

Etcedrah



Februari 2025 · Jaargang 12 · Nummer 1

In het zonnetje

Verzorgende Anneke biedt aandacht en nabijheid in een kwetsbare periode

Twee generaties

'Het lijden brengt je als familie heel dicht bij elkaar'

Palliatieve zorg: wanneer genezing niet meer mogelijk is

Kaderarts Marleen Hout over zorgen in de laatste levensfase

**Jouw
continuïteit
staat
centraal bij
alles wat we
doen**



symbis.nl

IT staat nooit op
zichzelf, het draait
om jouw organisatie
en medewerkers

Met een persoonlijke
aanpak die aansluit op
jouw specifieke
behoeften en doelen

Het resultaat?
Een betrouwbare
IT-omgeving, waarin je
efficiënt en veilig werkt

Ben jij
ons
nieuwe
IT-talent?



symbis

Persoonlijk betrokken

VANDERPERK GROEP

Alles onder één dak:
drukwerk, creatie
strategie en web!



Druk & Print < Design < Web < Marketing

WWW.VANDERPERK.NL < 0185 688 377
VAN LEEUWENHOEKWEG 3 < GROOT-AMMERS

VOORWOORD TEUNIS STOOP

ZORG IN DE LAATSTE LEVENSFASE

In de achterliggende tien jaar zijn de 'klassieke verzorgingshuizen' in ons land in hoog tempo veranderd in verpleeghuizen. Ouderen met een lichte of middelzware zorgvraag krijgen geen indicatie meer voor opname in zo'n verpleeghuis. Zij kunnen thuis, in de wijk of in geclusterde woonvormen zorg ontvangen. Voor opname in een zorgcentrum van Cedrah komen alleen mensen met een intensieve zorgbehoefte in aanmerking. Binnen de woonzorgcentra van Cedrah kunnen mensen met een lichte(re) zorgvraag wel een appartement huren of kopen, waarin thuiszorg geleverd kan worden. Dit zijn de zogenaamde 'aanleunwoningen'.

Door de ontwikkeling van verzorging naar verpleging heeft de ouderenzorg binnen Cedrah steeds meer het karakter gekregen van palliatieve zorg: zorg in de laatste levensfase. Die zorg is niet gericht op genezing van cliënten maar op hun welzijn en welbevinden. Deze ontwikkeling vraagt om bezinning en doordinking door alle betrokkenen. Maar ook om toerusting van mantelzorgers, zorgmedewerkers en vrijwilligers. In de toerusting

kunnen onderwerpen aan de orde komen als omgaan met levensvragen, moreel beraad, palliatieve sedatie en struikelblokken in de communicatie.

Het belang van tijd

Een congres over palliatieve zorg maakte inzichtelijk dat het begrip 'tijd' een belangrijke rol speelt. Voor het geven van palliatieve zorg (door mantelzorgers, vrijwilligers of zorgprofessionals) luidde het advies: neem de tijd voor iemand, luister of wees alleen troostend aanwezig. Spreek ook met elkaar op tijd over de laatste fase van het leven en maak tijdig keuzes over (eventuele) sondevoeding, reanimatie en sedatie. En bedenk: het hele leven is *genadetijd*, niet alleen in de laatste fase van ons leven. Stel in alles je vertrouwen op God en leef vanuit de belijdenis 'Mijn tijden zijn in Uw hand'!

T.A. (Teunis) Stoop
Bestuurder van Cedrah



**Vakmanschap
tot in elk detail!**

TMC
PROJECT

SCOTTWEG 14
4462 GS GOES
INFO@TMCPROJECT.NL

WWW.TMCPROJECT.NL

COLOFON

Etcedrah is een uitgave van Cedrah

Redactieadres

1e Barendrechtseweg 40
2992 XC Barendrecht
T 088 587 00 50
E redactie@cedrah.nl

Redactie

Ada Kragten, Heleen den Breems,
Jacqueline Kalkman en Marloes Hagendijk

Eindredactie

Teunis Stoop, Marloes Hagendijk

Oplage

Verschijnt twee keer per jaar in een oplage van 16.000 stuks.

Vormgeving

Reprovinci

Druk

Vanderperk Groep

Fotografie

Cees van der Wal, Adriaan Verhoeven

Foto omslag

Anneke de Wit, verzorgende IG in woonzorgcentrum Uitzicht in Vlaardingen.

WIJ ZIJN OP ZOEK NAAR JOU

SENIOR PLANONTWIKKELAAR

CONTRACTBEHEERDER VASTGOEDONDERHOUD

WERKVOORBEREIDER

TIMMERMANNEN

devriesverburg.nl/vacatures

CHECK VOOR
MEER INFO:



BOUWEN OP KARAKTER

SAMEN WERKEN SAMEN GENIETEN



Trotse groenpartner
van Cedrah

ALLES OP GROEN

[WWW.VERHEIJBV.NL](https://www.verheijbv.nl)

Deze keer in Etcedrah



12

PALLIATIEVE ZORG: WANNEER GENEZING NIET MEER MOGELIJK IS



20

VIER GENERATIES

'Het lijden brengt je als familie heel dicht bij elkaar'



26

WAT DOEN WE?

De heer Van der Net en de kunst van frivolité

6 UIT LAND EN LOCATIES

Actualiteitenrubriek

8 ACTUEEL

Samen voor onze zorg

10 RONDOM DE TAFEL

De Bron van troost

16 IN HET ZONNETJE

Anneke de Wit

17 BOEKEN

Recensies

17 COLUMN

Mijn laatste wil...

18 LEVENSVRAGEN

Uitbetaling van vrijwillige palliatieve zorg?

19 OP STAP MET

Hospice- en wijkverpleegkundige Eline

24 MEDITATIE

Dauids sterfbed

25 ZWEEDSE PUZZEL

Familielid, houtsoort, groente, koude lekkernij

28 HET RECEPT VAN

Zeeuwse brokjes

29 BEELD IN WOORDEN

'Wenn ich einmal soll scheiden'

30 VRIENDEN VAN CEDRAH

Draagt u ook een steentje bij?

31 WONINGAANBOD

Toekomstbestendig wonen, met zorg dichtbij

32 CEDRAHLOCATIES

Waar vindt u ons?

33 UITGELICHTE LOCATIES

Wonen met een dorps karakter in Beth-San

34 GEZIEN

De zorgbox



Boeken- en kledingmarkt in Beth-San

In het najaar organiseerden de Vrienden van Beth-San een gezellige boeken- en kledingmarkt. Naast boeken en tweedehands spulletjes werden kleding, woondecoratie en snoepgoed verkocht. De kinderen vermaakten zich met leuke activiteiten. De opbrengst komt geheel ten goede aan de bewoners van Beth-San. Dankzij hun inzet, en ook die van medewerkers, vrijwilligers, bezoekers en mantelzorgers, kijken we terug op een zeer geslaagde markt, met een prachtige opbrengst van € 2.150.

Gebouw Zonnehove van Amandelhof gaat de hoogte in

Inmiddels is de bouw van Zonnehove, het derde gebouw van woonzorgcentrum Amandelhof, in volle gang! Zonnehove is een woontoren met 50 huur- en koopappartementen. De loopbrug die Zonnehove, Bloesemhove en Waterhove met elkaar verbindt maakt van de drie gebouwen één geheel.



Vaartocht voor bewoners Hebron en Rehoboth

De bewoners van Hebron en Rehoboth maakten met personeelsleden, vrijwilligers en mantelzorgers een vaartocht over de Oosterschelde. Er kwamen zelfs 5 'echte' vissersvrouwen aan boord. We zagen al gauw dat onder die mooie mutsjes bekende gezichten schuil gingen. Voldaan en met een frisse neus van de zeewind lieten de mantelzorgers hun familieleden achter. In het bijzonder dank aan de Stichting Vrienden van Hebron die deze tocht financieel voor haar rekening nam.



Van betekenis zijn in Eben-Haëzer

Locatie Eben-Haëzer organiseerde een waardevolle en inspirerende mantelzorgavond over het veranderende zorglandschap. Onder begeleiding van gastspreker Anne Nusselder werd met elkaar nagedacht over wat het welzijn van een cliënt bepaalt. Cedrah geeft hier invulling aan door te kijken naar de eigen regie van de cliënt, maar ook naar wat het netwerk kan betekenen.



Toekomstgericht wonen in Marnix Staete

Een nieuw thuis vinden is een grote stap. Arie en Jannie Heijboer maakten deze keuze, omdat Marnix Staete op hun pad kwam. Hier kunnen ze straks in een moderne, comfortabele en gelijkvloerse woning wonen, omringd door burens met wie zij gemeenschappelijke waarden delen. 'Het voelt als thuiskomen', vertelt Arie. 'We kunnen nog genieten van onze vrijheid, maar wel met het geruststellende gevoel dat we goed zitten, ook voor later.' Ook wonen in Marnix Staete? Kijk op www.marnixstaete.nl.



Eindejaarsvideo in Nebo

De bewoners van Nebo maakten in december mooie kerststukjes. Voor het opnemen van de eindejaarsvideo kwam bestuurder Teunis Stoop langs, hij deed gezellig mee! Als afsluiter smulden de bewoners van een lekkere oliebol. Bekijk de eindejaarsvideo hier:



Nationale Ouderendag in Uitzicht

Nationale Ouderendag is in woonzorgcentrum Uitzicht niet ongemerkt voorbij gegaan. De gemeente Vlaardingen kwam naar Uitzicht om de bewoners in het zonnetje te zetten en een presentje uit te reiken.



