

# Etcedrah

*Als de schemer valt*

September 2022 · Jaargang 9 · Nummer 2

## Wat doen we?

*Mevrouw De Blois kookt er op los*

## In het zonnetje

*Verpleegkundig specialist Anja Schinkel*

## De laatste levensfase

*In gesprek met palliatief verpleegkundigen Marianne en Woudineke*

# CREZÉE

GRAFISCHE OPLOSSINGEN

## BRENG EENS WAT KLEUR IN UW DRUKWERK!



CREZÉE GRAFISCHE OPLOSSINGEN  
VAN LEEUWENHOEKWEG 3 | 2964 LJ GROOT-AMMERS  
TEL. 0183-358282 | INFO@CREZEE.NL | WWW.CREZEE.NL

## BOUWEN OP KARAKTER

www.devriesverburg.nl



DE VRIES EN VERBURG

VOORWOORD Teunis Stoop



*'Binnen Cedrah zetten we sterk in op goede zorg in de laatste fase van het leven.'*

## Niemand leeft voor zichzelf, niemand sterft voor zichzelf

'In Ihm leben, weben und sind wir, solange Er will. In Ihm sterben wir zur rechten Zeit, wenn Er will.'

Zo begint het openingskoor van de cantate 'Gottes Zeit is die allerbeste Zeit' van Johann Sebastian Bach. Het is een belijdenis van een gelovige die weet dat zijn tijden in Gods hand zijn, zoals dat ook verwoord is in psalm 31:16. We zijn geroepen om te leven voor Gods aangezicht, zolang Hij ons het leven geeft. Ook hebben we de plicht om ons tijdig voor te bereiden op ons levenseinde. Net voor ik dit stukje ging schrijven, las ik in mijn dagboek Kolossenzen 3: 'Zoekt de dingen die boven zijn'.

### Palliatieve zorg

Binnen Cedrah zetten we sterk in op goede zorg in de laatste fase van het leven. We spreken dan over palliatieve zorg. Dit wordt gegeven als genezing niet meer mogelijk is. Iemand die ongeneeslijk ziek is, kan nog wel een tijd met de ziekte leven. Palliatieve zorg heeft als doel om de kwaliteit van leven van deze cliënten te behouden en te verbeteren voor zover dat mogelijk is. Hierin staan de lichamelijke, sociale, psychische en geestelijke behoeften van cliënten centraal. Ook het ondersteunen van naasten vormt hierbij een belangrijk onderdeel.

### Van dichtbij

Als ik zelf terugkijk op de laatste levensfase en het sterven van een familielid, dan denk ik aan drie belangrijke dingen. Allereerst aan de liefdevolle zorg die gegeven werd door professionele en betrokken zorgmedewerkers. Ten tweede aan het belang van een goede relatie binnen de familie. Wat mooi als iemand in vrede afscheid kan nemen. Ten slotte, en dit is van het grootste belang: dat we bereid zijn om te sterven, omdat we in ons leven vrede gevonden hebben in het bloed van het kruis (Kolossenzen 1:20).

T.A. (Teunis) Stoop, bestuurder van Cedrah

### COLOFON

Etcedah is een uitgave van Cedrah

#### Redactieadres

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

#### Redactie

Jo-Anne Krijgsmann, Marloes Hagendijk,  
Ada Kragten en UNIECK communicatie

#### Eindredactie

Teunis Stoop, Marloes Hagendijk

#### Gastredacteurs

Palliatief verpleegkundigen Woudineke  
Voorwinden en Marianne van Eijk

#### Oplage

Versijnt drie keer per jaar in een  
oplage van 17.500 stuks.

#### Vormgeving

Doordacht, Bodegraven

#### Druk

Crezée Meerkerk BV

#### Fotografie

Cees van der Wal, Adriaan Verhoeven,  
Hann Fotografie

#### Foto omslag

Mevrouw De Blois uit woonzorgcentrum  
Uitzicht in Vlaardingen

Bij TMC Wonen  
zit u altijd goed!

