiddag.
- 3 Mevrouw E. uit Sittard, 70 jaar, heeft de ziekte van Von Recklinghausen, hierbij ontstaan door het lichaam gezwellen. Dit uit zich in het feit dat mevrouw erg moe is en veel pijn heeft. Ze ligt veel op bed. Ze ziet uit naar een vrijwilligster die haar op een andere tekst kan brengen en haar een beetje uit haar isolement kan halen.
- 4 Mijnheer B. is 74 jaar en woont met zijn echtgenote in Stein. Mijnheer heeft vasculaire dementie en is gedeeltelijk rechtzijdig verlamd t.g.v. een herseninfarct. Hij zit in een rolstoel en heeft hulp nodig bij de toiletgang. Spreken gaat moeizaam. Zij zijn op zoek naar een vrijwillig(st)er die een keer per maand op een woensdagavond of een middag in het weekend mijnheer gezelschap kan houden, zodat mevrouw een paar uurtjes weg kan gaan.
- 5 Mijnheer D. woont in Oirsbeek, hij is 44 jaar. Hij hoort slecht en is lichamelijk beperkt door een ongeluk. Hij is, naast de vrijwilliger die af en toe komt, op zoek naar een vrijwilligster in zijn leeftijd die 's avonds of in het weekend een praatje komt maken of samen een activiteit onderneemt.
- 6 Mevrouw H. woont in Oud-Geleen en is 83 jaar. Ze is op zoek naar een vrijwilligster die met haar een wandelingetje wil maken of een spelletje wil doen. Eventueel een potje kaarten mag ook.
- 7 Mejuffrouw K. uit Beek is 33 jaar en slechtziend. Vanwege zenuwbeschadigingen in haar gezicht is ze heel gevoelig voor wind en andere omgevingsinvloeden. Daardoor kan ze alleen geheel ingepakt naar buiten gaan. Ze heeft fibromyalgie al vanaf 8 jaar. Ze zoekt een maatje die met haar de gezellige boodschappen wil doen, bijvoorbeeld een keertje winkelen naar de Makado.
- 8 Mevrouw O. uit Grevenbicht is bijna geheel blind en heeft als gevolg van een herseninfarct ook met lopen steeds meer moeite. Haar echtgenoot is mantelzorger, maar het zou fijn zijn als hij wat meer ontlast zou kunnen worden, door een vrijwilligster in te zetten die met mevrouw kan wandelen met de rolstoel of voor een gezellig praatje 1x in de week. ■