Wasschappelse heiploeg slaat eerste paal Oester Staete

Met een zeewering heistelling sloeg de Wasschappelse heiploeg op woensdag 16 oktober de symbolische eerste paal van het nieuwbouwproject Oester Staete in Yerseke. De toekomstige bewoners van Oester Staete en Oester Parel (locatie van Siloah) assisteerden bij deze feestelijke gelegenheid. Ook bestuurders Ad Plomp (Sirjon) en Teunis Stoop (Cedrah), Arjan Kuijpers (commercieel directeur van Sonneborgh) en Maarten Both (wethouder) hielpen een handje mee met het slaan van de paal. Bekijk de aftermovie op www.oesterstaete.nl.



Feestelijke heropening Rehoboth-Goes

Op 9 januari werd de heropening van Rehoboth feestelijk gevierd! Met een interne verbouwing is het gebouw weer toekomstbestendig gemaakt. Er zijn extra huiskamers en kantoren gerealiseerd én het restaurant is vernieuwd tot sfeervolle ontmoetingsruimte, die ook toegankelijk is voor buurtbewoners. Daarnaast is het entreegebied met de hal, de balie en het trappenhuis vernieuwd.



Samen

voor onze zorg

Samen met andere zorgorganisaties* vragen we aandacht voor het behoud van onze reformatorische zorg via de campagne 'Samen voor onze zorg'.

Zorg vanuit een reformatorische identiteit is een groot goed. Mensen in een kwetsbare situatie worden liefdevol verzorgd en begeleid, vanuit de Bijbelse overtuiging dat het niet alleen om het hier en nu gaat. Maar dat zij, net als wij, een ziel hebben voor de eeuwigheid.

De komende jaren gaat er veel veranderen. Door vergrijzing en een verwacht tekort aan zorgmedewerkers, mantelzorgers en vrijwilligers ontstaat een toenemende druk op onze zorg. Willen we onze Bijbelse identiteit vasthouden, dan moeten we personeel uit onze eigen achterban behouden. Dat betekent ook dat er meer inzet wordt gevraagd van families (mantelzorgers) en vrijwilligers.

'Als ik merk dat mensen ergens mee zitten, kunnen we samen bidden en zingen'

Met de campagne delen we verhalen over het belang van de zorg. Verhalen van zorgverleners, zorgvragers en hun naaste familieleden. Zo vertelt Annelies Sinke, voorheen werkzaam in de kledingbranche en nu werkzaam als

verzorgende IG: 'Ik wilde werken in een omgeving met christelijke waarden. Het is erg fijn om elkaar hierin aan te voelen. Als ik merk dat mensen ergens mee zitten, kunnen we samen bidden en zingen. Laatst vroeg een bewoner mij om uit de Bijbel te lezen. De woorden die ik las, bemoedigden mijzelf ook. De bewoner viel rustig in slaap en ik dacht: ja, dit hoort ook bij je vak. Ik gun iedereen dat je uit mag delen, maar ook dat je mag ontvangen.'

We hopen dat de campagne meer mensen uit onze achterban doet nadenken over het belang van onze identiteitsgebonden zorg. Dat meer mensen kiezen voor een baan in deze zorg. En dat meer mensen zich als vrijwilliger of mantelzorger in willen zetten. Als een gemeenschappelijk gedragen verantwoordelijkheid.

Kijk voor meer informatie op vooronzorg.nl!

*De Schutse, Huize Winterdijk, RST Zorgverleners, Salem, Elim, Maranatha en Siloah



Deel jij onze zorg?



Luister de nieuwe podcast op het YouTube kanaal van het RD of via Spotify.



samen
vr
nze
zorg

Deze campagne is een samenwerking van: Cedrah, De Schutse, Huize Winterdijk, RST Zorgverleners, Salem, Elim, Maranatha en Siloah.

vooronzorg.nl



De Bron van troost

De pastoraal werkers van Cedrah houden regelmatig een Bijbeluur in de diverse huiskamers van de locaties. Pastoraal werker Henk Lobbezoo bespreekt in een van de groepen de Ziekentroost. 'De Ziekentroost is bedoeld als handleiding voor het bieden van troost. Het geschrift is gefundeerd op de Bijbel. De zieke wordt gewezen op de Bron van troost.'

De bewoners vinden het leerzaam om tijdens het Bijbeluur met elkaar over de Ziekentroost na te denken. Zij herkennen er dingen in uit hun eigen leven en vertellen daar soms wat over. 'Voor deze groep is de Ziekentroost goed bruikbaar', vindt Lobbezoo, 'al moeten we het geschrift eigenlijk al in onze gezonde dagen lezen. Het denken over de dood hoort bij het christenleven.'

Elke veertien dagen komt de groep bijeen. 'Eerst is er koffie of thee. Na zingen, lezen en bidden bespreken we een paragraaf van de Ziekentroost.' Dit wordt gedaan aan de hand van het boek 'Dit is mijn troost' dat Lobbezoo geschreven heeft. 'Er wordt telkens op een betrokken wijze meegeluisterd. Steeds weer klinkt door dat Gods kinderen na dit moeilijke leven een heerlijke en eeuwige toekomst wacht.'

Palliatieve zorg: wanneer genezing niet meer mogelijk is

Palliatieve zorg is de zorg voor mensen die niet meer genezen. Omvat het alleen de zorg in de laatste levensfase, of is het meer? Marleen Hout, werkzaam als kaderarts palliatieve zorg, legt uit.

Palliatieve zorg is breder dan alleen de zorg die we aan terminale patiënten geven. Het begint al bij de zorg aan chronisch zieken die we in het verpleeghuis hebben. Eigenlijk geef je bij dementie ook palliatieve zorg, want iemand met dementie wordt niet meer beter. Je richt je als arts op genezing – bijvoorbeeld bij de behandeling van een longontsteking of blaasontsteking – én op symptoombestrijding. Wanneer de terminale fase aanbreekt ben je uitsluitend nog bezig met het laatste. Het doel (of is het meer een missie?) van palliatieve zorg is uiteindelijk dat

bij iemand die niet meer beter kan worden, de tijd tot het sterven toch zo goed mogelijk mag zijn. Wat mij betreft zou er meer aandacht mogen zijn voor het voeren van het gesprek over het laatste stuk van iemands leven. Soms wordt iemand eindeloos doorbehandeld. Dan komt er een moment dat behandeling niet meer aanslaat. Als dan nog nooit het gesprek is gevoerd over bijvoorbeeld hoelang je door wilt gaan met behandeling, kan die boodschap iemand enorm overvallen en verwarring geven.

‘Wees bereid in je gezonde leven, bespreek deze dingen eerder met elkaar’

Medicatie ter verlichting

Het is belangrijk om in de laatste levensfase kritisch te kijken naar medicatie. Het beste is om te stoppen met alles wat alleen maar ballast is, wat onnodig is geworden. In dit stadium gaat het vooral om middelen die verlichting geven. Een heel eenvoudig middel dat goed helpt als pijnstiller is paracetamol. Als paracetamol onvoldoende werkt of niet meer geslikt kan worden, óf als er naast pijn ook sprake is van benauwdheid, kan een opioïd goed helpen. Bij een opioïd denk ik aan morfine, fentanyl of oxycodon. We bekijken per patiënt welke opioïd het beste werkt en de minste bijwerkingen geeft. Er zijn veel soorten medicatie mogelijk in de laatste levensfase. Naast medicatie tegen pijn, is er bijvoorbeeld medicatie tegen benauwdheid, misselijkheid, jeuk, verwardheid en onrust. Soms is er sprake van terminale onrust, wat door angst of geestelijke nood kan komen. Dan kan het de vraag zijn of we daar iets voor moeten geven. Ik vind het altijd belangrijk wat patiënt en familie hierin zelf willen.

Breder kijken

Het is goed om breder te kijken dan alleen naar medicatie. We kijken bijvoorbeeld naar iemands bedhouding, kussens of matras. Ligt iemand in een prettige houding, hoe sliep iemand vroeger altijd? We stellen ons de vraag of iemand misschien liever in een lekkere stoel slaapt. Bij misselijkheid kijken we naar wat iemand nog wél lust, we houden er rekening mee dat de smaak veranderd kan zijn. Geuren en geurtherapie spelen hierbij ook een rol. Hand- en voetmassage kunnen ontspanning geven bij pijn, maar ook bij onrust. Koude of warme buikwassingen kunnen helpen als iemand veel buikkrampen heeft. Bij onrust zoeken we naar iets wat rust geeft; de aanwezigheid van geliefden, mooie muziek aan, een lampje aan in de nacht, lezen uit de Bijbel, zingen en bidden. En in het breder kijken naar symptoombestrijding maken we gebruik van elkaars expertise. Zo kan de geestelijk verzorger heel veel betekenen, naast een fysio- en ergotherapeut.

Mogelijkheid van palliatieve sedatie

Ik merk dat er veel vragen leven rondom palliatieve sedatie. Persoonlijk ben ik blij dat de mogelijkheid er is. Bij deze behandeling wordt een slaapmiddel toegediend

aanvullend aan de middelen die al worden gegeven. Er kan een moment komen dat het met de ‘gewone middelen’ niet meer lukt om de symptomen goed te bestrijden en dat er sprake van lijden is. Met palliatieve sedatie kunnen we deze symptomen meer verzachten. Vaak wordt gedacht dat iemand door sedatie diep in slaap komt en slapend gaat sterven. Dat kan, maar is niet het doel van sedatie. Het doel is symptoombestrijding. Hoe diep iemand slaapt hangt af van de mate van symptoombestrijding die nodig is. Overigens is palliatieve sedatie ook heel vaak niet nodig. Niet elke patiënt krijgt palliatieve sedatie. Het medicijn dat we gebruiken, Midazolam, is een gangbaar slaapmiddel, dat we ook wel geven als iemand ‘s nachts slecht slaapt en niet goed meer kan slikken. Dan kunnen we dit middel heel makkelijk ook als injectie geven. Goed slapen is voor een zieke patiënt heel belangrijk om de dag weer aan te kunnen en om overdag nog mooie contacten met geliefden te kunnen hebben. In de praktijk gebruiken wij Midazolam vaker op deze manier. We noemen dat ook wel een ‘time-out’.