Persoonlijk • Vakmanschap • Inspiratie

**TMC**  
WONEN

TMC GOES & WOONWENZ - MARCONISTRAAT 13 & 15A - (0113) 22 41 02  
TMC BERGEN OP ZOOM - VAN KONIJNENBURGWEG 13 - (0164) 27 44 77  
TMC KRUIJNINGEN - ZANDWEG 1B - (0113) 38 26 26  
WWW.TMCWONEN.NL

# Verzekeren is zorgen voor elkaar



Ieder leven is waardevol. Ook als dat leven in de ogen van mensen niet zo perfect is. Wij willen mensen helpen om van betekenis te zijn, voor zichzelf en anderen. Dit doen we door geloof, zorg en hulp bij elkaar te brengen.

## We zetten ons in voor sterke relaties

We helpen partners hun relatie goed te houden. Met relatieavonden, een spelletje en vergoedingen voor relatiecursussen en relatietherapie.

En we helpen ouderen en hun kinderen om ervoor elkaar te zijn. En elkaar te begrijpen. Met gesprekskaartjes, een podcastserie en tips.

Ook als u nog geen klant bent, helpen we u graag.

### Meer informatie?

Kijk op [prolife.nl/zorgenvoorelkaar](http://prolife.nl/zorgenvoorelkaar)

**PROLIFE**  
De christelijke zorgverzekeraar

## Deze keer in Etcedrah



10

### DE LAATSTE LEVENSFASE

In gesprek met palliatief verpleegkundigen Marianne en Woudineke



18

### DRIE GENERATIES

(O)pa Luteijn met zijn dochter Jacobien en kleindochter Manon



24

### WAT DOEN WE

Van stamppotten tot couscous: mevrouw De Blois is van alle markten thuis

### 6 UIT LAND EN LOCATIES

Actualiteitenrubriek

### 8 ACTUEEL

Duurzaam rentmeesterschap

### 9 STICHTING VRIENDEN VAN CEDRAH

Word ook een vriend!

### 14 IN HET ZONNETJE

Verpleegkundig specialist Anja Schinkel

### 15 BOEKEN

Recensies

### 15 COLUMN

Esmé Wiegman-van Meppelen Scheppink

### 16 LEVENSVRAGEN

Als de schemer valt rond het sterfbed

### 17 OP STAP MET

Aandachtvelders palliatieve zorg

### 22 RONDOM DE TAFEL

Scholing aandachtvelders palliatieve zorg

### 26 HET RECEPT VAN

Broeder (Jan in de zak)

### 27 ZWEEDSE PUZZEL

Win een VVV-bon!

### 28 JUBILEUM

Beth-San en Nebo 50 jaar!

### 29 BEELD IN WOORDEN

Stille woorden

### 30 CEDRAHLOCATIES

Waar vindt u ons?

### 31 UITGELICHTE LOCATIE

Wonen in de Amandelhof

### 32 WONINGAANBOD

### 33 KLEURPLAAT

### 34 MEDITATIE

Vanwaar komt gij en waar zult gij heengaan?

### 35 GEZIEN

Creatieve hobby's

## Bewoners Oorden Staete en Rehoboth 100 jaar

In het voorjaar mochten maar liefst twee bewoners binnen Cedrah honderd kaarsjes uitblazen! We wensen mevrouw Eggebeen-Hoogerland (Rehoboth-Goes) en mevrouw Kik-Wesdorp (Oorden Staete) nogmaals Gods zegen in dit prachtige kroonjaar.



## Nieuwbouw Uitzicht

Het volledige bouwproject bij Uitzicht is afgerond! In het voorjaar heeft de oplevering van bouwphase 2 plaatsgevonden. In deze bouwphase zijn de verbindinggang tussen het zorggebouw en woongebouw en de brasserie gebouwd. In de zomermaanden is de nieuwe tuin bij Uitzicht aangelegd én is de brasserie gebruiksklaar gemaakt.