## Wist u dat ...

- U, als vrijwilliger, op onze website foto's kunt bekijken. O.a. de foto's van de Themadag 'Communicatie meer dan woorden', van de Introductie cursus VPTZ en de Algemene Basis cursus voorjaar 2009, de Transformatie spel dag en van de inlooplunch. U kunt onze website vinden op: [www.thcdebrug.nl](http://www.thcdebrug.nl) Als vrijwilliger kunt u inloggen met de gebruikersnaam en het wachtwoord die u ontvangen heeft.
- Het Jaar- en Activiteitenverslag 2008 klaar is. Als vrijwilliger kunt u dit verslag lezen op onze website (bij inloggen als vrijwilliger). Ook is het mogelijk om een korte weergave van het verslag bij ons op te vragen.
- Er tot heden 107 hulpvragers gekoppeld zijn; in de meeste situaties bezoekt één vrijwilliger de hulpvrager. In enkele gevallen komen meer vrijwilligers bij één hulpvrager (vooral ook bij de terminale hulpvragen).
- De wachtlijst is gelukkig iets afgenomen, maar helaas staan nog steeds 8 mensen op de wachtlijst. Hiervan zijn 2 hulpvragers al gekoppeld, maar zijn i.v.m. hun specifieke hulpvraag op zoek naar iemand erbij of naar een andere vrijwilliger.
- Wij alle hulpvragen die wij niet meteen kunnen bemiddelen ook op de vacaturesite noteren bij zowel Mezzo als de Vrijwilligerscentrale van Partners In Welzijn.
- Wij in april in de Stadskrant van de gemeente Sittard-Geleen hebben gestaan met een uitgebreid artikel over THC De Brug over het belangrijke werk dat onze vrijwilligers verzetten. Dank nog aan Annie Maas, Marjo Tummers en Toos Verboeket voor jullie bijdrage hieraan. Nog leuker is het te kunnen vermelden dat dit stuk heeft geleid tot de toetreding van 2 nieuwe vrijwilligsters tot THC De Brug.
- Wij blij zijn met deze 2 en nog 4 andere nieuwe vrijwilligers die zich de afgelopen periode bij ons hebben ingeschreven. Wij wensen Joy Arukpibal, Tiny Baeten-Snijders, Anneke Bos, Marije ter Haar, Mizi Raven en Wil Rooijackers veel succes bij het volgen van de introductie cursus VPTZ of de Algemene Basis cursus en natuurlijk bij hun eerste hulpvraag!
- Wij helaas afscheid hebben moeten nemen van 3 vrijwilligers: Marianne Aartsen, Jan van Eeten en Margot Teheux. Hartelijk dank voor jullie (jarenlange) inzet voor THC De Brug! In totaal zijn nu 84 vrijwilligers actief.
- Wij op zoek zijn naar een vrijwilliger (uit de PTZ zorg) die zitting wil nemen in de Klankbordgroep van het Netwerk PTZ WM, meer informatie bij Caroline.
- Wij vanaf 2 juni 2009 wettelijk verplicht zijn om het Burger Service Nummer (BSN) te vragen om in onze administratie op te nemen.

- Wij bedanken Hilde Jacobi-Spoelder die Marije ter Haar heeft doorgestuurd als vrijwilliger.
- U als vrijwilliger gratis aan onze activiteiten deel kunt nemen na opgave via het inschrijfformulier dat u ontvangt bij het cursusaanbod.
- Het ook mogelijk is dat een vrijwilliger u kan begeleiden bij het vervoer naar een chemokuur of bestraling in het ziekenhuis?
- Wanneer uw vaste vrijwilliger in de mogelijkheid is om u te begeleiden naar een ziekenhuis- of doktersbezoek dit prima is, bij andere aanvragen zal per situatie worden bekeken of inzet van een nieuwe vrijwilliger wel of niet mogelijk is.
- U als mantelzorger (partner, kind of naaste familie van onze hulpvrager) ook apart onze Nieuwsbrug kunt ontvangen? Hebt u hiervoor interesse neem dan contact op met ons: (046) 458 10 66.
- Wij, als THC De Brug, hebben mee gewerkt aan de televisieserie Take Care, die is uitgezonden op L1, de Limburgse televisiezender, op dinsdag van 21.00-21.10 uur. Volgende week zal de laatste aflevering verschijnen.



- Wij op de St. Joep markt in Sittard hebben gestaan met een stand en ook op de zorgmarkt in de hal van St. Jansgeleen/St. Odilia, beiden in het kader van de MADD (Make A Difference Day) dag. Hulp hebben wij hier gehad van onze vrijwilligers: Marjo Tummers en Toos Verboeket. Waarvoor natuurlijk onze hartelijke dank! En dit heeft ook geresulteerd in de aanmelding van 1 vrijwilliger.
- Het mogelijk is om interessante mails die wij ontvangen aan u door te sturen. Wanneer u hier geen prijs op stelt, laat ons dit a.u.b. weten dan kunnen wij hiermee rekening houden als wij een mail willen doorsturen.

- Een aantal nieuwe vrijwilligers de VPTZ Introductie cursus heeft afgerond. Proficiat aan Richarda Alders, Mieke Heijlighen, Hilde Jacobi-Spoelder, Marije Keulen, Janny van Liere, Bep Salden, Marianna Schepers, Marij Vleugels en Sylvia Worms.



