STICHTING THUISHULPCENTRALE DE BRUG
vrijwillige thuishulp & palliatieve terminale zorg

Winter 2010

NIEUWS BRUG

Stichting THC De Brug is een organisatie die vrijwilligers inzet bij mensen die, door omstandigheden gedwongen, afhankelijk zijn van hulp en zorg van anderen. Deze vrijwillige hulp is bedoeld voor mensen die nog zelfstandig wonen. Dit kunnen mensen zijn met een lichamelijke en/of verstandelijke beperking, met een vorm van dementie; een chronische ziekte of die sociaal eenzaam zijn. Daarnaast worden vrijwilligers ingezet bij mensen die ernstig ziek zijn in de palliatieve, terminale fase van hun leven.

Met deze nieuwsbrief willen wij alle vrijwilligers, hulpvragers en samenwerkende organisaties op de hoogte brengen van de ontwikkelingen en activiteiten van Thuishulpcentrale De Brug. In deze Nieuwsbrug staan wij even stil bij het afscheid van Caroline Steenwijk, maar kijken we ook vooruit naar de toekomst. Verder vind u een aantal terugblikken, een ervaringsverhaal van één van onze hulpvragers, gedichten en nog meer informatie. Wij wensen u veel leesplezier. En alvast heel sfeervolle kerstdagen, een gezellig uiteinde en een heel goede start van het nieuwe jaar!

Vanuit het bestuur

Veranderingen

Namens alle bestuursleden wil ik alle vrijwilligers, medewerkers, hulpvragers en andere relaties een goed kerstfeest en een voorspoedig 2011 toewensen. In 2011 treden twee nieuwe medewerkers in dienst, de teamleider mevrouw Pauline Vleugels en de coördinator VPTZ mevrouw Leotine Seip.

Zoals bekend heeft Caroline Steenwijk ontslag ingediend en hebben we van haar afscheid genomen afgelopen 7 december tijdens de jaarlijkse kerst vrijwilligersavond in het Volkshoes.
Kort wil ik op dit afscheid ingaan. Toen ik in mei 2007 haar vroeg de taak over te nemen vanwege ziekte van de toenmalige coördinator, bleek ik een gouden ingeving te hebben gehad. Caroline heeft THC De Brug op de kaart gezet, de vrijwilligers allereerst een plek gegeven die zij verdienen, maar ook technisch via cursussen en procedures de organisatie uitgebouwd tot wat zij nu is.
Haar inzet, passie en betrokkenheid waren in deze 3,5 jaren enorm. Vooral de kwaliteit van de vrijwilligers bij de inzet voor hulpvragers heeft zij bewaakt. Zo staat onze organisatie voor wat ze is: betrouwbaar, betrokken en inzetbaar. Samen met Joseppe en Marjon en ondersteund door Jenny in de administratie, vormde zij de aanjager van het vele werk. Het bestuur is haar daarom veel dank verschuldigd. Het besluit om ontslag te nemen respecteren we, maar we beseffen ook, dat de opvolging een volledige inzet zal eisen van de nieuwe medewerkers. Haar tempo lag hoog.
Ik hoop van harte dat Caroline opnieuw werk vindt, dat op haar lijf geschreven is en ik veronderstel, dat we haar in de toekomst wel weer aantreffen in het circuit van de VPTZ-zorg, want daar ligt haar passie.

Tenslotte mag ik Pauline Vleugels een goede start toewensen in haar nieuwe taak: het aansturen van het team samen met de vrijwilligers en het onderhouden van de vele interne en externe contacten. Leotine Seip zal verrast worden door de intense betrokkenheid van de vele vrijwilligers in de palliatieve zorg: ik hoop op een vruchtbare match.

Geniet van alle momenten waardoor je telkens weer gevoed wordt om een goed, betrokken en inspirerend mens te zijn en opnieuw te worden. Je wordt telkens weer herboren om bij je zelf en bij de ander te zijn.