## Vaarkantie bewoners Cedrah

In juni gingen de trossen los in Zwijndrecht en voeren 48 bewoners, een domineesechtpaar én 46 medewerkers en vrijwilligers uit voor de vierde editie van de Cedrah vaarkantie. Met Hospitaalschip Prins Willem-Alexander deden de reizigers van 13 juni tot en met 17 juni verschillende plaatsen in Nederland aan. De bewoners genoten van de mooie dagen die met veel enthousiasme waren voorbereid.



## Bruidsmodeshow in Nebo

Bewoners van Kleinschalig Wonen in Nebo werden getraceerd op een heuse bruidsmodeshow! De huiskamers werden versierd en de trouwjurken van zolder gehaald. Uiteraard niet zonder een heerlijke 'bruidstaart' soldaat gemaakt te hebben. Smullen!



## Open huis met markt in Eben-Haëzer

Eind juni werd een open huis met markt gehouden in Eben-Haëzer. De opbrengst was bestemd voor een nieuwe duofiets en voor Woord & Daad. Iedereen droeg zijn of haar steentje bij. Zo hielpen bewoners van een woongroep mee om plantjes te stekken voor de verkoop en was de bemensing van de kramen razendsnel ingevuld dankzij vrijwilligers.

## Moestuin in Hebron

Dag in dag uit gaat meneer Van der Male aan de slag in de moestuin van Hebron. Vroeger ploegde hij met een paard, nu moet hij het doen met een schepel. Inmiddels heeft hij de 'aërpels, peeën en juun' geplant en houdt hij het goed bij om straks te kunnen genieten van de oogst. Een mooi voorbeeld van belevingsgerichte zorg!



## Vrijwilligers genoten van buffet in Beth-San

Voor meer dan honderd vrijwilligers waren de rollen tijdens een vrijwilligersbuffet in juni omgedraaid. In plaats van klaar te staan voor een ander, werden ze zelf in de watten gelegd. Dit werd enorm gewaardeerd.

'We willen hiermee laten blijken hoezeer we de inzet van de vrijwilligers waarderen,' geeft Corine Honkoop-Zijl, coördinator informele zorg, aan, 'ze hebben deze erkenning dubbel en dwars verdiend.'

## Cedrah en duurzaam rentmeesterschap

Minder printen, digitaal vergaderen, op je fiets naar het werk, afval scheiden: doe jij het al? Deze kleine veranderingen kunnen bijdragen aan het tegengaan van de klimaatverandering en aantasting van de schepping. Ook Cedrah focust zich op duurzaam rentmeesterschap, zoals beschreven in het strategisch plan 2021 – 2024 'Samen leven en zorgen'. We vragen Cedrahbestuurder Teunis Stoop zijn visie hierop.

Of duurzaamheid puur iets voor linkse geitenwollensokken types is? Bestuurder Teunis Stoop vindt van niet. 'Binnen onze gezindte was duurzaamheid lange tijd een blinde vlek. De gedachte dat God Schepper is en zelf instaat voor zijn schepping overheerste. Wie zijn wij, vond men, om dat te sturen? Uiteindelijk leven we toch toe naar een herschepping? Deze gedachte schuurt echter met de Bijbelse opdracht om de schepping te bouwen én te bewaren. Wij dragen zelf ook verantwoordelijkheid voor de schepping.'

### Begin bij jezelf

Stoop juicht de verschuiving omtrent de visie op duurzaam rentmeesterschap die in onze achterban plaatsvindt toe. Wel mogen we dat volgens Teunis nog meer laten blijken in ons handelen. 'We hadden – generaliserend gezegd - de neiging om de concretisering van duurzaamheid over de linkse schutting te gooien. Onze opdracht is echter heel praktisch: hoe kan ik een goed rentmeester zijn over dat wat ik van God heb ontvangen? Begin klein, bij jezelf. Plastic scheiden, de fiets pakken in plaats van de auto... dat maakt je bewust.'