- Een aantal nieuwe vrijwilligers de Algemene basis cursus heeft afgerond, ook proficiat Thei Bekkers, Jan Collombon, Geraldine Guit, Mina Hamidi, Marion van der Heide, Hilde Jacobi-Spoelder, Tiny Minkenberg en Luci van Neer.



- De inlooplunch de eerste 5 maanden geslaagd is te noemen. Door deze lunch bieden wij de mogelijkheid informeel met elkaar bij te praten onder het genot van een kopje soep en een broodje. We hopen dat in het najaar (augustus en september géén inlooplunch) steeds meer vrijwilligers de mogelijkheid hebben om de eerste woensdag van de maand bij ons te komen lunchen! ■

*Mevrouw B., één van onze hulpvragers over haar vrijwilligster:*

*Toos is een buitengewoon mens, daar heb ik een heel goede hulp aan.*

*Ik weet niet wat ik zonder haar zou moeten beginnen.*

*De bezoeken zijn heel prettig. Als iemand een pluim verdient is zij het wel!*

### 'Communicatie ... meer dan woorden ...'

Na de ontvangst met een kopje koffie gaan we allemaal de kerk binnen. We worden welkom geheten door Nelleke de Kruik, de directeur van De Drie Ringen. Daarna interviewt Nelleke mevr. Grobbeé, vrijwilligster van het O.T.C. Deze mevrouw is zeer actief, zij bezoekt 3 personen per week! Ze is erg vindingrijk in het communiceren met mensen die hierin behoorlijk beperkt zijn. Vol verve vertelt ze hierover. Dan volgt de inleiding door dhr. Joep de Jong, docent Leeuwenborgh opleidingen, sector Zorg en Welzijn. De kern van zijn betoog komt er op neer dat het heel belangrijk is hoe jouw houding ten opzichte van de cliënt/patiënt is. Het gaat hierbij

idealistische jonge mensen zijn die hiervoor kiezen! Na de lunch waren er 5 workshops waaraan je kon deelnemen. Zelf had ik gekozen voor nr. 4 'Met de muziek mee'. Nou dat was een schot in de roos! Mevr. van Zandvoort, muziektherapeute, wist de hele groep van 12 mensen uitermate te boeien en uit te nodigen om in actie te komen. De stoelen stonden in een kring. Het was een zeer gemengde groep wat leeftijd betreft. 2 dames vonden dat ze helemaal niet konden zingen. Nou, daar ging het helemaal niet zo om. Wat er wel toe deed was hoe je toch contact kon maken met een cliënt die moeilijk te bereiken was met woorden. Haar visie was, dat dit in veel gevallen wel nog

lukt met muziek in combinatie met kleine bewegingen. Ze begon met allerlei klanken zoals de oe, oo, aa, uu, ee. Wij zongen die na. Toen vroeg ze of wij de trillingen ook konden waarnemen en dat iedere klank op een andere plaats in je lichaam vibreerde. Daarna zongen wij samen een oud Scandinavisch liedje genaamd: 'Rosa fro fuun'.

Het zijn maar 3 woorden en 4 verschillende melodieën, maar vooral later in canon klonk het heel mooi. De volgende stap was 1 balletje doorgeven aan je buurvrouw. De stap er na waren het meerdere balletjes van verschillend materiaal. Nu moest je ze eerst even goed voelen en dan pas doorgeven terwijl je bleef zingen. Het

moest een vloeiend geheel worden van zingen en doorgeven van de balletjes. Dat had even tijd nodig.

Het is dus de moeite waard om vooral niet te snel op te geven als een cliënt (nog) niet direct reageert. Het is bewezen dat zingen, muziek, klanken een heel andere associatie oproepen dan woorden bij bv. demente mensen. Soms zingen ze dan opeens hele teksten mee van liedjes van vroeger! Door daar dan ook nog een kleine beweging aan toe te voegen haal je ze soms eventjes helemaal uit hun isolement. Natuurlijk was de tijd véél te kort. We waren allemaal, óók de dames op leeftijd, net een stelletje uitgelaten kleuters toen we het lokaal verlieten. Wat een energie kwam er vrij! We waren zelfs te laat voor de eindafsluiting... Blij gemoed ben ik toen samen met Luci in haar auto gestapt om huiswaarts te keren.

