

In de 'spotlight'



Deze keer richten we de 'spotlight' op Jan Kamp, zorg-vrijwilliger in het hospice. Door zijn verhaal krijgen we een beeld van het bijzondere werk dat de vele zorg-vrijwilligers in het hospice verrichten.

Ik ontmoet Jan voor dit gesprek op zijn vrije maandagavond. "Als het voor De Cirkel is, heb ik er altijd alles voor over". Dit is de eerste uitspraak die ik van hem hoor en zijn gezicht spreekt daarbij boekdelen!

Het is meteen duidelijk dat Jan zich erg betrokken voelt bij dit werk en zijn ervaringen graag wil delen.

Jan is ruim 4 ½ jaar als vrijwilliger bij De Cirkel en heeft een korte tijd gewerkt bij het vorige hospice aan de Oude Molenweg. "Het nieuwe hospice is een geweldige vooruitgang. In de eerste plaats voor de gasten, maar ook voor de vrijwilligers. De huiskamer werd onze eigen plek. We hoefden niet meer op het kantoor van de coördinator te zitten. En ik ervaar de nieuwe familiekamer ook weer als een belangrijke aanvulling. Het is fijn als mensen letterlijk en figuurlijk even de ruimte krijgen."

Wat was je motivatie om vrijwilliger te worden bij het hospice?

"Er was voor mij een heel directe aanleiding. Kort nadat ik gestopt was met werken ben ik zeer ernstig ziek geweest en ik heb het geluk gehad dat ik het heb overleefd. Geleidelijk ontstond bij mij de wens om mensen te helpen die niet dat geluk hebben. Toen ik een advertentie zag waarin vrijwilligers voor het hospice werden gevraagd, wist ik het meteen: ik wil iets betekenen voor mensen die helaas niet meer genezen. En door mijn eigen ervaring kan ik meer meevoelen, wat misschien een pré is." En daar komt nog iets bij. Jan heeft jaren gewerkt als technicus in een verpleeghuis.

"Als het voor De Cirkel is, heb ik er altijd alles voor over".

De wens om zelf als ziekenverzorgende te gaan werken is helaas niet uitgekomen. Door in het hospice te gaan werken, zou iets van die wens toch in vervulling kunnen gaan.

De gast centraal

Na een korte opleiding en inwerkperiode word je als vrijwilliger ingezet. Wat is voor jou de kern van het werk?

"Het belangrijkste voor mij is het de gasten zoveel mogelijk naar de zin te maken.

"ik wil iets betekenen voor mensen die helaas niet meek genezen. En door mijn eigen ervaring kan ik meek meevoelen, wat misschien een pré is."



"Het belangrijkste voor mij is het de gasten zoveel mogelijk naar de zin te maken."

Dat ze zich ondanks alles een beetje goed voelen. Ze mogen zo vaak een beroep op ons doen als ze willen. Ik wil er echt voor hen zijn. En je moet goed aanvoelen wat de gast wil. Soms wordt er weinig gesproken, maar een blik zegt vaak meer dan veel woorden. Een gezichtsuitdrukking kunnen lezen en dan passend handelen. Soms zijn er concrete wensen, speculaas van de warme bakker of een haring, en dat regelen we dan.

Natuurlijk zijn er veel verdrietige situaties, maar ik wil ook benadrukken dat het vaak leuk is met de gasten. Er wordt zeker gelachen. Humor is soms belangrijk, juist in het hospice. Daardoor 'vergeten' de mensen even waarom ze in het hospice zijn." In dit kader is het wel aardig te vermelden dat Jan in het verleden een clownsopleiding heeft gedaan. Juist hierdoor weet hij wanneer en welke humor op z'n plaats is.

Het contact met de familie is ook een essentieel onderdeel van het werk. Volgens Jan zijn er soms omstandigheden waarbij je meer met de familie communiceert dan met de gast. Ook hier geldt: aanvoelen hoe je de familie tot steun kunt zijn.

De praktische werkzaamheden?

“Net zoals thuis verrichten wij hier dagelijkse huishoudelijke werkzaamheden. Dat is het verzorgen van het ontbijt, koffie/thee, en het serveren van de warme maaltijden, die door een externe dienst worden gebracht. We zorgen ervoor dat alle ruimten er netjes uitzien, dat er altijd bloemen zijn. Al deze werkzaamheden voorzie ik van een ‘plusje’, het kleine gebaar, zodat er weer een gezellig momentje is voor de gast. Tussen de bedrijven door doen we de was. Er is een vaste vrijwilliger die de boodschappen doet. Professionals zijn verantwoordelijk voor de persoonlijke verzorging van de gasten, maar het komt voor dat wij daarbij assisteren. Verder kunnen zich allerlei situaties voordoen waarbij je flexibel op zaken moet inspelen.”