### En bij Cedrah?

Wanneer we 'inzoomen' op Cedrah, zien we dat duurzaam rentmeesterschap een nieuwe richting heeft gekregen. Eerst lag de focus op 'bouwen', minder op 'bewaren'. Duurzaamheid was vooral gekoppeld aan vastgoed, wat tot uiting kwam in de bouw van nieuwe, toekomstbestendige locaties, voorzien van zonnepanelen en warmtepompen. Volledig klimaatneutraal bouwen bleek niet haalbaar te zijn: de inspanning zou te hoog zijn in relatie tot de financiële mogelijkheden. Het werd BENG: Bijna Energie Neutraal Bouwen. Nu trekken we duurzaam rentmeesterschap binnen Cedrah breder: het gaat om 'bouwen én bewaren' en dit heeft betrekking op alle processen binnen de organisatie, dus ook binnen zorg en diensten. Teunis legt uit: 'We werken aan bewustwording om duurzaam te denken en te doen. Het helpt hierbij om heel



*'Plastic scheiden, de fiets pakken in plaats van de auto... dat maakt je bewust.'*

concreet te bedenken wat en hoeveel we gebruiken, bijvoorbeeld de hoeveelheid en het soort verpakking van medicijnen en maaltijden. Door middel van innovatie en vernieuwing kunnen we invulling geven aan onze opdracht om als een goed rentmeester om te gaan met processen en producten. Neem ons maaltijdconcept. Wat is het fijn voor de bewoners dat maaltijden vers gekookt worden in de productiekukens en op locatie smaakvol geregenereerd worden. De uitdaging is om het circulair te maken. Het proces van bereiding en uitgifte van maaltijden levert nu een stroom aan plastic afval op. Het zou mooi zijn als we deze stroom kunnen terugdringen of dingen herbruikbaar kunnen maken.'

### Uitdaging

'De grootste uitdaging is om bewustwording te creëren over ons handelen. Hoe bereik je dat iedereen verantwoordelijkheid krijgt én neemt om te werken als duurzame professional, als een goede rentmeester? Als management en staf moeten we hierin voorkomen dat we dingen uitvinden en opleggen aan collega's op de werkvloer, waar zij veel beter in staat zijn om zelf oplossingen te bedenken en in te voeren. Dat moet je niet blokkeren maar stimuleren,' sluit Stoop af.



## Vrienden van Cedrah

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.

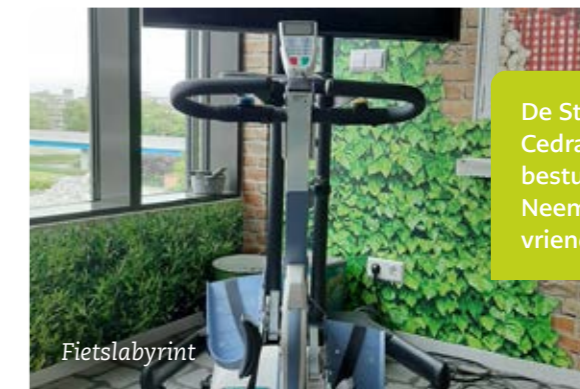
Naast onze financiële bijdrage voor de pastorale zorg binnen Cedrah hebben wij bijgedragen in de kosten van het warm geschreven boekje 'De levenslast verlicht' van pastoraal werker van Cedrah H.M. Lobbezoo. De heer Lobbezoo weet door zijn jarenlange ervaring als pastoraal medewerker binnen Cedrah en ook als ambtsdrager wat de oudere en zorgbehoevende mens bezighoudt, en wat de belangrijkste Troostbron is. Het boekje bevelen we van harte aan.

### En verder?

Voor Nebo zullen we weer een bijdrage leveren aan een fietslabyrint om onze cliënten de broodnodige beweging te bieden, met routekaarten van de eigen,

vertrouwde omgeving. Ook hopen we de verbouwing en inrichting van het nieuwe restaurant van Nebo mee te bekostigen. Voor de prachtige nieuwbouw van locatie Amandelhof hebben we een Qwiek.up en fietslabyrint meegefinancierd. De Qwiek.up is een zorgondersteunend product, speciaal gemaakt voor de toepassing van belevingsgerichte zorg. Tot slot heeft de stichting voor locatie Uitzicht bewegingsmaterialen, zoals een fietslabyrint en een Thera-Trainer, gefinancierd. Laatstgenoemde is een professionele bewegingstrainer voor het dagelijks gebruik in de neurologische en geriatrische revalidatie.