Fien Weijs, vrijwilligster ■



*Impressie Themadag 24 januari in de Pelgrimskerk te Brunssum*

vooral om inlevingsvermogen en respect voor de ander. Laat je eigen plan, mening of oordeel los en onderzoek geduldig wat die ander nodig heeft. Wat erg verrassend was waren de 4 leerlingen die dhr. de Jong had meegenomen. 3 jongemannen en 1 jonge vrouw. Toen zij om 9.30 binnenkwamen waren ze alle 4 verkleed. Ze zagen er zonderling, armoedig of vreemd uit. Onderweg van hun huis naar Brunssum hadden ze al de nodige afkeurende blikken moeten trotseren... Dit was een opdracht van dhr. De Jong, hun docent. Dhr. de Jong was zeer verbaasd, dat wij (alle vrijwilligers) helemaal niet reageerden op hun uiterlijk! Nou, dan onderschat hij ons toch! Wij beoordelen een persoon al lang niet meer om zijn uiterlijk natuurlijk... Er werden diverse vragen op de leerlingen afgevuurd, die zij allemaal zeer professioneel en gedreven beantwoordden. Het gaf mij een goed gevoel dat er in deze moeilijke tijd van bezuinigingen in de zorg toch nog enthousiaste,

## ... EKR symposium

Zaterdag 28 maart zijn we met elf mensen van THC De Brug naar dit symposium geweest in Roermond. Daar aangekomen stonden er in de hal enkele stands van de stichting EKR, en van diverse vrijwilligersorganisaties. Er werd ons de weg gewezen waar we werden ontvangen met koffie en vla. Het was nog vroeg en we hadden ruim de tijd om gezellig te kletsen met andere vrijwilligers en om de stands te bezoeken die in de grote zaal rondom waren opgesteld. Er was voor ieder wat wils: mooie zelfgemaakte kaarten over rouw en verlies, maar ook kaarten voor inspiratie, liefde etc. Caroline had ook een mooie stand waar ik enkele kaarten heb gekocht. Verder waren er stands met o.a. edelstenen, boeken, engeltjes, workshops info etc.

Om half 11 werd de dag officieel geopend door enkele mensen van de EKR stichting. Het thema van de dag was 'van diepe put naar stille bron'. De spreekster/verhalenvertelster was Joke Goudswaard. Zij vertelde een 8-tal verhalen, het mooie vond ik dat ze voor ieder verhaal een kaarsje opstak. Het waren allemaal herkenbare verhalen waar eenieder door geraakt werd. Het was helemaal geweldig hoe die vrouw door het vertellen van verhalen de mensen kon blijven boeien. Na deze inspirerende verhalen was het

tijd voor de lunch. Na de lunch was het dan tijd voor de workshop. Van tevoren hadden we ons voor één workshop moeten opgeven. Je kon kiezen uit thema's zoals; spiritualiteit rond de dood, verlieskast, mindfulness, familieopstellingen, balance breathing en nog vele anderen. Ik was ingedeeld bij de workshop familie opstellingen en was zeer benieuwd hoe dit zou zijn. We waren met 20 deelnemers en er werd iemand uit deze groep uitgezocht om een vraag te stellen en deze in een familie opstelling uit te werken. Er werd een hele opstelling gedaan en het was allemaal heel indrukwekkend en emotioneel. Ik vond het helemaal geweldig hoe in principe vreemde mensen een familie kunnen opstellen waardoor je antwoord kunt krijgen op een vraag waar je mee zit. Na deze voor mij indrukwekkende workshop kwamen we weer bij elkaar in de grote zaal waar het slotwoord werd gesproken en we allemaal samen een slotlied zongen. Het was een geweldige dag, echt de moeite waard, als ik nogmaals de kans krijg zal ik beslist weer deelnemen. Bedankt De Brug dat ik mocht deelnemen. Super.