Er is voor palliatieve sedatie een richtlijn. In die richtlijn staan voorwaarden: een patiënt is terminaal, het overlijden wordt verwacht binnen 2 weken en de symptomen zijn niet goed onder controle te krijgen. Er wordt ook weleens gedacht dat het overlijden wordt versneld door sedatie of dat je er iemands leven mee kunt beëindigen. Dat klopt niet. Palliatieve sedatie wordt alleen toegepast bij iemand die al gaat overlijden. Vaak gaat het over een overweldigende situatie waarbij we niet anders kunnen dan de symptomen met sedatie onder controle proberen te krijgen. In onze gezindte leven nogal eens vragen over sedatie. Men vindt het moeilijk dat er dan geen contact meer mogelijk is, omdat iemand slaperiger is. Aan de ene kant begrijp ik dat. Aan de andere kant zie ik in de praktijk dat als mensen zo benauwd of pijnlijk zijn, er geen contact meer mogelijk is. Dan is er ook geen gesprek meer mogelijk over de eeuwigheid. Ik heb sterfbedden gezien waar familie zo graag nog iets wilde horen, maar dat ging niet meer. Wees daarom bereid in je gezonde leven. Bespreek deze dingen eerder met elkaar. Daarnaast geloof ik van harte dat, ook als iemand slaapt, God nog steeds wonderen doet. Hij is niet gebonden aan óns bidden en vragen.

Rol familie

De zorg voor iemand in de laatste levensfase doen we samen als team. Verzorgenden en verpleegkundigen hebben een belangrijke signalerende functie als de situatie snel verandert.

Familie speelt een grote rol in de palliatieve zorg. Het is belangrijk de familie steeds te informeren en hen bij de zorg te betrekken. Dit kan belangrijk zijn voor de verwerking. Wij zijn als professionals geneigd om alles over te nemen, maar familieleden vinden het vaak heel fijn als zij iets kunnen doen. Dat kan iets heel kleins zijn, zoals het gezicht wassen, scheren of een hand vasthouden.

We proberen als team ook goed in de gaten te houden of de familie het volhoudt. Dit doen we vooral door met hen in gesprek te blijven en te kijken waar de behoefte van de familie ligt. Het is een zoektocht hoe je als familie deze periode volhoudt. Dit hangt ook af van het verloop van het stervensproces.

‘Ik geloof dat, ook als iemand slaapt, God nog steeds wonderen doet’

Als het sterven dichterbij komt, gaat de verpleegkundige het gesprek hierover aan met de patiënt en familie: hebben jullie al afscheid genomen? Hebben jullie nagedacht hoe jullie het sterven voor je zien? Wie moeten er bij het sterven zijn? Is de begrafenis geregeld? Welke kleding wil iemand aan? Wanneer de afspraken rond het overlijden zijn gemaakt, wordt het zogenoemde Zorgpad Stervensfase gestart. We gaan dan over op een andere manier van observeren en registreren. We rapporteren alleen nog symptomen die in de stervensfase belangrijk worden,

Over Marleen Hout

‘Ik ben begonnen als verpleeghuisarts – later heette dat specialist ouderengeneeskunde – bij Lelie Zorggroep. In die tijd heeft palliatieve zorg – ik werkte onder andere op een palliatieve unit – mijn hart gekregen. Later ben ik gaan werken in verpleeghuis Salem, waar ik ook de palliatieve unit onder mijn hoede kreeg. In die periode heb ik de opleiding gedaan voor kaderarts palliatieve zorg. Inmiddels werk ik weer bij Lelie Zorggroep, als kaderarts palliatieve zorg. Daarnaast ben ik als artsconsulent verbonden aan PATZ-groepen (Palliatieve Thuiszorg Groepen) en NPZR (Netwerk Palliatieve Zorg Rotterdam en omstreken), waarbij ik meedenk bij palliatieve casuïstiek.

zoals pijn, misselijkheid en onrust.

Belangrijk in de palliatieve zorg is ook de zorg voor de zorgenden: een team moet zich regelmatig even bewust terugtrekken en met elkaar praten. Dit is een heel belangrijk onderdeel van palliatieve zorg. Anders kun je het niet volhouden. Je ziet immers veel lijden, overlijden en verdriet.

Maakbare samenleving

Wat ik moeilijk vind rondom palliatieve zorg is dat we in een heel maakbare samenleving leven. Mensen verwachten dat je alles onder controle hebt. Maar dat is in het leven nooit zo, dus ook in het laatste stukje van het leven niet. Mensen vinden het steeds moeilijker om met onzekerheid om te gaan. Met het feit dat sterven ook lijden, verlies, loslaten en afscheid nemen is. Soms vraagt men of we het niet wat kunnen versnellen. Dat vind ik lastig aan deze tijd.

Sterven kan ook ‘gewoon’ - met de nodige medicatie - een natuurlijk proces zijn, dat we mogen afwachten en rustig begeleiden. Ik merk dat dat wel eens moeilijk kan zijn voor mensen. Dat heeft ook weer met die maakbaarheid te maken. Soms moet ik echt uitleggen: het natuurlijke proces is achteruitgang, minder eten en drinken, daardoor suffer worden, steeds meer gaan slapen en uiteindelijk sterven. Het is niet altijd afhankelijk van onze pillen of van wat wij doen.

Echt iets toevoegen

Een voorbeeld dat ik niet snel zal vergeten, is een patiënt die binnen een dag na opname overleed. We hadden een heel mooi opnamegesprek gehad met de patiënt en familie. Op dat moment was er geen zicht op een snel overlijden. Achteraf hoorden we van de familieleden dat ze

Wat ik het mooie aan palliatieve zorg vind?

Dat je heel dicht bij een mens mag komen in een van de kwetsbaarste periodes in iemands leven. En dat je die zorg heel bewust in de volle breedte geeft aan de mens die je is toevertrouwd, niet alleen op lichamelijk gebied. Je geeft deze zorg als team, samen met de patiënt en familie.



zo dankbaar waren voor de zorg die we hadden gegeven, terwijl die bestond uit een gesprek en een aantal uren. Dat vind ik zo mooi! We hebben dan echt iets kunnen toevoegen aan het laatste stukje van iemands leven. Ieder sterfbed maakt indruk, maar als er jonge mensen, jonge moeders of vaders overlijden, maakt dat een blijvende indruk.

Wat ik heel bijzonder blijf vinden om mee te maken: de sterfbedden waar mensen heengaan met de vrede dat ze bij de Heere God horen, dat ze straks voor eeuwig bij Hem mogen zijn. Dat is indrukwekkend. En dat blijft een groot verschil maken met die sterfbedden waar dat niet zo is. Je

Palliatieve zorg bij Cedrah

‘Als we kijken naar de definitie van palliatieve zorg blijkt dat een groot deel van de cliënten van Cedrah palliatieve zorg ontvangt. De gesprekken die we aangaan, het nadenken over beslissingen in de levensavond, het komt allemaal dichterbij. Om medewerkers hierin toe te rusten, biedt Cedrah basisscholingen palliatieve zorg aan voor verschillende functieniveaus en voor vrijwilligers. Daarnaast zijn er verdiepingscholingen over bijvoorbeeld vocht en voeding, sedatie en morfinegebruik, gesprekstechnieken, proactieve zorg en complementaire (aanvullende) zorg.

Op elke locatie zijn aandachtsvelders palliatieve zorg en palliatief verpleegkundigen werkzaam. Zij signaleren welke zaken er spelen en kunnen de medewerkers met raad en daad bijstaan en zo nodig scholing organiseren. In moeilijke situaties bestaat er de mogelijkheid om een Moreel Beraad te houden. Hiervoor zijn binnen Cedrah een aantal gesprekleiders geschoold. Daarnaast komt de vakgroep palliatieve zorg regelmatig bijeen om casuïstiek te bespreken.

Een wezenlijk onderdeel van palliatieve zorg is het ACP-gesprek (Advance Care Planning) met cliënten. In dit gesprek wordt gesproken over wensen rondom het

gunt iedereen die rijkdom van het bij Christus mogen horen. Ik hoop dat mensen die zo’n verdrietige tijd meemaken achteraf zeggen: het was moeilijk, maar goed. Ik hoop dat ik dát met mijn zorg bereik. Dat mensen met elkaar het leven op een goede manier hebben kunnen afsluiten.

‘Sterven is een natuurlijk proces dat we ook mogen afwachten en rustig begeleiden’

levenseinde.

In de laatste levensfase, wanneer het overlijden binnen een aantal dagen verwacht wordt, starten we met het Zorgpad Stervensfase. Dit is een checklist, zorgplan en rapportage ineen, waarbij ook een markeringsgesprek met de arts plaats moet vinden. In deze fase kunnen ook vrijwilligers worden ingezet. Zij kunnen de familie ondersteunen in het waken bij de cliënt. Op alle locaties zijn bovendien waakmannen aanwezig. Deze worden ingezet als een familie aan het sterfbed zit. Zo willen we hen ondersteunen in deze moeilijke, maar ook mooie taak.’