John Schreurs, voorzitter

Colofon

Thuishulpcentrale De Brug

Lienaertsstraat 159, Geleen

Correspondentieadres:
Postbus 640 - 6160 AP Geleen

Telefoon: (046) 458 10 66
ma. t/m vr. 09.00-13.00 uur

(06) 30 78 23 37
in dringende gevallen
en bij terminale thuiszorg

E-mail : info@thcdebrug.nl
Website : www.thcdebrug.nl

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?
Voor hulpvragers/mantelzorgers: verwijzen wij u naar onze website: www.thcdebrug.nl
Voor vrijwilligers: op de website (na het inloggedeelte) vindt u tevens ons cursusaanbod voor 2011.
Ook hier willen wij alvast een aantal activiteiten onder uw aandacht brengen, zeker ook voor degenen die niet in de gelegenheid zijn om onze website te bekijken.

Alzheimer Café

Het Alzheimer Café is het trefpunt voor mensen die met dementie te maken hebben. Een vaste dag per maand staat een onderwerp centraal, de toegang is gratis en u kunt vrijblijvend binnenlopen. De zaal is open vanaf 19.00 uur. Het thema start om 19.30 - 21.30 uur.

Het Alzheimer Café vindt u o.a. in Amstenrade, zorgcentrum Elvira (046) 442 91 11, de eerste woensdag van de maand. Stein, zorgcentrum De Moutheuvel (046) 426 90 10, elke derde dinsdag van de maand.
Voor de diverse thema's verwijzen wij u naar: **www.alzheimer-nederland.nl** of u neemt telefonisch contact op met de betreffende locatie.

Toon Hermans Huis

Het Toon Hermans Huis in Sittard is er voor mensen met kanker, hun naasten en nabestaanden. Mensen met kanker, hun familie of nabestaanden kunnen zonder afspraak binnenlopen bij het Toon Hermans Huis.
Er worden echter ook diverse activiteiten georganiseerd en professionele begeleiding door een psycholoog is mogelijk.

Kijk voor meer informatie op:
www.toonhermanshuis.nl
of bel (046) 451 64 74.

Wist u dat ...

- U, als vrijwilliger, op onze website foto's kunt bekijken. Nieuwe foto's staan erop van de inlooplunch, lezing Nazorg, Verwendag Nuts Ohra; Introductiecursus VPTZ, Algemene Basiscursus, cursus Transfertechnieken en Ziekenverzorging Thuis, Workshop adventkrans maken en van het afsluitende etentje op 7 december.
- Vrijwilligers die worden uitgeschreven toch nog een keer worden uitgenodigd om met een uitstapje of etentje mee te gaan, als afsluiting en dank voor alle inzet. Hierdoor kan het voorkomen dat u op de deelnemerslijst van het etentje op 7 december een naam bent tegen gekomen van een vrijwilliger waarvan u wist dat die is uitgeschreven.
- In de herfstperiode 5 nieuwe vrijwilligers zijn ingeschreven. Wij wensen Betsy Cuijpers, Evelyne Deelder, Lydie Smit, Han Tan en Margriet Tan-Teeuwen veel plezier bij hun inzet!
- Wij helaas in dezelfde periode afscheid hebben moeten nemen van 3 vrijwilligers: Jacqueline Goertz, Jose Wolters en Yvonne Worms.
  Hartelijk dank voor jullie (vaak jarenlange) inzet voor THC De Brug!
- Wij steeds op zoek zijn naar nieuwe vrijwilligers! Weet u dus nog iemand die graag vrijwilliger wil worden, laat het ons dan weten. U ontvangt een attentie op het einde van het jaar wanneer u een nieuwe vrijwilliger aanbrengt die wij daadwerkelijk kunnen inzetten.
- Ook in het najaar weer een aantal nieuwe vrijwilligers de

Algemene Basiscursus

de Introductiecursus VPTZ en/of

de Cursus Transfertechnieken en Ziekenverzorging Thuis

hebben afgerond. Voor hun deelname ontvingen zij een certificaat.
- 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.
- Wanneer u nu onze Nieuwsbrug heeft ontvangen en u wenst deze in de toekomst niet meer te ontvangen wilt u ons dit dan laten weten; wij verwijderen dan uw adresgegevens uit onze verzendlijst. Onze Nieuwsbrug altijd te lezen is op onze website: **www.thcdebrug.nl**