Marga van de Boorn, vrijwilligster ■

## ... Transformatiespeldag



Donderdag 16 april jl. hebben wij met 17 vrijwilligers van zowel THC De Brug als Ruggesteun Kerkrade/Landgraaf en Heerlen het Transformatiespel gespeeld. Er werden verschillende groepen gevormd die met een verschillende stelling als uit-

gangspunt aan de slag gingen met het spel. De stellingen, waaruit gekozen kon worden, waren:

1. Ik wil weten hoe ik met mijn gevoel van machteloosheid kan omgaan bij een hulpvraag;
2. Ik wil weten hoe ik kan leren om 'nee' te zeggen (in situaties bij een hulpvraag);
3. Ik wil me ontplooiën in nabijheid met mijn hulpvrager;
4. Ik wil weten waarom ik het vrijwilligerswerk zo

fijn vind om te doen;

5. Ik wil weten in welke fase ik mij in mijn leven bevind.

De bedoeling van deze dag was door het spelen van dit spel een stap te maken in een diepgaand veranderingsproces. Je kreeg te maken met belemmeringen, valkuilen en inzichten. Hierdoor kon ieder persoonlijk helderheid verkrijgen over zichzelf, zijn kwaliteiten, zijn valkuilen, wat je nog te leren hebt. Het was aan ieder om te bepalen in hoeverre hij of zij deze persoonlijke zaken wilde delen met zijn medespelers. Door bijna iedereen is deze dag ervaren als een moment van bewustwording en het verkrijgen van helderheid over je persoonlijke groei de komende periode. ■



# Activiteitenkalender

**Wilt u op de hoogte zijn van alle activiteiten en cursussen die THC De Brug organiseert en van interessante activiteiten die door samenwerkende organisaties worden georganiseerd?**

**Hulpvragers/Mantelzorgers:**

**dan verwijzen wij u naar onze website:**

[www.thcdebrug.nl](http://www.thcdebrug.nl)

**Vrijwilligers: op de website (na het inloggedeelte) vindt u tevens ons cursusaanbod voor 2009.**

Ook hier willen wij alvast een aantal activiteiten onder uw aandacht brengen.

## **Dag van de Mantelzorger**

Dit jaar vindt op vrijdag 12 juni een extra dag voor de mantelzorger plaats, georganiseerd in samenwerking met Steunpunt Mantelzorg WM. Deze dag bestaat uit een middag- en avondprogramma en U, als hulpvrager, heeft zich al opgegeven om aan het middag of avondgedeelte deel te nemen. Wij zijn blij u vrijdag 12 juni te mogen begroeten!

U, als vrijwilliger, heeft al ons verzoek gekregen deze dag mee te helpen op allerlei fronten om deze dag voor alle mantelzorgers tot een groot succes te maken. Wij vinden het dan ook geweldig dat wij voor alle programmaonderdelen voldoende hulp ter beschikking krijgen.

## **Inloopochtenden Steunpunt Mantelzorg Westelijke Mijnstreek**

Het Steunpunt Mantelzorg WM organiseert maandelijks een inloopochtend voor de mantelzorgers. Iedere keer aan de hand van een thema. Regelmatig zullen Joseppe Wishaupt of Marjon Hermans vanuit THC De Brug bij deze inloopochtenden aanwezig zijn om via deze weg vragen/ opmerkingen van u als mantelzorger/hulpvrager te bespreken.

In de nieuwsbrief voor mantelzorgers die is bijgevoegd kunt u lezen wanneer deze inloopochtenden gepland zijn.