Mary Bijmagne-de Vos, teamleider zorg / projectleider palliatieve zorg

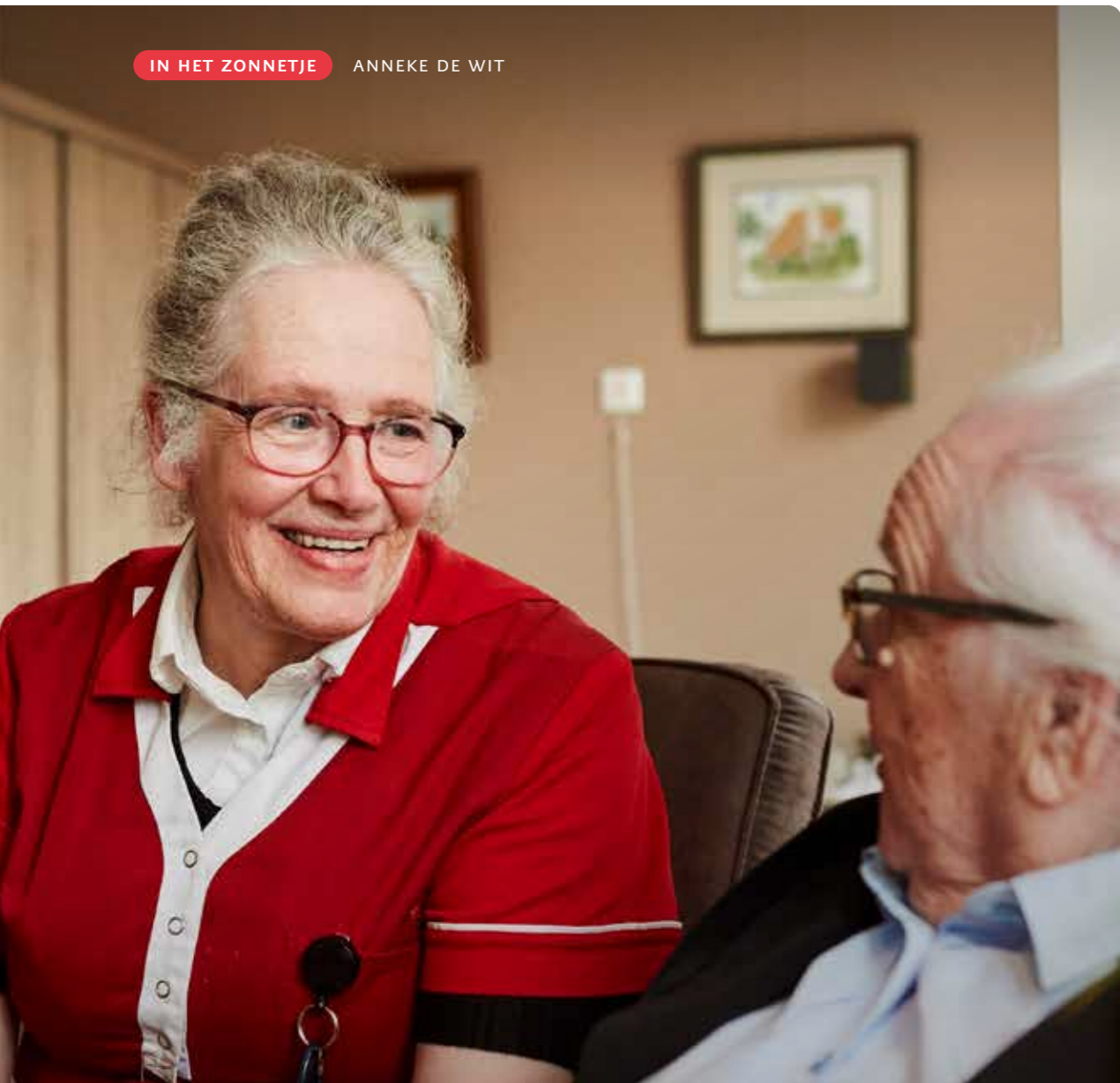
Meer weten over rouw? Scan de QR-code en bekijk de infographic!



Leestip

‘Van betekenis tot het einde - pastoraat en het levenseinde’ van de NPV. Een brochure vol handvatten om het pastorale gesprek over de laatste fase van het leven aan te gaan.





Anneke de Wit (64) werkt al 34 jaar met liefde en toewijding in Uitzicht. Ze begon als activiteitenbegeleider en is inmiddels al jaren verzorgende IG op kleinschalig wonen. Haar werk ervaart ze als een voorrecht: 'Het is bijzonder om bewoners te mogen verzorgen en hen te dienen met Gods Woord', vertelt Anneke.

Vooraf in de laatste levensfase vindt ze het belangrijk om er te zijn, niet alleen voor de bewoners maar ook voor hun families. 'Juist in deze kwetsbare periode zijn aandacht en nabijheid van grote waarde.'

Anneke hoopt anderen te inspireren met haar boodschap: 'Als je iets voor je medemens wilt betekenen, is de zorg de juiste plek. De liefde en dankbaarheid die je ervoor terugkrijgt zijn onbetaalbaar.'

'De liefde en dankbaarheid die je ervoor terugkrijgt zijn onbetaalbaar'



Als grenzen vervagen

Dit boek is bedoeld als handreiking om moeilijke vraagstukken rondom het levenseinde beter te begrijpen. Met behulp van een toetsingskader, waarbij de Bijbel als richtingwijzer dient, wordt duidelijk gemaakt dat het mogelijk is op verantwoorde wijze medische besluiten te nemen tot het starten, nalaten of staken van behandelingen. De auteur behandelt onderwerpen als euthanasie en palliatieve zorgverlening.

Als grenzen vervagen – Dr. H.J. Agteresch (nu ds.), uitgeverij Den Hertog, EAN 9789033127366, €11,90



Uitzien in de levensavond

In deze korte overdenkingen voor ouderen probeert wijlen ds. Schipper de ernst van het leven en de aangrijpende werkelijkheid van het sterven weer te geven. Dat doet hij aan de hand van dertig Bijbelse personen die aan het einde van hun leven zijn gekomen. Wat een voorrecht is het als er dan door genade een uitzien mag zijn op de stad die fundamenten heeft.

Uitzien in de levensavond – ds. J. Schipper, uitgeverij Den Hertog, EAN 9789033128639, €8,45



Het goede in kwade dagen

Dit boek geeft uitleg over Prediker 12. Ouderen lezen hierin de praktijk van alle dag. Hun leeftijd is niet alleen een gáve, maar ook een ópgave. Voor jongeren ligt er een boodschap in, om vroegtijdig aan hun Schepper te gedenken. Deze uitgave geeft de lezer bij de beeldspraak principiële en praktische uitleg mee. Herkenbaar, concreet, soms ook confronterend. Gunnend pastoraal, vooral ook heenwijzend naar het goede in Christus.

Het goede in kwade dagen – H.M. Lobbezoo, uitgeverij Den Hertog, EAN 9789463702843, €24,90

Mijn laatste wil...

Zeker bij het ouder worden is het goed om stil te staan bij de eindigheid van dit leven. Is uw paspoort getekend? Weet u zich geborgen voor tijd en eeuwigheid? Dat is het belangrijkste. Maar het is goed om ook na te denken over een aantal praktische zaken. Wat zijn uw wensen rondom uw sterven en begrafenis?

In toenemende mate zien we dat het voor nabestaanden niet altijd duidelijk is wat de laatste wil is. Of men wil er bewust geen rekening mee houden. Dan wordt bijvoorbeeld een crematie voorgesteld in plaats van een begrafenis. Of men schakelt een uitvaartonderneming in die ook crematies uitvoert. Ook de invulling van de rouwdienst wordt steeds 'makkelijker'.

'Voorkom onduidelijkheid voor nabestaanden'

Om dit te voorkomen, is het van groot belang dat er tijdig een wilsbeschikking wordt ingevuld*. Daarin komen veel zaken aan de orde waarover u, na rustig nadenken, uw wensen kenbaar kunt maken. Het invullen kan soms moeilijk en confronterend zijn. Het valt immers niet mee zo direct aan het einde te moeten denken. Het kan daarom fijn zijn om dit in te vullen samen met uw naaste.

Voorkom onduidelijkheid voor nabestaanden en stel het vastleggen van uw laatste wil niet uit. U weet immers niet in wat voor situatie u terecht komt.

*Via Cedrah kunt u de folder 'Zo wil ik het als mijn sterven daar is – Wensen vastleggen' opvragen en invullen.



Patrick den Hollander, begrafenisondernemer bij Begrafenisverzorging Den Hollander

Uitbetaling van vrijwillige palliatieve zorg?

Palliatieve zorg. Hoe vaak heeft u dat woord al niet gehoord en gelezen? Talloze boeken, artikelen, lezingen en presentaties gaan erover. Het woord verwijst naar iets dat zo oud is als de wereld zelf. Sinds de zonde kwam, is er de dood. De naderende dood vraagt om nadere zorg. Palliatieve zorg is onze schande. En tegelijkertijd is het een eer.

Verstrekt u ook een warme mantel aan een zieke die niet meer beter kan worden? Staat u die mantel een beetje noodgedwongen af? Of bent u volstrekt vrijgevig?

Laten we naar Paulus kijken. Nee, hij was niet ziek. Wél zat hij in de gevangenis. Ziekzijn of in de gevangenis zijn, het duidt beide op moeilijke omstandigheden. Je bent de regie kwijt. Wat lezen we in Handelingen 24:23? *En hij (Felix) beval den hoofdman over honderd dat Paulus zou bewaard worden, en verlichting hebben, en dat hij niemand van de zijnen zou beletten hem te dienen of tot hem te komen.*

Paulus krijgt verlichting, en warme zorg van zijn vrienden en geloofsgenoten. Later lezen we nog: *En Július vriendelijk met Paulus handelende, liet hem toe tot de vrienden te gaan om van hen bezorgd te worden*, Handelingen 27:3b. Ze bezorgen hem alle gemak en verkwikking en alles wat nodig is. In de zorg van al die mensen en van zijn vrienden heeft Paulus Góds zorg over hem opgemerkt.