Streekzorg Westelijke Mijnstreek start publiciteitscampagne

Vrijdag 12 november was wethouder Berry van Rijswijk van gemeente Sittard-Geleen aanwezig bij het zorgloket van de gemeente aan de Markt in Geleen. Hier werd door een bezoeker, de heer Oostland, informatie gevraagd over hulpmiddelen. Na enig doorvragen door wethouder Van Rijswijk bleek in de situatie van de heer Oostland ook behoefte te zijn aan zorg zoals die door vrijwilligers geboden wordt. Wethouder Van Rijswijk speelde de vraag van de heer Oostland door naar één van de acht organisaties binnen StreekZorg. Hiermee is officieel het startsein gegeven voor een publieks-campagne om StreekZorg Westelijke Mijnstreek onder de inwoners en verwijzers binnen de vier gemeenten in de Westelijke Mijnstreek bekend te maken.

StreekZorg Westelijke Mijnstreek

Acht organisaties voor informele zorg en welzijn hebben onder de noemer StreekZorg Westelijke Mijnstreek de handen ineen geslagen. Het werkgebied van het samenwerkingsverband omvat de gemeenten Beek, Schinnen, Sittard-Geleen en Stein. Inwoners van deze vier gemeenten die gezondheidsproblemen en/of beperkingen hebben, kunnen voor zorg- en welzijnsdiensten door vrijwilligers via het zorg- of WMO-loket van hun gemeente een beroep doen op StreekZorg Westelijke Mijnstreek. Via StreekZorg wordt de hulpvrager verder geleid naar de organisatie welke zijn vraag het beste kan beantwoorden en oplossen. Zo heeft de hulpvrager op één centrale plaats toegang tot de dienstverlening van acht verschillende organisaties.

Verwijzers

Ook voor verwijzers is StreekZorg een uiterst nuttig samenwerkingsverband. Het aanbod van acht (vrijwilligers)organisaties is nu op een centrale plek, het zorg- of WMO-loket van de gemeente, bekend. Voor verwijzers betekent deze centrale plek een vereenvoudiging bij het verder leiden van een zorgvraag voor aanvullende (vrijwilligers)zorg en welzijn. Alle verwijzers zijn deze week op de hoogte gebracht van het bestaan van StreekZorg en hebben verschillende campagnematerialen zoals folders, visitekaartjes en posters ontvangen.

De acht samenwerkende organisatie

De acht organisaties die samenwerken in StreekZorg Westelijke Mijnstreek zijn Buddyzorg Limburg, Het Nederlandse Rode Kruis, MEE Zuid-Limburg, Nationale Vereniging de Zonnebloem, Partners in Welzijn, Stichting Horizon, Stichting Thuishulpcentrale De Brug en Telehulp Limburg.
Deze bekende organisaties bieden met bijna 1.000 vrijwilligers in de regio een breed palet aan informele zorgdiensten voor mensen in een kwetsbare positie. StreekZorg is, naast de telefonische en persoonlijke toegang via de zorg- of WMO-loketten van de vier gemeenten, ook bereikbaar via de internetsite **www.streekzorgwestelijkemijnstreek.nl** Met hierop uitgebreide informatie, links naar de acht deelnemende organisaties en een mogelijkheid tot het stellen van vragen.
StreekZorg Westelijke Mijnstreek vormt een belangrijke schakel in de keten van informele zorg aan thuiswonende mensen met een gezondheids-probleem en/of beperking. Daarnaast kunnen ook mantelzorgers een beroep op StreekZorg doen ter ontlasting van hun taken.
De informele zorg die de acht organisaties leveren is niet bedoeld als vervanging van professionele zorg maar als aanvulling hierop.

Vrijwilligers werven

Een ander aspect van de samenwerking is de gezamenlijke aandacht voor het werven van vrijwilligers. Via het Steunpunt Vrijwilligerswerk Westelijke Mijnstreek van Partners in Welzijn worden nieuwe vrijwilligers naar een van de acht organisaties toegeleid, afhankelijk van interessegebied, motivatie en competenties.
De samenwerking binnen StreekZorg Westelijke Mijnstreek betekent niet dat de acht organisaties hun eigen identiteit en autonomie opgeven.
Alle organisaties blijven als voorheen zelfstandig hun (vrijwilligers)diensten aanbieden, maar vormen in de regio samen één 'loket', bereikbaar via het zorg- of WMO-loket van de betreffende gemeente.