## **Contactmomenten Steunpunt Mantelzorg Stichting Menswel**

Begin 2009 heeft de Stichting Menswel een Steunpunt Mantelzorg opgericht. Hier kunnen mantelzorgers terecht met al hun vragen over hun partner, ouder, kind of buurtbewoner die zij mede verzorgen.

Het Steunpunt Mantelzorg organiseert op dit moment nog geen inloopochtenden, wel is het mogelijk dat mantelzorgers op maandag, dinsdag of woensdag contact opnemen met Steunpunt Mantelzorg Menswel. Er volgt dan een telefoontje en/of huisbezoek. Het telefoonnummer is (0475) 48 48 48. Het adres is Diepstraat 3c, 6101 AT Echt.

## **Samenwerking met de gemeente Echt-Susteren**

Begin 2009 heeft de Stichting Menswel een Steunpunt Mantelzorg opgericht. Medio mei heeft Steunpunt Mantelzorg Menswel een mantelzorglezing georganiseerd met als thema "Mantelzorgers Wegwijs". Alle aanwezigen kregen na afloop een vraagwijzer mee waarop handige telefoonnummers en websites vermeld staan.

De samenwerking met THC De Brug bestaat eruit dat alle aanvragen voor terminale zorg uit de gemeenten Susteren, Roosteren en Nieuwstadt bij THC De Brug terecht komen en dat onze gespecialiseerde vrijwilligers hierbij worden ingezet. Alle aanvragen voor algemene vrijwilligerszorg uit de gemeente Echt-Susteren komen vanaf nu terecht bij het Steunpunt Mantelzorg, zij beschikken sinds kort over een pool vrijwilligers voor deze regio. Lukt het niet om een van deze vrijwilligers in te zetten bij een algemene hulpvraag dan kan die hulpvraag doorverwezen worden naar THC De Brug. ■

## **THC De Brug is een zelfstandige organisatie**

Naar aanleiding van diverse vragen willen we nog eens stilstaan bij THC De Brug als organisatie. THC De Brug is een zelfstandige organisatie en valt niet onder een grote zorgorganisatie zoals Orbis. THC De Brug is een vrijwilligersorganisatie die gesubsidieerd wordt vanuit het ministerie van VWS en vanuit de Gemeentelijke WMO gelden. VWS geeft subsidie voor alle terminale zorg. De WMO geeft subsidie voor alle langdurende algemene zorg die wij aanbieden. ■

---

*Familie B. zegt over hun ervaring met THC De Brug:*

*De vrijwilligers van de Brug hebben de last van ons als mantelzorgers aanzienlijk verlicht en onze vader een aantal zeer gezellige uren bezorgd, hiervoor onze dank!*

# Ervaringsverhalen

## Vraaggesprek met vrijwilligster Nicole Verbeek



**Het betreft Nicole Verbeek-Winants, 44 jaar, getrouwd, 3 kinderen in de leeftijd van 16, 14 en 12 jaar.**

**Werk je nog 'elders'?**  
Nee.

### **Hoe lang ben je al vrijwilliger bij THC De Brug?**

Ik ben werkzaam bij THC De Brug sinds maart 2007.

### **Waar ben je ingezet als vrijwilliger van THC De Brug?**

Ik ben meerdere malen ingezet bij mensen thuis. Dit was steeds voor kortere periodes. Maar sinds mei van dit jaar ga ik elke maandagmorgen naar een mevrouw die een langdurige ernstige ziekte heeft. Verder word ik ingezet als invalvrijwilligster bij het Hospice Daniken in Geleen. Hier ga ik sinds juni 2008 regelmatig helpen.

### **Wat trok je destijds aan het vrijwilligerswerk en dan speciaal de terminale zorg?**

Ik was al 8 jaar lang bezig als lid van de oudervereniging op de lagere school van mijn kinderen. Dit was een heel leuke tijd waarin ik heb bijgedragen in het organiseren van allerlei

activiteiten voor de kinderen en ook voor de ouders.