Als we gelovig palliatieve zorg aan een kind van God mogen geven, dan geldt wat Jezus heeft gezegd: *En wanneer hebben wij U krank gezien of in de gevangenis en zijn tot U gekomen? En de Koning zal antwoorden en tot hen zeggen: Voorwaar zeg Ik u, voor zoveel gij dit een van deze Mijn minste broeders gedaan hebt, zo hebt gij dat Mij gedaan.* Matthéüs 25:39 en 40.

Geven we palliatieve zorg vanuit medemenselijkheid? Dat is goed maar tekort. Of verlenen we zorg vanuit de liefde tot God en Christus? Dán is er eeuwig loon op deze gegeven zorg. Zulke 'zorgverleners' zeggen dat het niet meer dan begrijpelijk was om dit te doen. Maar dat er zulk een loon op staat is voor hen onbegrijpelijk.

Graag sluit ik deze rubriek af met de woorden van Markus 9:41: *Want zo wie ulieden een beker water zal geven te drinken in Mijn Naam, omdat gij discipelen van Christus zijt, voorwaar zeg Ik u, hij zal zijn loon geenszins verliezen.*



H.M. (Henk) Lobbezoo is pastoraal werker bij Cedrah voor de locaties Nebo en Amandelhof. Heeft u ook een pastorale vraag? Mail deze dan naar h.m.lobbezoo@cedrah.nl.



Tijdens een inloopochtend ontmoeten we belangstellenden op een laagdrempelige manier en geven we informatie over het hospice.

Sinds de opening in 2021 werkt hospice Elim in Moerkapelle nauw samen met het thuiszorgteam van Beth-San. Eline, die als verpleegkundige al meer dan drie jaar met veel plezier in de wijk en het hospice werkt, ervaart het als bijzonder waardevol om cliënten in hun laatste levensfase bij te staan. In het hospice heerst een open, liefdevolle en vertrouwde sfeer, wat het werk extra bijzonder maakt. Samen met vrijwilligers en andere zorgprofessionals creëert ze een warme omgeving waarin cliënten zich echt thuis kunnen voelen. Neem een kijkje in haar werkdag!



Clënten mogen persoonlijke spullen meenemen om hun kamer in te richten. Deze bewoner wilde graag op de foto: 'Ik voel me hier zo thuis bij jullie en dat wil ik graag laten zien'



Samen met collega's fietsen vanuit de wijk naar het hospice.



Samen met de palliatieve zorg verpleegkundige bereiden we the-mabijeenkomsten en scholingen voor om de kwaliteit van zorg te blijven verbeteren.



Gedurende de dag bespreken we met vrijwilligers welke ondersteuning op dat moment het beste aansluit bij de behoeften van cliënten.



Vrijwilligers worden goed voorbereid op hun ondersteunende rol in de zorg. Zoals hier met het gebruik van de tillift.



Op de foto met collega Petra. Beth-San biedt zowel zorg als huishoudelijke ondersteuning in het hospice.



Tijdens de pauze kletsen we gezellig bij op het thuiszorgkantoor van Beth-San. Eline waardeert het teamgevoel enorm en ervaart de betrokkenheid van haar collega's als bijzonder.



‘Het lijden brengt je als familie heel dicht bij elkaar’

Lisa Fris-Schouten (30) heeft een warme band met haar twee oma's. Beiden wonen bij Cedrah: oma Schouten (87) in woonzorgcentrum Amandelhof, oma Van der Kolk (84) in woonzorgcentrum Uitzicht. We ontmoeten hen in het appartement van oma Schouten in Bloesemhove, het woongebouw van Amandelhof. Dat de beide oma's in een heel andere tijd opgroeiden dan hun kleindochter Lisa, wordt al snel duidelijk.

Oma Van der Kolk groeide op in de Hoeksche Waard als oudste van zeven kinderen. Na de Watersnoodramp van 1953 verhuisde het gezin naar Vlaardingen. ‘Het huis was nog wel te herstellen, maar mijn ouders wilden niet meer terug’, vertelt ze. ‘Mijn moeder was altijd al bang van het water aan de andere kant van de dijk.’ Mevrouw van der Kolk hielp al jong mee in het drukke gezin. ‘Dat was heel gewoon.’ Toen ze veertien was moest ze van school om thuis te komen helpen. Ze werkte ook in de huishouding bij andere families. Naast het werk was ze graag bezig met handwerken. ‘Ik naaide, haakte, breide en knoopte een tapijt. Ik doe het nog steeds graag.’ Ze ontmoette

haar man in Oud-Beijerland. Daar woonde familie van haar. In 1964 trouwden ze. Ze hadden een huis gekocht in Vlaardingen, maar konden er niet in. ‘De huisbaas had het huis verkocht, maar de mensen die er woonden wilden er niet uit. Wat een toestand was dat. We zijn toen eerst gaan inwonen in de straat vlakbij. We hadden een huis, maar we konden er alleen maar naar kijken.’ Het echtpaar kreeg vijf kinderen. In 2017 kwamen ze samen in Uitzicht wonen. Meneer Van der Kolk overleed in 2019.

Geen geld voor doorleren

Oma Schouten groeide op in Capelle aan den IJssel als enige dochter. Ze kwam graag bij haar vriendin die uit

‘We hadden een huis, maar we konden er alleen maar naar kijken’

een gezin met 13 kinderen kwam. 'We zijn nog steeds vriendinnen', vertelt mevrouw Schouten. 'We zijn even oud en heten allebei Corrie.' Net als bij oma Van der Kolk was er voor doorleren geen geld. 'Er werd niet gevraagd welk vak je wilde leren. De huishoudschool was goed.' Daarna behaalde ze haar typediploma en ging ze op kantoor werken.

Mevrouw Schouten kende haar man van de kerk. 'Hij keek eerder naar mij dan ik naar hem. Ik was blij met m'n vriendin uit het grote gezin, ik had helemaal nog geen zin in verkering. Maar ja, hij heeft volgehouden en gewonnen. Mijn man kwam uit een groot gezin. Het was bij hen thuis geen vetpot, ze moesten heel zuinig zijn. Dat is echt niet te vergelijken met deze tijd.' Toen het stel trouwde, gingen ze eerst inwonen bij haar ouders. 'We hebben tweeënhalve jaar op de bovenverdieping gewoond. Dat was toen heel normaal. Op een gegeven moment konden we een huis kopen van 25.000 gulden. Van een hypotheek hadden we toen nog niet gehoord. Schulden maken kon echt niet. Als je geen geld had, hield het op.' Na haar huwelijk werkte mevrouw Schouten nog even door. 'Als je getrouwd was ging je eigenlijk niet meer werken. Toen ik in verwachting was ben ik gestopt.' Het echtpaar kreeg drie kinderen en heeft altijd in Capelle aan den IJssel gewoond. In 2022 kwam het echtpaar in Amandelhof wonen. In januari 2024 overleed meneer Schouten.

'Er werd niet gevraagd welk vak je wilde leren, de huishoudschool was goed'

Warme familieband

Kleindochter Lisa groeide op in Capelle aan den IJssel als oudste van twee dochters. Ze kijkt terug op een fijne jeugd. 'Familie is bij ons heel belangrijk. Ik kwam altijd veel bij mijn opa's en oma's, ik had een bijzondere band met hen. Bij opa en oma Schouten gingen we altijd op zondagochtend na de kerk een bakkie doen. Zij woonden vlakbij ons. Toen wij als kind buiten speelden, mochten we altijd een snoepje bij hen halen. Dan namen we zowat de hele straat mee. Met opa en oma Van der Kolk gingen

we elke meivakantie op vakantie naar Hoenderloo. Zij vonden het belangrijk dat we als familie bij elkaar waren. Daar kijk ik echt met een warm gevoel op terug.'

Haar beide opa's zijn inmiddels overleden. Zeker van opa Schouten heeft Lisa veel geleerd: 'Hij sloot iedereen in zijn hart en liet iedereen in zijn waarde.' Lisa mijmert even. 'Hij interesseerde zich overal in. Hij had echt belangstelling voor je. Ik hoefde hem maar te bellen, al was het middenin de nacht, en hij stond voor me klaar.'

Lisa is logopedist en werkt met name op de revalidatieafdeling van een verpleeghuis. 'Ik werk veel met mensen die een beroerte hebben gehad of andere neurologische ziekten hebben, zoals Parkinson of dementie. Zo kom ik ook regelmatig in Amandelhof.' Lisa is getrouwd en moeder van Thijs (1). 'Het was heel bijzonder om de komst van ons kindje met de opa en oma's te delen. Opa van der Kolk heeft het niet meer meegemaakt, maar opa Schouten leefde nog. Thijs is voor oma Van der Kolk het eerste achterkleinkind, voor oma Schouten het tweede.'

Lisa gaat in haar vrije tijd graag op stap met Thijs. 'Ik zwem iedere vrijdagochtend met hem. Daarnaast vind ik het leuk om fotoboeken te maken. Dat heb ik vast van oma Schouten, zij maakte voor elk kleinkind een eigen fotoboek. Bezigheden als bakken of in de tuin bezig zijn heb ik meer van oma Van der Kolk. Als ik een vraag heb hoe ik bijvoorbeeld stoofpeertjes of stoofvlees klaarmaak, bel ik oma Van der Kolk.'

Als Lisa haar oma's zou moeten typeren, is oma Van der Kolk een echte kletsikus: 'Die heeft altijd wat te vertellen en kan met iedereen praten. Ik maak zelf ook wel makkelijk contact. Oma Schouten is wat stiller. Zij kan weer heel goed luisteren en is altijd oprecht geïnteresseerd: 'Ik zal me nooit met de kinderen bemoeien. Dat vind ik helemaal niet zo nodig. Ze hebben allemaal hun eigen leven.'