**Word ook Vriend van Cedrah!**  
Om steunaanvragen vanuit Cedrah ook in de toekomst te kunnen honoreren, is financiële hulp nodig. Daarom nodigen wij u hierbij van harte uit om donateur te worden. Dit kan door van onderstaande machtiging gebruik te maken. 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!



De Stichting Vrienden van Cedrah is op zoek naar nieuwe bestuursleden! Interesse? Neem contact met ons op via [vriendenvan@cedrah.nl](mailto:vriendenvan@cedrah.nl).



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



Woudineke Voorwinden  
'In de laatste fase is het moeilijk om nog zelf beslissingen te nemen.'

## De laatste levensfase

### Dilemma's en misvattingen rondom palliatieve zorg

Samen met de palliatief verpleegkundigen van Cedrah, Woudineke Voorwinden en Marianne van Eijk, praten we over palliatieve zorg. Twee vrouwen, die – naar eigen zeggen – veel van elkaar verschillen, maar daardoor ook ontzettend veel van elkaar leren. Toch kan niemand ontgaan dat zij ook twee dingen gemeen hebben als het gaat om palliatieve zorg: passie voor het vak en enthousiasme voor hun prachtige werk. Ze nemen ons onder andere mee in dilemma's en misvattingen rondom dit onderwerp. Als eerste gaan Woudineke en Marianne in gesprek over de vraag wat je voor een cliënt mag beslissen. Hoever kun je hierin gaan?

**Woudineke:** 'Eigenlijk mag je zelf niets voor de cliënt beslissen, maar moet alles in overleg met de cliënt. Hij of zij heeft het recht om zelf keuzes te maken. Dat is wettelijk geregeld.'

**Marianne:** 'Maar als de cliënt zelf geen eigen keuzes meer kan maken?'

**Woudineke:** 'Dan moeten naasten dat doen.'

**Marianne:** 'En als de naaste er anders over denkt dan de cliënt en jij weet dat?'

**Woudineke:** 'Dit laat zien dat het erg belangrijk is dat de cliënt al in een vroeg stadium beslissingen neemt. Dat kan wel confronterend zijn.'

**Marianne:** 'Maar in de praktijk kan dat zo weerbarstig zijn. Soms is het gewoon niet op tijd vastgelegd of nemen naasten een beslissing die afwijkt van wat de cliënt had gewild. Als verpleegkundige ken je de cliënt natuurlijk zelf ook goed. Daar worstel ik wel mee hoor. Ligt de beslissing dan bij die naaste nog steeds? Moet je daar dan nog het gesprek over aangaan?'

**Woudineke:** 'Lastig! Met wie moet je daar het gesprek over aangaan? Het ligt er misschien ook wel aan waar de keuze over gaat. Is de keuze medisch of meer op het gebied van zingeving?'

**Marianne:** 'Dus je maakt daar onderscheid in?'

**Woudineke:** 'Ja, verschillende vraagstukken vereisen verschillende deskundigen denk ik.'

**Marianne:** 'Klopt, daarom is Advance Care Planning op medisch gebied bijvoorbeeld heel erg belangrijk.'

Woudineke (Zeeuwse locaties) en Marianne (Zuid-Hollandse locaties) voeren met elkaar een socratisch gesprek. Bij deze manier van gespreksvoering is het uitgangspunt om te onderzoeken wat de ander denkt en waarom. Deze manier van gespreksvoering zorgt ervoor dat gesprekspartners goed naar elkaar luisteren, meer van elkaar leren en het gesprek verdiepen. Een aanrader!

**Woudineke:** 'En dan gaat het niet alleen over medische gegevens, maar ook over bijvoorbeeld het gebruik van morfine en palliatieve sedatie. In de laatste fase is het moeilijk om nog beslissingen te nemen. Vaak overheerst dan de emotie.'