Maar na 8 jaar was ik ook wel toe aan iets anders. Via mijn overbuurvrouw kreeg ik informatie over vrijwilligerswerk in de terminale zorg. Zij werkt ook als vrijwilligster in een ander hospice en vertelde me dat het echt dankbaar werk is.

Dat je voor deze mensen echt een verschil kan uitmaken, gewoon 'er zijn' voor iemand, dat sprak me enorm aan. Ik heb nooit bewust de keuze gemaakt voor de terminale zorg. Voor mij was dit namelijk vanzelfsprekend. Dit is wat ik wil.

### **Wat is de meest kenmerkende ervaring geweest voor je (tot nu toe)?**

Van de mensen waar ik bij ben geweest heb ik warme en positieve reacties mogen ontvangen. Ik ervaar dat ik een band met ze heb, dat er vaak een 'klik' is. Dat blijkt ook wel uit wat de mensen met me bespreken en wat ze me toevertrouwen ondanks het feit dat ik een vreemde voor ze ben.

Ik merk dat ze het fijn vinden dat ik er voor hen ben, er dankbaar voor zijn. Dat is het meest kenmerkend.

### **Waarvoor houd je het vol? Wat brengt het je als persoon?**

Weten dat je een verschil uitmaakt. Daarom vind ik het belangrijk om dit werk te blijven doen. ■

## Voor u als Mantelzorgger en Hulpvrager

### **Pakketmaatregel AWBZ**

Sinds 1 januari 2009 is de Pakketmaatregel AWBZ ingevoerd. Onderdeel hiervan is dat de functies ondersteunende en activerende begeleiding en behandeling worden samengevoegd tot 2 nieuwe functies: begeleiding en behandeling. De consequentie hiervan is dat alleen mensen die volgens de nieuwe beleidsregels van het CIZ matige of zware beperkingen hebben, in aanmerking komen voor de functie begeleiding. Om tegemoet te komen aan cliënten die hun indicatie gaan kwijtraken is 2009 een overgangsjaar.

Het CIZ, Centrum Indicatiestelling Zorg, onderzoekt of iemand AWBZ-zorg kan krijgen, en zo ja, wat voor zorg, hoeveel zorg en hoe lang. Het zorgkantoor regelt vervolgens dat iemand de zorg krijgt waar hij of zij recht op heeft. Het CIZ heeft met ingang van dit jaar het informatiepunt AWBZ-Zorg geopend, hier kunt u terecht met al u vragen over AWBZ-zorg. Het informatiepunt is bereikbaar via (0900) 1404 (lokaal tarief).

MEE, de organisatie voor iedereen met een beperking (dus ook lichamelijk en/of zintuiglijk gehandicapten, chronisch zieken en mensen met autisme), kan ondersteuning bieden aan cliënten die met de Pakketmaatregel AWBZ te maken krijgen. Voor meer informatie:

[www.meezuidlimburg.nl](http://www.meezuidlimburg.nl)

Ook is het mogelijk telefonisch contact op te nemen: (046) 420 14 44, projectleider Frank Sunnen. Verder is ook meer informatie over deze maatregel na te lezen op de website van VWS: [www.minvws.nl](http://www.minvws.nl)

### **Ik heb wat, krijg ik ook wat?**

Deze brochure biedt een overzicht van alle bestaande regelingen voor mensen met een chronische ziekte, handicap of hoge leeftijd. U leest welke regelingen er zijn, hoe ze 'werken' en waar u terecht kunt voor een aanvraag of meer informatie. Deze brochure kunt u telefonisch opvragen: (0800) 8051 op werkdagen van 8.00-20.00 uur. Ook via de website: [www.minvws.nl](http://www.minvws.nl)

# Wie dan wel?

*Als WIJ niet meer geloven dat het kan ...  
Wie dan wel?  
Als WIJ niet meer vertrouwen op houden van ...  
Wie dan wel?  
Als WIJ niet meer proberen  
om van fouten te leren ...  
Wie dan wel?  
Als WIJ het getij niet keren ...  
Wie dan wel?*