Lisa komt nog steeds regelmatig bij haar oma's. 'Maar nu meer wanneer het uitkomt. Ik merk nu ik moeder ben en mijn werk heb, dat het allemaal wat drukker is. Ze vinden het altijd heel fijn als ik langskom samen met Thijs. Ze zijn dol op hem.'



'We hadden al veel overlijdens binnen de familie gehad, daardoor wordt je aan het denken gezet'

Dankbaar en tevreden

Zeker nu ze zelf moeder is, vindt Lisa het mooi om ervaringen te delen met haar oma's. 'Ik vind het heel boeiend hoe dat vroeger ging. Oma Van der Kolk gaf me de tip om Thijs op een kokosmat te laten lopen, dat is goed voor de ontwikkeling van de voetjes. Dat deden ze vroeger, ik had er nog nooit van gehoord.'

Als Lisa de tijd van nu vergelijkt met de tijd dat haar oma's opgroeiden, vindt ze dat we wel heel dankbaar mogen zijn dat we bijvoorbeeld gewoon kunnen studeren, kunnen doen wat we leuk vinden en ambities mogen hebben. Of dat je voor een kindje alles kunt kopen wat je nodig hebt. Ook het gebruik van internet maakt het zoveel makkelijker. Oma Schouten: 'Toen ik jong was, was er meer tevredenheid. Mensen zijn nu vaak zo veeleisend. Als ik vroeger iets kreeg was ik daar zó blij mee. Nu vinden ze het vaak heel gewoon. Dat kan ik niet zo goed begrijpen. Als mijn ouders vroeger iets groots moesten aanschaffen, moest mijn vader wel een week overwerken. Dat ben ik echt niet vergeten. Het gaat nu allemaal veel makkelijker.' Oma Van der Kolk beaamt dat: 'Op vakantie of uit eten was er vroeger echt niet bij.' Lisa lacht: 'Dat is weer het mooie aan deze tijd, oma. Als wij samen op stap gaan, gaan we vaak even ergens een pannenkoek eten.' Hoe de oma's aankijken tegen het leven van Lisa nu? Oma Schouten: 'Ik vind het alleen maar fijn dat ze het beter heeft dan wij vroeger.' Lisa vult aan: 'Soms vraagt oma wel hoe ik dat allemaal doe. Dan heb ik gewerkt, gekookt, en kom ik ook nog even naar oma. Voor mij is dat weer gewoon. Het leven van nu is denk ik veel drukker en gehaaster.'

'Als ik vroeger iets kreeg was ik daar zo blij mee. Nu vinden ze het vaak heel gewoon. Dat kan ik niet zo goed begrijpen'

Leven krijgen en leven loslaten

De begrafenis van de opa's verliepen zoals zij dat zelf hadden gewild. Oma Schouten: 'Mijn man had dat samen met mij vooraf allemaal goed geregeld. We hadden al veel overlijdens binnen de familie gehad. Daardoor word je aan het denken gezet.' Opa Van der Kolk was drager bij een begrafenisondernemer. Lisa denkt dat, nu de beide opa's zijn overleden, het onderwerp misschien makkelijker bespreekbaar is.

'11 november is bij ons een bijzondere datum. Mijn beide opa's waren die dag jarig. Ze waren even oud. We gingen altijd 's middags naar de verjaardag van de ene opa en 's avonds naar de andere. 11 november zal altijd de verjaardag van de opa's blijven. Het is moeilijk dat ze in vier jaar tijd beiden zijn overleden. Terwijl ze er op onze bruiloft allebei nog waren.'

Lisa slikt even en vervolgt dan: 'Thijs was zes weken oud toen opa Schouten overleed. Het was heel intens dat we leven kregen en leven moesten loslaten. Het gaf ook veel troost dat we Thijs konden meenemen. Opa heeft hem nog vastgehouden. Ik had bevallingsverlof en daardoor alle tijd om naar opa toe te gaan en er voor oma te zijn.' Oma Schouten vult aan: 'Ze hebben zo goed voor hem gezorgd. En ze zijn ook heel goed voor mij geweest in die tijd.'

Lisa's beide opa's hebben een lang sterfbed gehad. 'We kregen als familie veel tijd om langs te gaan. Het lijden was zwaar, maar het zorgde voor vele familiemomenten. We hebben het heel intens met elkaar beleefd. Het brengt je als familie heel dicht bij elkaar.'

Met droefheid moeten we melden dat oma Schouten enkele dagen na het interview plotseling is overleden. Met toestemming van de familie is de tekst alsnog geplaatst.



Dauids sterfbed

1 Koningen 1:1

De koning David nu was oud, welbedaagd; en zij dekten hem met klederen, doch hij kreeg geen warmte.

Wie kent David niet? David de herder. David die Goliath versloeg. David die koning over Israël werd. Minder bekend is zijn levenseinde. Dat is opmerkelijk, want in de Bijbel is daar heel veel over geschreven: in de boeken 2 Samuël, 1 Koningen en 1 Kronieken.

Hoe was deze laatste levensfase van David? We lezen in 1 Koningen 1 dat de koning David oud was en welbedaagd. Hij mocht de gezegende leeftijd van 75 of 80 jaar bereiken. Wat een voorrecht als we zo oud mogen worden. En tegelijkertijd moeten we ervaren dat de krachten afnemen. Dat zien we ook bij David. Hij lag aan het einde van zijn leven veel op bed en kon zichzelf niet meer warmhouden. Vermoedelijk had hij veel verzorging nodig. Later zou zijn zoon Salomo de afbraak van het ouder wordende lichaam dichtertlijk beschrijven in Prediker 12. Hij noemt ze de kwade dagen waarin we geen lust meer hebben om onze Schepper te gedenken.

Hoe was dat bij David? Ook hij kende deze kwade dagen. We denken dan aan de volkstelling, die hij bevolen had toen hij al op hoge leeftijd was. Hoogmoed was deze oude man niet vreemd. Heeft u ook zo'n last van de oude mens der zonde die wel oud geworden is, maar nog zo actief is? Daarnaast moest David op hoge leeftijd de gevolgen dragen van zijn overspel met Bathseba en de moord op Uria. Er kwam opstand. Zoon Adonia wilde koning worden. David, hoe oud ook, kreeg de kracht om in te grijpen. Zo moest hij op hoge ouderdom nog in zijn gezin ruzies oplossen. Wordt u daar ook zo moe van? David mocht het doen vanuit de kracht van Gods belofte. Salomo, de beminde des Heeren, moest immers koning worden. Wat was David verheugd om dat mee te maken. We lezen in 1 Koningen 1 vers 47b: 'En de koning heeft aangeboden op de slaapstede'. Daar op zijn ziek- en sterfbed boog hij zich en heeft hij

de Heere aanbeden. Wat een gezegend sterfbed als we daarop de Heere mogen dienen.

Deze dankzegging was niet het enige waarin David op zijn sterfbed de Heere diende. Nee, zijn hele levenseinde was David bezig met de dienst des Heeren. Vanaf 2 Koningen 22 t/m 29 staat hoofdstukken lang beschreven hoe David de voorbereidingen op zijn dood trof. Gods volk moest geregeerd worden. Daartoe stelde hij allerlei ambtslieden aan. Bovenal was David bezig met de voorbereidingen voor de bouw van de tempel voor de HEERE. Dat had zijn hele hart. Daarvoor had hij ontzettend veel gespaard en bouwplannen gemaakt. Met zijn laatste krachtsinspanningen - hij stond op van zijn bed - beval hij Salomo de tempel te bouwen en beval hij heel het volk om Salomo daarbij te helpen.

Heeft de dienst des Heeren bij u ook de allergrootste plaats? David mocht belijden dat het enkel genade was, en dat voor zo één. 'Hoewel mijn huis also niet is bij God, nochtans heeft Hij mij een eeuwig verbond gesteld.' Wat heeft u dan een gezegend sterfbed.

'Wat een gezegend sterfbed als we daarop de Heere mogen dienen'



ds. M.H. Schot, Hendrik-Ido-Ambacht

Weet u de oplossing?

Familielid, houtsoort, groente, koude lekkernij

KIEKJEVE-CLUB	SLANG	KOUDE LEKKERNIJ	NAAR BUITEN	JAPANESE ROOS	SOORT VINK
BLUF	DAAR		ONDERSTEEK	2	
FAMILIELID		PERSOONLIJK VNW.		MIJ	
GELOFTE		IN HET GENOEMDE		GRENSWACHT	4
PARACHUTIST	LIDWOORD		PLAN		
LEKKERNIJ	SNEL		DANSPAS		
		GLAZEN KLOK			
		ZUGBUIS			1
			GROENTE		ONTSNAPPEN
			ZUIVEL-PRODUCT		
SLUITMIDDEL	SCHEEPS-RECHT				
	VOORSPELD VERLOOP				
		HOUTSOORT			
		PL. IN DUITSLAND			KLEUR
10					
WIJZE			TAAL		
KACHELUZER			DRINGEND		
		SCHOUDE-BLOK		RIV. IN SIBERIË	
		LAND		LEESTEKEN	
HAARKLEUR-MIDDEL	STROOM-OPWEKKER				
	DIER				
			ROEDE		
			TWEEDE EXAMEN		
ALDUS		STELLING			EZELSGELUID
GETAL		KUKBUIS			
				DUNNE DEEGWAAR	
VITAMINE-RIJKE VISOLIE					
					3

Breng de letters uit de genummerde vakjes over naar onderstaande balk. Deze letters vormen de oplossing.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----

Puzzel mee en maak kans op een VVV-bon ter waarde van € 15,-.

Stuur de oplossing voor D.V. 1 mei 2025 a.s. naar redactie@cedrah.nl of per post naar 1e Barendrechtseweg 40, 2992 XC Barendrecht

© Sanders puzzelboeken

Gefeliciteerd!