Terugblik

... afsluitend etentje (7 december 2010)

Voor nu een paar foto's die de sfeer van het etentje op 7 december jl. weergeven. Het etentje dat in het teken stond van de Dag van de Vrijwilliger, waarop wij al onze vrijwilligers in het zonnetje willen zetten en willen verwennen om hiermee onze

grote waardering en vooral ook dank uit te spreken voor ieders betrokkenheid bij zowel zijn/haar hulpvrager(s) als bij THC De Brug.
De jubilarissen kwamen even aan bod en dit jaar was er natuurlijk aandacht voor het afscheid van Caroline Steenwijk. ■

... workshop Balance Breathing (2 nov. 2010)

Na de hartelijke ontvangst door Joseppe met koffie en vlaai, begaven we ons naar een ruimte in de Biesenhof, waar het gezellig was ingericht en waar we in een grote kring gingen zitten. Naast de 3 trainers waren er 10 mensen van De Brug en 10 van Ruggesteun aanwezig. Tijdens de voorstelronde vertelde iedere deelneemster de reden waarom zij naar deze workshop was gekomen: rustiger worden, beter kunnen slapen, beter doorademen tijdens gymoefeningen, meer ontspannen zijn etc. De drie trainers vertelden wat het goed doorademen hen had gebracht, ze waren er o.a. gelukkiger door geworden. Hierna gingen we in tweetallen tegenover elkaar zitten. De één vertelde gedurende 5 tot 7 minuten wat haar bezig hield en de ander luisterde, met de opdracht om – tijdens het vertellen - geen enkele reactie te geven, niet met woorden, niet met gebaren of geluiden en niet met de ogen. De rollen werden gewisseld, degene die luisterde werd verteller en andersom. Bij de nabespreking werd duidelijk dat het wel heel erg moeilijk was om niet te reageren op de ander. We deden een oefening waarbij één hand op de buik en één hand in de taille werd gelegd, met de vraag welke hand het meeste bewoog tijdens 't ademen. Bijna iedereen ademde vanuit het middenrif, 2 slechts ademden vanuit de buik. Hierna werd de hand van de buik op het hart gelegd en weer werd gevoeld welke hand het meeste meebewoog. Na een korte pauze werden we gevraagd in de ruimte te gaan zitten, een stuk uit elkaar. Een muziekje werd opgezet, we sloten onze ogen en we zouden een half uur gaan ademen. De trainers kwamen ons individueel, op zachte toon, vertellen dat we vanuit onze buik moesten ademhalen en er werd nog een persoonlijke boodschap meegegeven. Een in heet water warm gemaakt hartje werd op ons hart gelegd en dit hielden we met onze hand tijdens deze ademoefening vast. Na deze oefening gingen we lunchen en vanwege tijdgebrek hebben we hierna onze ervaringen niet meer kunnen delen.
Oefening Buikademhaling, tip van Hennie:
We nemen meer zuurstof tot ons en dit komt ten goede aan o.a. onze organen en ook onze geest. We kunnen beter ontspannen tijdens stressrijke situaties als we bewuster ademhalen. Met een juiste ademhaling zijn we geestelijk meer in balans en zullen we ons lichamelijk gezonder voelen. Elke dag 3 minuten oefenen levert al heel veel op! Probeer ook eens: 4 tellen diep inademen, 4 tellen adem vasthouden en 7 tellen uitademen en dit enkele minuten aaneengesloten.

Aangereikt door Hennie Withaar, vrijwilligster ■

op ...