**Marianne:** 'Uiteindelijk komt het erop neer dat de regie het meest bij de cliënt blijft als die zijn of haar wensen op tijd laat vastleggen.'



**Advance Care Planning** is een proces waarbij de cliënt (en/of zijn naaste) met zijn of haar behandelend arts zijn wensen, doelen en voorkeuren voor zorg in de palliatieve fase bespreekt en vastlegt, vooruitlopend op het moment dat de cliënt zelf niet meer in staat is om beslissingen te nemen.

**Palliatieve zorg** is zorg die gegeven wordt aan cliënten wanneer er geen genezing van een ziekte meer mogelijk is. Het doel is om de cliënt een zo hoog mogelijke kwaliteit van leven te geven.

**Palliatieve sedatie** is het weloverwogen verlagen van het bewustzijn in de laatste levensfase. Doel is het lijden te verlichten. Palliatieve sedatie die zorgvuldig en op de gebruikelijke medische wijze wordt toegepast, bekort het leven niet. De cliënt komt te overlijden aan de onderliggende ziekte. Hierin onderscheidt palliatieve sedatie zich van euthanasie.

## Het tweede onderwerp waarover Woudineke en Marianne spreken is palliatieve sedatie. Over dit onderwerp heerst de misvatting dat het een vorm van 'passieve euthanasie' zou zijn. De collega's gaan in gesprek over palliatieve sedatie, waarom is dat juist niet zo?

**Woudineke:** 'Komt palliatieve sedatie op jouw locatie veel voor? Heb je daar vaak mee te maken gehad?'

**Marianne:** 'Zeker. Wat mij opvalt, is dat veel mensen niet weten dat hier strenge eisen aan ten grondslag liggen in de vorm van protocollen. Mensen denken soms dat we het heel makkelijk toepassen. Merk jij dat ook?'

**Woudineke:** 'Ik zie veel onwetendheid. Sommigen denken zelfs dat het passieve euthanasie is. Ik kom weleens mensen tegen die het toedienen van morfine en Midazolam zien als euthanasie.'

**Marianne:** 'Herkenbaar. Vooral mantelzorgers kunnen dit nog weleens denken. Terwijl er juist zo'n enorm verschil is tussen palliatieve sedatie en euthanasie!'

**Woudineke:** 'Wat is volgens jou dat verschil?'

**Marianne:** 'Het heeft allebei een verschillend doel. Bij palliatieve sedatie wordt het lijden verlicht door middel van verlaging van het bewustzijn, bij euthanasie wordt het lijden opgeheven door levensbeëindiging.'

**Woudineke:** 'Palliatieve sedatie heeft dus geen levensverkortend effect, terwijl euthanasie dat nadrukkelijk wel heeft. Voorwaarde om palliatieve sedatie in te zetten, is dat er een refractair probleem is. Dit betreft een symptoom dat niet meer te behandelen is. Wat zijn volgens jou nog meer belangrijke richtlijnen om palliatieve sedatie toe te passen?'

**Marianne:** 'Dat palliatieve sedatie alleen toegepast mag worden als duidelijk is dat het overlijden op korte termijn verwacht wordt (dagen tot maximaal twee weken). Samen dus met de voorwaarde dat er een refractair symptoom is. Dit zijn twee voorwaarden die je ook goed kunt uitleggen aan familie. Herken je dat?'

**Woudineke:** 'Ik benadruk altijd richting de familie dat wij als zorgverleners als het ware ambassadeurs zijn van de cliënt. En mijn ervaring is dat een arts dit altijd wel goed kan overbrengen aan familie. Zorgmedewerkers en de arts moeten hierover ook constant in gesprek

gaan én er moet goed worden gecommuniceerd met de familie. Dat de verwachting is dat de cliënt niet meer wakker wordt en dat er afscheid genomen kan worden.'

**Marianne:** 'Hoe ga je dan om met mensen die niet op tijd kunnen komen?'

**Woudineke:** 'Dat is een moeilijk dilemma zeg...'

**Marianne:** 'Denk je dat je mensen in slaap kunt brengen en dan later voor een afscheidsmoment weer wakker kunt maken als de cliënt dat ook wil? Je hebt immers ook nachtsedatie.'