De oplossing van de puzzel in de vorige Etedrah was: KEUZEPAKKET. Uit de vele goede inzendingen kwam J. Versprille uit Krabbendijke als winnaar uit de bus. Van harte gefeliciteerd!

‘Wat ik maak, geef ik vaak weg aan mijn kleinkinderen of achterkleinkinderen’

De heer Van der Net en de kunst van frivolité

De heer Van der Net (83) woont op afdeling de Viermaster (somatiek) in woonzorgcentrum Nebo in Zwijndrecht. Hij is graag met zijn handen bezig en maakt de mooiste kunstwerkjes met frivolité*.

Bij ontvangst door de heer Van der Net komen we binnen in een gezellige kamer. Het is een grijze dag, maar dat maakt voor hem niet uit: ‘Ik heb de kaarsjes al aangezet.’ Meneer wijst naar een stoel waarop wat kunstwerkjes zijn gelegd. ‘Ik heb alvast wat klaargelegd, zodat jullie kunnen zien wat ik heb gemaakt. Het heet frivolité’, zo vertelt hij, ‘en het is eigenlijk heel simpel en klein, met twee spoeltjes en twee draadjes. Je kunt het zo in je broekzak steken.’

Tijdens het luisteren

De heer Van der Net begon met het handwerken toen hij ziek was en zijn concentratie verloor. ‘Ik stond toen als predikant in Utrecht, dat is al zo’n veertig jaar geleden. Ik zei tegen mijn vrouw: ‘Ik moet iets gaan doen dat klein is.’ Mijn vrouw kan het ook en zij heeft het mij geleerd. Het was eerst lastig met het knopen, maar het is me gelukt’, zo vertelt hij glimlachend. ‘Ik luister dan naar een preek of naar muziek. Als je iets in handen hebt gaat dat makkelijker.’

Predikant

De heer Van der Net is opgegroeid in Den Haag. ‘Daar heb ik mijn vrouw leren kennen op de jeugdvereniging van de Gereformeerde Gemeente. In Den Haag zijn drie kinderen geboren en hebben we tot mijn dertigste gewoond. Toen werd ik predikant en hebben we een hele rondgang door Nederland gemaakt. We hebben tien kinderen mogen krijgen’, vertelt hij al wijzend naar de foto op de muur. ‘Ik ben gek op foto’s, vooral oude foto’s. Ik kijk er graag naar.’

Kleinkinderen

‘Wat ik maak, geef ik vaak weg aan mijn kleinkinderen of achterkleinkinderen. Ik heb een boekje uit Denemarken met patronen voor boekenleggers, voor in het Bijbeltje. ‘Heeft u nog kruisjes?’ vragen ze dan. Ooit heb ik ook nog een doopmutsje gemaakt voor mijn kleindochtertje. De doopjurk was een familiestuk, maar het mutsje ontbrak. Dat heb ik nog in allerijl gemaakt.’ Zijn ogen lichten op als hij vertelt over zijn kleinkinderen. ‘Morgen word ik opgehaald door mijn zoon, dan ga ik naar mijn vrouw in Houten. Ik mag dan in Apeldoorn logeren, mijn kleinkinderen vinden dat meestal ook leuk’, knipoogt hij. Dat zijn vrouw in Houten woont geeft een eenzaam gevoel. ‘Ik bel

haar twee keer per dag, maar je kunt de dag niet met elkaar delen. Ik hoop dat ze binnenkort hier naartoe kan komen.’

Daar wil ik wonen

Ondanks dat zijn vrouw niet bij hem woont, vindt meneer het fijn wonen in Nebo. ‘Ik was ziek en had verzorging nodig. Mijn vrouw was ook ziek en brak haar been. Voor mij werd toen een plekje gezocht, waarna dit op het oog kwam. ‘Daar wil ik wonen’, zei ik. ‘Je leest iedere dag met mensen de Bijbel, dat kan niet overal.’

* Frivolité is een handwerktechniek waarbij de draden worden geknoopt, zodat het lijkt op kant.



Mevrouw Neele (92) uit Bloesemhove (Amandelhof) denkt bij de vraag over een familie-recept direct aan de Zeeuwse brokjes die haar moeder vaak maakte. Een handgemaakt snoepje met slechts een paar simpele ingrediënten; makkelijk en goedkoop. Dat kwam goed uit, want vroeger waren ze met vijf kinderen thuis en die vroegen altijd wel om een snoepje. Mevrouw Neele ziet haar moeder nog staan bij het stenen aanrecht. Na het koken in een pan werd het stroperige mengsel op het aanrecht uitgegoten. Wanneer het voldoende afgekoeld was, werd de massa in kleine vierkante brokjes gesneden en klaar was het snoepgoed. Ze werden bewaard in een doosje en als het op was - wat soms snel gebeurde- maakte haar moeder gewoon weer nieuwe. De heer Neele (88) zit er glimlachend bij. 'Ik heb er ook véél van op!' Samen hebben ze zoete herinneringen aan de tijd van vroeger. Mevrouw Neele weet niet meer exact het recept. Het recept voor de bekende Zeeuwse babbelaars komt nog het meest in de buurt.



Mevrouw Neele uit
Bloesemhove (Amandelhof)

Zeeuwse brokjes

Bereidingswijze

Doe alle ingrediënten in een passende steelpan en zet de pan op middelhoog vuur. Wanneer de boter gesmolten is, roer je alles één keer goed om. Roer daarna niet meer! Laat het mengsel rustig koken tot het 150 à 160 graden heeft bereikt en mooi karamelbruin is. Giet de karamel in een koekenpan met anti-aanbaklaag. Laat de karamel hierin afkoelen tot het dikker geworden is. Giet het mengsel, als het niet meer 'lopend' is, op een stenen aanrecht, een marmeren plaat of een bakplaat bekleed met een siliconenmatje. Houd het mengsel vanaf nu in beweging: het zal gaan stollen. Dit moet zo geleidelijk mogelijk gebeuren. Gebruik hiervoor een schoon plamuurmes of iets dergelijks, want het is nog te heet om vast te pakken. Nu ga je het uittrekken en dubbelvouwen. Herhaal dit uittrekken en dubbelvouwen tot de streng mooi glanst en duidelijk lichter van kleur wordt. Dan kun je de streng uittrekken tot de gewenste dikte van de boterbabbelaar. Snijd of knip de strengen in de gewenste maat en laat de babbelaars verder afkoelen. Werk op het laatst zo vlot mogelijk, om te voorkomen dat de karamel te snel hard wordt. Geniet ervan!

Ingrediënten:

- › 500 g suiker
- › 50 g boter
- › 30 ml water
- › 60 ml azijn
- › Mespunt zout
- › Digitale keukenthermometer
- › Stenen aanrecht/marmeren plaat/bakplaat bekleed met siliconenmatje

Scan de QR-code voor de
bereidingswijze:



‘Wenn ich einmal soll scheiden’

Wenn ich einmal soll scheiden,
so scheid nicht von mir,
wenn ich den Tod soll leiden,
so tritt Du denn herfür.
Wenn mir am allerbängsten
wird um das Herze sein,
so reiß mich aus den Ängsten
kraft Deiner Angst und Pein.

Als ik eens het leven moet verlaten,
verlaat U mij dan niet,
als ik moet sterven,
verschijnt U dan.

Als mijn hart het allerbangst is,
trek mij dan weg uit mijn angsten
krachtens Uw angst en pijn.

Fragment uit Matthäus Passion

Draagt u ook een steentje bij?

De Stichting Vrienden van Cedrah behartigt al jaren de belangen van de cliënten van Cedrah en zet zich in voor hun welbevinden. Omdat niet alle (identiteitsgebonden) zaken vanuit de financiële ruimte binnen Cedrah bekostigd kunnen worden, springt de stichting bij.

Hierbij kunt u met name denken aan de kosten van het pastorale werk. Het pastorale werk is een waardevolle toevoeging aan de geboden zorg en diensten en dit willen we graag ook de komende jaren voortzetten. De budgetten voor deze zogenaamde intramurale zorg worden echter steeds krappere, waardoor er geen financiële ruimte meer is voor een pastoraal werker. Deze kosten komen dus ten laste van Cedrah, zonder dat hier specifieke inkomsten tegenover staan. Wij hebben Cedrah toegezegd om voor het jaar 2025 een substantiële bijdrage te willen leveren in de kosten van de pastorale zorg.

Nieuws van het bestuur

Op de bestuursvergadering van 26 november 2024 is de heer J.M. Voorwinden benoemd tot bestuurslid. Vanaf deze plaats heten wij hem van harte welkom! Wilt u ook als vrijwilliger zitting nemen in ons bestuur?

Bent u enthousiast, heeft u affiniteit met de ouderenzorg en bent u bereid zich belangeloos in te zetten voor het welzijn van onze bewoners? Neem dan contact op met de voorzitter van ons bestuur: de heer W.F. van der Kooij via vriendenvan@cedrah.nl of stuur een WhatsApp-bericht naar 06 13 40 80 57 (bellen kan natuurlijk ook). Wij zien uit naar uw reactie!

In het najaar van 2024 hebben we een verzoek van locatie Oorden Staete om een financiële bijdrage ten behoeve van de aanschaf voor materiaal (waaronder een houten tuinbank en een orgellamp) voor 100% gehonoreerd.



Word ook Vriend van Cedrah!

Om steunaanvragen vanuit Cedrah ook in de toekomst te kunnen honoreren, is uw financiële hulp nodig. Daarom nodigen wij u van harte uit om donateur te worden! Namens Cedrah alvast hartelijk dank.