... workshop Cocounselen (2 november 2010)

Op dinsdag 2 november hebben we in de Biesenhof als vrijwilligers van THC De Brug en Ruggesteun mogen ervaren wat cocounselen is. Na het kopje koffie en het heerlijke stukje vlaai werden we gesplitst in groepjes van 2 personen. Mevrouw Trudy Willems, trainster, gaf duidelijk uitleg wat de bedoeling was van cocounselen. De een spreekt 5 minuten aan een stuk door ongeacht wat voor een gesprek en probeert naar zichzelf te luisteren. Degene die luistert, geeft in dat gesprek de ander de warme aandacht maar mag het gesprek niet belemmeren met advies en goede raad. Best moeilijk, maar men is op gelijkwaardige manier bezig. Daarna worden de rollen omgewisseld. Wat verteld is blijft tussen beide personen die met elkaar gecocounseld hebben. Na afloop werden we getrakteerd op een voortreffelijke lunch. Daar hadden we weer genoeg gespreksstof opgedaan om elkaar beter te leren kennen.

Aangereikt door Ria Dirken, vrijwilligster

... verwendagje Kasteel Limbricht (12 nov. 2010)

Om 14.30 uur moesten we ons melden en werden we ontvangen door Caroline. Na eerst koffie met een lekker stukje vlaai te hebben genuttigd, en natuurlijk even te hebben bij gekletst met de andere vrijwilligers stond er van 15.00-17.00 uur een workshop op het programma over de spirituele zoektocht rond sterven en rouw. Deze werd geleid door mevr. Janny Teeuwen. Hierbij werden we geregeld ook zelf aan het werk gezet om over bepaalde dingen na te denken, met name over 'de normale wereld' en 'de bijzondere wereld'. Je zou het kunnen omschrijven als de 'aardse' wereld en de wereld rondom sterven, die je inderdaad zou kunnen betitelen als een 'bijzondere' wereld, want dat is het natuurlijk ook. Wij als vrijwilligers in de terminale zorg kunnen soms bruggenbouwers zijn tussen leven en sterven. En ook dit is héél bijzonder! Tijdens deze workshop hebben we ook nog kunnen genieten van mooie muziek en ontroerende gedichten. Daarna stond bowlen op het programma. Nadat we in groepjes waren ingedeeld en de nodige tijd moesten steken in het zoeken naar passend schoeisel, hetgeen voor sommige een ware zoektocht bleek

te zijn, konden we eindelijk starten. Vele strikes werden gegooid en de nodige ballen belandden in de goot. Dit alles onder het genot van hapjes en een glaasje fris of lekker wijntje c.q. pilsje. Nadat we ons van onze sportiefste kant hadden laten zien was het laatste onderdeel aan de orde. Gezeten in een sfeervolle ruimte met 4 ronde tafels hebben we gezellig gegeten en onze ervaringen kunnen uitwisselen. Rond 21.00 uur nam iedereen afscheid van elkaar en was deze dag ten einde. Al met al een bijzonder geslaagde dag.

Met dank aan Fonds NutsOhra

Aangereikt door Madó Sevriens-Crasborn, vrijwilligster

Dank

Een van onze hulpvragers, mevrouw S, is ook mantelzorger van haar dementerende man.
Ze heeft een bedankkaartje gestuurd om ons te laten weten dat ze het zo geweldig heeft gevonden dat ze mee kon gaan tijdens de Landelijke Alzheimerdag, waarbij Marjo, haar vrijwilligster, als begeleidster is mee geweest. "Ik ben zo blij met de bezoeken van Marjo, ik kijk er iedere week naar uit. Door haar kom ik weer in winkels waar ik al jaren niet ben gekomen, ik kan weer leuke dingen door en mét haar ondernemen."
Mevrouw geeft aan dat het ook zo fijn is om allerlei zaken te kunnen bespreken.
"Samen maken we er echt wat van."

Voor u als vrijwilliger

Declaratieformulieren
Denkt u er nog aan dat de kilometers van het etentje 7 december jl. niet gedeclareerd kunnen worden, deze gereden kilometers zijn voor eigen rekening!
De kennismaking bij de hulpvrager, de wekelijkse bezoeken en uw deelname aan deskundigheid, o.a. cursussen of lezingen declareert u natuurlijk wel. U ontvangt bij deze Nieuwsbrug uw declaratieformulieren van uw hulpvrager(s) en een kwartaalformulier (hierop kunnen lezingen of activiteiten, die eenmalig zijn, worden genoteerd). Hebt u toch nog vragen over het invullen van het declaratieformulier, neem dan gerust contact met ons op.