*Als WIJ niet meer zeggen hoe het moet ...  
Wie dan wel?  
Als WIJ niet meer weten wat er toe doet ...  
Wie dan wel?  
Als WIJ er niet in slagen,  
De ideeën aan te dragen,  
Voor een kans op betere dagen ...  
Wie dan wel?*

*Als WIJ niet meer geloven dat het kan ...  
Wie dan wel?  
Als WIJ niet komen met een plan ...  
Wie dan wel?  
Als WIJ er niet voor zorgen,  
Dat de toekomst is geborgen,  
Voor de kinderen van morgen  
Wie dan wel?*

*Als WIJ onszelf niet dwingen  
Een gat in de lucht te zingen  
Waar zij in kunnen springen  
Wie dan wel?*

- Paul van Vliet -

(Ingezonden door Toos Verboeket, vrijwilligster)

## Boekideeën

**Mister Motley nummer 20, thema Rondom de dood** Onlangs kwam dit speciale nummer in handen van een arts die werkzaam is in de palliatieve zorg en hij was onder de indruk van dit intense en tegelijk humorvolle nummer. *De dood is een eenzaam moment, een overgang naar het onbekende en de geliefden in dit leven kunnen niet anders doen dan je laten gaan.*

*Leven we nog te midden van de mensen die ons zijn voorgedaan in de dood?*

*Hoe vaak kijken we naar hun foto, hoe gedenken we hen?*

Met onder meer:

- Jan Hoek en Thomas Verbogt vertellen over het gebrek aan woorden om over de dood te praten.

- Walter Schels en Beate Lakotta volgden 26 mensen in hun laatste weken en dagen.

Mister Motley is een toegankelijk tijdschrift voor iedereen die nieuwsgierig is naar hedendaagse beeldende kunst.

Voor meer informatie:

[www.mistermotley.nl/kunstenaars](http://www.mistermotley.nl/kunstenaars)

**De Zorgwijzer Partners** uitgebracht door De Hersenstichting Nederland is een zorgwijzer die geschikt is voor mensen met een niet aangeboren hersenletsel. De gids geeft onder meer adviezen en concrete tips voor de partners hoe om te gaan met de gevolgen en hoe de partner nog voor zichzelf kan zorgen. Te bestellen via de webwinkel van de Hersenstichting op [www.hersens.nl](http://www.hersens.nl), € 5,- (excl. verzendkosten)

**Leven met dementie**, door Frans Hoogeven. Dit boek is voor iedereen die zich wel eens afvraagt of hij of zijn partner begint te dementeren. Maar vooral voor mensen die leven met iemand die de ziekte al heeft. In het boek wordt met voorbeelden uit de praktijk uitgelegd wat de ziekte inhoudt, welke vormen er zijn en wat het verloop is. Ook wordt aandacht besteedt aan de betekenis van de ziekte, zowel voor de betrokkene als familieleden. Het geeft uitgangspunten en regels voor de omgang met mensen met dementie. Ook bevat het een overzicht van beschikbare hulp- en informatieaanbod op dit gebied. Het boek is tot stand gekomen in samenwerking met Alzheimer Nederland. Bestellen via: [www.a-ggz.nl](http://www.a-ggz.nl) ■

### Redactie

Wij vinden het leuk wanneer u, als vrijwilliger, hulpvrager of mantelzorg, ook een bijdrage levert aan onze nieuwsbrief. Dank is dan ook op zijn plaats aan degenen die deze nieuwsbrug opgeluisterd hebben met hun persoonlijke verhaal! Verhalen, een mooi gedicht of tips plaatsen wij graag in een volgende bijlage. Ons mailadres is: [info@thcdebrug.nl](mailto:info@thcdebrug.nl)  
De volgende Nieuwsbrug zal verschijnen in oktober 2009.  
De sluitingsdatum voor kopij is: 21 september 2009.