Eenmalige gift

Wilt u zich niet voor langere tijd binden? Dan kunt u ook een eenmalige gift overmaken op bankrekeningnummer NL11 INGB 0009 1945 49 ten name van Stichting Vrienden van Cedrah. U kunt hierbij aangeven dat uw bijdrage uitsluitend bedoeld is voor de locatie die u wilt steunen. Van harte aanbevolen! U kunt ook uw gift overmaken via onze website www.vriendenvancedrah.nl

Als u besluit donateur te worden voor minimaal € 25 per jaar of een gift overmaakt van minimaal € 25,- ontvangt u gratis het boek 'De levenslast verlicht' geschreven door onze pastoraal werker de heer Lobbezoo.

Ja, ik wil Cedrah steunen en meld mij aan als vriend.

Ik machtig de stichting Vrienden van Cedrah om per

maand kwartaal halfjaar jaar

een bedrag af te schrijven van €

van IBAN

ten name van

Ik voel mij verbonden met locatie:

Persoonlijke gegevens

Naam

Adres

Postcode Plaats

Telefoon

Handtekening



Stuur deze bon in een envelop naar Cedrah, Antwoordnummer 2204, 2995 ZZ Heerjansdam

Woningaanbod

Toekomstbestendig wonen, met zorg dichtbij

Uitgelichte projecten in ontwikkeling



Meer informatie? Kijk op oesterstaete.nl

31 duurzame, zelfstandige zorgwoningen
Yerseke



Meer informatie? Kijk op nieuwbouwamandelhof.nl

50 luxe huur- en koopappartementen
Capelle aan den IJssel



Meer informatie? Kijk op marnixstaete.nl

51 zorggeschikte en eigentijdse appartementen
Goes



Cedrah ziet een groeiende vraag naar geclusterde woonvormen voor senioren met (eventueel op termijn) een zorgvraag. Hierdoor zijn we betrokken bij onderzoeken naar nieuwe locaties.

Meer weten?
Bel verhuurmakelaar
Joanne Moree:
088 – 587 00 55

Hier vindt u ons:

Wat bieden we aan?

-  Huurappartementen
-  Koopappartementen
-  Verzorging/verpleging
-  Kleinschalig Wonen
-  Persoonlijke begeleiding
-  Dagbesteding
-  Palliatieve terminale zorg
-  Thuiszorg
-  Huishoudelijke hulp
-  Seniorenrestaurant
-  Maaltijdservice & catering
-  Welzijnsactiviteiten
-  Hulp op afroep

Cedrah biedt wonen, zorg en diensten aan op diverse locaties in Zuid-Holland en Zeeland. In het overzicht ziet u waar onze locaties zich bevinden en welke woonvormen, zorgtaken en diensten wij op de betreffende locatie kunnen bieden.



Wonen met een dorps karakter in Beth-San

Woonzorgcentrum Beth-San is gevestigd in Moerkapelle, een dorp met een mooi landelijk karakter. Vanuit het woonzorgcentrum bent u binnen een paar minuten in de polder en kunt u wandelen langs de Rotte. Beth-San is gevestigd in een prachtig gebouw met ruime verzorgingsappartementen en kleinschalige woongroepen voor psychogeriatrische bewoners.

In Beth-San bieden we een breed scala aan zorg-producten. Dit varieert van dagbesteding tot intensieve verpleeghuiszorg. In en vanuit het woonzorgcentrum bieden wij u de zorg en diensten die u nodig heeft om zo lang mogelijk zelfstandig te blijven wonen. Het hart van het zorgcentrum bestaat uit een sfeerol atrium, waarin onder andere een restaurant, winkel, bibliotheek, fitnessruimte en een grote ontmoetingsruimte zijn opgenomen.

Wij bieden u de zorg en diensten die u nodig heeft om zo lang mogelijk zelfstandig te blijven wonen

Beth-San neemt in het dorp een centrale plaats in. Inwoners van Moerkapelle kunnen Beth-San binnenlopen voor ontmoeting, gezelligheid, activiteiten of een maaltijd. Ook een portie gezond bewegen in de mooie fitnessruimte behoort tot de mogelijkheden. Betrokken en ervaren medewerkers bieden thuiszorg, palliatieve zorg en huishoudelijke hulp en wasverzorging.

Naast het woonzorgcentrum staat het wooncomplex Wilde Veenen. Dit complex bestaat uit drie woonblokken met in totaal 30 levensloopbestendige seniorenwoningen. De woonblokken staan in een hofje rondom een schitterende belevingsgerichte tuin. Als bewoner van dit wooncomplex kunt u van alle voorzieningen in het woonzorgcentrum gebruik maken.



Nieuwbouw Beth-San fase III

Om te kunnen voldoen aan de grote vraag naar levensloopgeschikte appartementen in de nabijheid van (zorg)voorzieningen, gaat Cedrah verder met het ontwikkelen van een appartementencomplex naast het woonzorgcentrum. Het bestemmingsplan en de omgevingsvergunning voor de nieuwbouw van 70 duurzame appartementen naast zorgcentrum Beth-San is definitief onherroepelijk.

Meer informatie?
Ga naar www.nieuwbouwbethsan.nl



Heeft u interesse in wonen met zorg?

Neem contact op met onze klantadviseurs via www.cedrah.nl/klantadviseurs.

Heeft u interesse in onze koop- of huurwoningen?

Neem contact op met afdeling wonen via wonen@cedrah.nl / 088 – 857 00 55. Of kijk op www.cedrah.nl/wonen/onzewoningen.

De ZorgBox

De ZorgBox is speciaal ontwikkeld om ondersteuning te bieden tijdens de terminale fase, een periode die vaak intensief en emotioneel zwaar is. Voor naasten kan deze fase gepaard gaan met gevoelens van machteloosheid, terwijl hun aanwezigheid juist van onschatbare waarde is.

De ZorgBox bevat praktische hulpmiddelen en inzichten die naasten helpen te ontdekken wat ze wél kunnen betekenen. Door samen eenvoudige, praktische activiteiten te ondernemen, ontstaat er vaak een waardevolle verbondenheid. Deze momenten van nabijheid bieden ruimte voor betekenisvolle gesprekken of een stille vorm van samenzijn.

Inhoud van de ZorgBox

- **Instructieboekje:** inspiratie en handvatten om waardevolle zorgmomenten te creëren.
- **Shampoo cap:** een innovatieve badmuts met lotion voor het wassen en masseren van het haar, zonder water of naspoeien.
- **Vochtige washandjes:** praktisch en zacht voor snelle, hygiënische verzorging zonder onnodige verplaatsingen.
- **Handschoenen:** hygiënische bescherming, ontworpen voor comfortabele en eenvoudige toepassing.
- **Massageolie:** voor ontspannende, kalmerende massages die rust en verbondenheid bevorderen.
- **Mondzorg:** essentieel om een pijnlijke, droge mond te voorkomen en comfort te bieden in de laatste levensfase.



Naam: _____

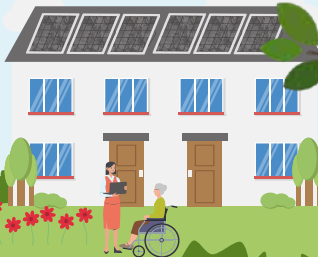
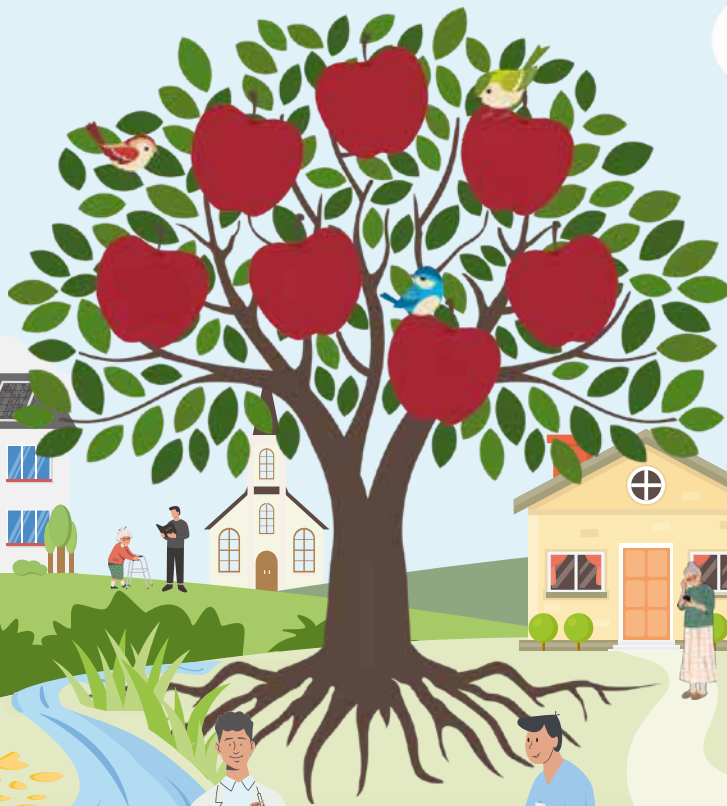
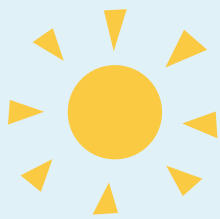
Woonplaats: _____

Adres: _____

Leeftijd: _____

Kleur de Kleurplaat in en maak kans op een mooie doos met Kleurpotloden. P. van Laar uit Boskoop is de gelukkigste winnaar van de Kleurplaat uit de vorige editie. Gefeliciteerd!
 Lever de kleurplaat voor D.V. 1 mei 2025 in op één van onze locaties of stuur deze op naar 1^e Barendrechtseweg 40, 2992 XC Barendrecht.

Thuis met Cedrah



Benieuwd hoe wij de komende jaren vorm willen geven aan wonen, zorg en diensten?



Scan de QR-code voor ons strategisch plan!

Strategie

2025 - 2028