Nieuwjaarsreceptie
Om het jaar 2011 goed te starten verwelkomen wij al onze vrijwilligers graag op 5 januari van 10.00 tot 11.30 uur op kantoor. We hebben dan een uitgebreid kopje koffie of thee voor u klaar staan. Dit is tevens een mooie gelegenheid om nader kennis te maken met Pauline Vleugels, onze nieuwe teamleider en om Leotine Seip, onze nieuwe coördinator VPTZ, te ontmoeten. We hopen op een grote opkomst om het nieuwe jaar feestelijk in te luiden. De nieuwjaarsreceptie is de start van het maandelijkse koffie-uurtje (meer informatie hierover vindt u in het bijgevoegde cursusaanbod). De volgende data zijn: 2 februari, 2 maart, 6 april, 4 mei, 1 juni, 6 juli, 5 oktober, 2 november en 7 december 2011.

Eindejaarspresentje
Degene die niet in de gelegenheid was om 7 december bij het etentje aanwezig te zijn, heeft zijn/haar eindejaarspresentje niet ontvangen. We hebben echter voor iedere vrijwilliger een cadeautje als dank voor ieders inzet gedurende het hele jaar.
Degenen die het nog niet ontvangen hebben kunnen dit ophalen tijdens de nieuwjaarsreceptie op 5 januari.

Voor u als Mantelzorger en Hulpvrager

Balans tussen zorgen en grenzen bewaken

Onze lichaamstaal en lichaamshouding vertellen iets over hoe we in het leven staan.
Vanuit welke karakterrol we de wereld zien en met welke levensstrategie we het leven tegemoet treden. Mantelzorgers hebben een mooie, maar ook vaak zware taak.
Wij geven hier een aantal typeringen van mantelzorgers en de tips.

De zorgzame	**Typering**	Geeft alles wat ze heeft.
	Tip	Bewaak uw eigen grens en koester uw eigen ruimte. Zoek de waardering voor uzelf niet alleen in wat u doet voor anderen.
De controleur	**Typering**	Staat haar mannetje, houdt alles onder controle.
	Tip	Geef de zorg ook eens uit handen en ontspan.
De onzichtbare	**Typering**	'Let u maar niet op mij, het gaat om de ander.'
	Tip	Zoek uit wat uw behoeften zijn en maak dit duidelijk aan de ander.

Uit het blad Mantelzorger Special van Mezzo

Steunpunt Mantelzorg WM

Zorgt u voor een ander en heeft u behoefte aan informatie, advies of gewoon een luisterend oor? Wilt u bijvoorbeeld weten wat een Persoonsgebonden Budget is, waar u bepaalde hulp aan kunt vragen en of u recht heeft op het Mantelzorgcompliment, bel dan met Steunpunt Mantelzorg Westelijke Mijnstreek (046) 428 80 60.

Ervaringsverhalen

Interview met mijnheer en mevrouw Erkens

Mijnheer is 63 jaar en heeft MS en is daardoor lichamelijk beperkt. Mevrouw Erkens is zijn mantelzorgster en staat dag en nacht klaar voor hem. Om haar te ontlasten komt onze vrijwilliger Raijmond Gulikers om de week bij hen op bezoek.

Sinds wanneer bent u ingeschreven bij THC De Brug als hulpvrager?
"Tijdens de zomerse mantelzorgdag in juni 2010", zo vertelt mevrouw Erkens, "maakte ik kennis met de stichting THC De Brug. Marjon Hermans vertelde mij over de mogelijkheden als een vrijwilliger zou worden ingezet en dat leek mij wel wat. De afspraak werd gemaakt dat ik gebeld zou gaan worden voor een intakegesprek bij ons thuis. Dat gebeurde ook en kort daarna is Marjon bij ons langs geweest voor een nadere kennismaking met mijn man en om een duidelijk beeld te krijgen van onze hulpvraag."