Jan geeft aan dat het bijzondere dagen zijn wanneer een gast overlijdt. Er komt dan een reeks van vaste activiteiten op gang die door coördinatoren, familie en professionals worden verricht. De vrijwil-

ligers zijn dan vooral facilitair ondersteunend. Daarnaast worden zij betrokken bij het indrukwekkende uitgeleide-ritueel.

Samen werken

Heb je veel contact met je collega-vrijwilligers?

“Je hebt natuurlijk veel contact met degene met wie je samen dienst hebt. En je zorgt voor een zorgvuldige overdracht aan de vrijwilligers die na jou komen.

“Ik zou ze het volgende willen zeggen: als je het fijn vindt om met mensen om te gaan, dan is het hospice daarvoor dé plek. Je ontmoet veel verschillende mensen en de contacten zijn heel divers. Daarnaast biedt het werk veel afwisseling.

Maar het kan gebeuren dat je bepaalde vrijwilligers lang niet treft door de wisselende diensten.

We hebben periodiek een bijeenkomst met alle vrijwilligers. Uitwisseling van ervaringen staat daarbij centraal. In dringende situaties kunnen we altijd terecht bij de coördinatoren. De samenwerking vind ik prima en het is leuk om collega's te hebben.”

Bijzondere ervaringen

Wat is je meest aangrijpende ervaring?

Jan heeft veel ervaringen die hem geraakt hebben, maar als hij er dan toch een moet kiezen ... “dan is het de gast die ontzettend veel pijn had door een enorme wond; en hij probeerde de pijn altijd volledig te verbijten. Dat kon ik niet aanzien.” Jan neemt het gelukkig niet ‘mee naar huis’. Dat is volgens hem ook een voorwaarde om dit werk te kunnen doen.

Wat is je mooiste, ontroerendste ervaring?

Het gezicht van Jan verandert in een grote glimlach en uit alles blijkt dat hij uit een rijke bron kan putten. “Toen ik een gast uit de rolstoel hielp om haar op bed te helpen, hebben we samen eerst een paar danspasjes gemaakt. Haar lach is voor mij onvergetelijk. Een andere gast gaf mij eens spontaan een knuffel. Dan weet je dat je echt iets hebt betekend voor die persoon. Dat geeft zoveel voldoening.”

Mannen als vrijwilliger

Jij bent een van de weinige mannen die zorg-vrijwilliger zijn. Hoe zou je meer mannen enthousiast kunnen maken voor dit werk?

“Ik zou ze het volgende willen zeggen: als je het fijn vindt om met mensen om te gaan, dan is het hospice daarvoor dé plek. Je ontmoet veel verschillende mensen en de contacten zijn heel divers. Daarnaast biedt het werk veel afwisseling.

ling. Er is geen dienst gelijk. Ook kun je specifieke kwaliteiten benutten, zo kan ik met mijn technische achtergrond veel klusjes doen. Naast de verdrietige momenten is er ook plaats voor gezelligheid en humor. Een vleugje ‘mannenhumor’, ‘mannengesprekken’ daar is zeker ruimte voor en kan van extra waarde zijn voor mannelijke gasten. Het is heel zinvol werk, ook voor mij als man. Contact opnemen voor meer informatie kan altijd.”

Tot slot

We hebben al veel besproken, maar is er nog iets wat je graag aan de lezer wil meegeven?

“Vaak denkt men dat het werken in het hospice zwaar is, geestelijk en lichamelijk. Maar voor mij voelt het niet zwaar. De voldoening die het geeft dat je voor de mensen in de laatste levensfase iets kunt betekenen, weegt ruimschoots op tegen alle inspanningen.”

Hoe lang denk je nog door te gaan?

Voordat ik de vraag helemaal heb uitgesproken zegt Jan: “Ik blijf” om er na een kleine pauze aan toe te voegen, “natuurlijk zolang mijn gezondheid het toelaat.”

Ik ben ervan overtuigd dat Jan, met zijn enthousiasme voor dit werk, nog veel gasten mooie momenten gaat bezorgen.