Wat was toen uw hulpvraag voor het inzetten van een vrijwilliger?
Mijnheer Erkens zegt dat de inzet van een vrijwilliger vooral bedoeld was als gezelschap voor hem en om zijn vrouw te ontlasten. "Het moest iemand zijn die met mij iets zou kunnen gaan ondernemen of wellicht een stukje zou kunnen gaan wandelen met mij in de rolstoel."

Wanneer is de inzet van Raijmond gestart?
"Raijmond is 30 juli 2010 gestart. Hij bleek een nieuwe vrijwilliger die zich bij De Brug had gemeld en openstond voor diverse hulpvragen. Eén daarvan bleek onze hulpvraag en hij komt nu om de week op de vrijdagmiddag vanaf ongeveer 14.00 uur bij ons op bezoek."

Kunt u zich het kennismakingsgesprek met Raijmond nog herinneren?
"Ja, nog heel goed", beamen zowel mijnheer als mevrouw Erkens. Het is dan ook niet zo lang geleden. "Het bleek al heel snel dat we elkaar kenden van vroeger. Ik kende de broer van Raijmond heel goed" zegt mijnheer Erkens. "Tevens bleek familie van Raijmond een slagerij te hebben gehad, waar we regelmatig kwamen. Het eerste gesprek verliep heel prettig en de klik leek er meteen te zijn. Er werd dan ook afgesproken dat Raymond de week erna zou starten."

Hoe ziet de inzet van Raijmond eruit?
"Als Raijmond komt, bekijken we samen hoe het weer buiten is en dan plannen we wat we gaan doen. Soms bepalen we ook al de keer ervoor wat we gaan doen. Binnenkort zullen we samen een tuincentrum gaan bezoeken. Maar zo zijn we ook al hele stukken wezen wandelen bijvoorbeeld met de rolstoel naar de manege in Geleen. Daar maken we dan een pauze en vervolgens gaat de weg weer terug. We willen ook nog eens samen naar de Makado. Afgelopen keer toen het buiten niet zo mooi was wilden we niet zo ver gaan en besloten we een kopje koffie te gaan drinken in het restaurant bij St. Jan/St. Odilia. De heenreis bleek het weer ons gunstig gezind echter op de terugreis kregen we letterlijk de zegen van boven en zijn we kletsnat geworden. De buien waren zo hevig dat ook de paraplu hier niet meer tegen bestand was. Al met al hebben we er maar mee gelachen." Dan komt Raijmond binnen. Hij wordt vriendelijk en gastvrij ontvangen en Raijmond vraagt vrijwel direct aan mijnheer Erkens of hij niet ziek is geworden verleden keer toen ze zo nat waren geworden. Gelukkig is dat niet het geval geweest en ze moeten er dan nog eens hartelijk om lachen.

Is de inzet veranderd in de korte tijd die Raijmond komt?
"Nee eigenlijk niet, wel heb ik een lichtere rolstoel gekregen", zegt mijnheer Erkens "en dat is veel praktischer voor Raijmond. Die duwt veel gemakkelijker." Dan laat mijnheer Erkens nog heel trots 1 van zijn kunstwerken zien die hij heeft gemaakt tijdens de dagopvang. Dat zijn schilderwerken van aquarelverf die met diepte verwerkt worden. Echt heel mooi.

Hoe waardeert u het bezoek of de inzet van Raijmond?
"We vinden het beiden fijn als hij komt. Raijmond is altijd goed gemutst en staat open voor alles. Raijmond houdt heel erg rekening met datgene wat mijn man wil" zegt mevrouw Erkens "en hij past zich heel gemakkelijk aan. Nee, we zijn echt heel blij met hem en meer dan tevreden." Raijmond voegt daaraan toe dat hij voldoening haalt uit het gegeven dat mijnheer Erkens het naar zijn zin heeft en hij hem blij kan maken. "Dat maakt mij dan ook blij." "Het is dan ook essentieel dat we het alledrie leuk vinden", zo vinden ze samen en dat lijkt me een mooie zin om dit interview mee af te sluiten.

Heel erg bedankt voor dit gesprek! ■

Algemene informatieochtenden voor nieuwe vrijwilligers

Elke **laatste donderdag van de maand** houden we een algemene informatieochtend voor mensen die interesse hebben om als vrijwilliger ingezet te worden.
Deze informatieochtend vindt plaats op ons kantoor, Lienaertsstraat 159 in Geleen,
van 10.00 tot 11.00 uur.
Geïnteresseerden kunnen zich hiervoor aanmelden, (046) 458 10 66 of via info@thcdebrug.nl
Zij krijgen dan van tevoren een informatiepakket toegestuurd. De eerstvolgende informatieochtend is op 27 januari 2011. Volgende data zijn 24 februari en 31 maart 2011.
U bent van harte welkom en breng gezellig iemand mee!

Afscheid Caroline

Na 3,5 jaar veel werk verzet te hebben voor THC De Brug heeft Caroline Steenwijk afscheid genomen van haar THC De Brug. In deze jaren heeft zij de kar getrokken en THC De Brug goed op de sociale kaart weten te zetten. Zij is o.a. een van de mede oprichters geweest van Streekzorg (hierover heeft u in deze uitgave nog meer kunnen lezen). De betrokkenheid van Caroline bij alle vrijwilligers en alle hulpvragers is enorm groot geweest en haar kennis en vaardigheden m.b.t. de begeleiding van de vrijwilligers en de hulpvragers zullen wij zeer zeker gaan missen.
Wij willen Caroline dan ook bij deze nogmaals hartelijk bedanken voor haar enorme inzet en daadkracht de afgelopen jaren en vooral ook dank voor haar, lange tijd als onze leidinggevende, maar vooral ook als fijne, meelevende collega. Wij wensen haar heel veel goeds toe voor de toekomst!

Mijn tijd bij THC De Brug zit erop!

Ik heb mijn taken altijd met veel inzet en met heel veel plezier vervuld en ben uitermate dankbaar voor alles wat ik heb mogen leren in de afgelopen jaren én aan de andere kant ben ik ook trots op wat in deze periode, samen met het team en de vrijwilligers, door THC De Brug in de Westelijke Mijnstreek is bereikt. Het verschil van visie tussen het bestuur en mijzelf voelt voor mij niet goed en dat is niet goed voor THC De Brug. De samenwerking met mijn collega's, de vrijwilligers en de hulpvragers heb ik altijd als uitermate plezierig ervaren zo ook de samenwerking met de collega organisaties met wie wij velerlei 'dwarsverbanden' hebben mogen leggen voor het welzijn van de inwoners van de Westelijke Mijnstreek. Ook hen bedank ik vanaf deze plaats hiervoor. Ik wens de stichting veel succes in de toekomst, want THC De Brug is dat waard!

Caroline Steenwijk

Soms ...

Soms heb je het geluk een mens te vinden
Die van je houdt zoals je werkelijk bent,
Die achter minder goede eigenschappen
Wat verder zoekt en die je beter kent ...

Soms heb je het geluk te kunnen praten
Met iemand die jouw woorden goed verstaat,
Die toevoegt wat je nooit hebt uitgesproken
En opvangt wat je wilt en waar je gaat ...

Soms heb je het geluk te mogen leven
In volheid van gevoel en ... eenzaamheid,
Een melodie die wisselend wordt gezongen
Op d'adem van een wereldwijze tijd ...

Soms heb je het geluk om te beseffen
Dat zonder pijn geen liefde kan bestaan,
Het leven is, dezelfde wegen kiezen
En toch met eigen voetstap voort te gaan ...

Aangereikt door Gertie Poirters, vrijwilligster

Kantoor gesloten met kerst

Het kantoor van THC De Brug
is in de kerstperiode **2 weken gesloten**.
Maandag 3 januari staan wij weer voor u klaar!

Redactie
Wij vinden het leuk wanneer u, als vrijwilliger, hulpvrager of mantelzorger, 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 van de volgende uitgaven.
Ons mailadres is: info@thcdebrug.nl
De volgende Nieuwsbrug zal verschijnen in de lente van 2011.
De sluitingsdatum voor kopij is:
15 februari 2011.