**Woudineke:** 'Dat zou in overleg met de arts wel moeten kunnen, maar ik heb hier wel een kanttekening bij. Als je weet dat je naaste slecht ligt, is het belangrijk dat je telkens afscheid neemt en beseft dat deze ontmoeting mogelijk de laatste is.'

**Marianne:** 'Wat mooi dat je dat zegt. Het hoeft dan niet uitgesproken te zijn. Het kan ook in gedachte. Wees ervan bewust dat elke dag de laatste kan zijn.'

### Wat is palliatieve zorg?

Palliatieve zorg is allereerst het verlichten van lijden en het bestrijden van lichamelijke ongemakken. Denk aan pijn, benauwdheid of verstopte darmen. Door de pijn te verzachten, kan er ruimte komen in iemands gedachten om zich te richten op andere zaken, zoals het afscheid nemen van de familie en het voorbereiden op het sterven. Want wanneer het lichaam verkramppt van pijn of benauwdheid, zal dit de menselijke geest volledig beheersen en is er geen gelegenheid tot mentale voorbereiding. Het verzachten van lijden kan dan rust geven. Het nadeel van pijnstillende medicatie is – helaas zie ik dat regelmatig – toenemende sufheid.

In de tweede plaats proberen we de wensen van de ernstig zieke bewoner te honoreren. Dat kan op het gebied van eten (een zogenaamd wensdieet), maar ook bij behandelkeuzen. Vindt de zieke de bijwerkingen van de voorgestelde behandeling acceptabel of heeft hij andere wensen? Een keer vroeg een terminale oudere om een korte onderbreking van de pijnmedicatie, om tijdens het daaropvolgende heldere moment afscheid te kunnen nemen van zijn kinderen. Gelukkig lukte het om die wens te honoreren.

In de derde plaats kleurt het naderende levenseinde de zorg rond deze bewoners. Zijn er nog oneffenheden in de familie? Meestal is de verblijfsduur op de palliatieve unit te kort om zulke 'openstaande rekeningen' in te lossen. Als vanzelf is ook de pastorale zorg in deze fase van groot belang. Het moment van verantwoording komt steeds dichterbij.

Hoewel ik niets aan deze noties af doe, heeft mijn ervaring in het verpleeghuis laten zien dat de oproep van de Prediker uiterst actueel is (Prediker 12:1). Niet zelden is de laatste levensfase zwaar en worden de dagen slapend doorgebracht. De slopende ziekte en de moeiten van de ouderdom beheersen het gehele denken. Daarom zegt de Prediker: 'En gedenk aan uw Schepper in de dagen uwer jongelingschap, eer dat de kwade dagen komen, en de jaren naderen, van dewelke gij zeggen zult: Ik heb geen lust in dezelve' (Prediker 12:1). Wat is het dan mooi om te rusten op woorden van de Psalmddichter, zoals een hoogbejaarde die op zijn rouwkaart liet schrijven: 'Gij hebt mij van mijn kindse dagen, geleid en onderricht' (Psalm 71:11 berijmd).

Dr. Alfred Teeuw, Specialist ouderengeneeskunde, theoloog en lid van de Pro Life Adviesraad



**Anja Schinkel**  
**'De wens van de bewoner staat altijd voorop.'**

Na twee jaar met de neus in de boeken gezeten te hebben tijdens een duale masterstudie, mag de 38-jarige Anja Schinkel zich nu Verpleegkundig Specialist noemen. Deze boeiende en uitdagende functie oefent ze nu al ruim een jaar uit in Beth-San. Hier is ze op een aantal afdelingen verantwoordelijk voor de medische zorg. Anja's werkzaamheden bevinden zich op het snijvlak van geneeskunde en verpleegkunde.

Anja licht toe: 'De meeste bewoners noemen mij 'dokter'. Dat ben ik natuurlijk niet, maar mijn taken komen wel grotendeels overeen met die van een

specialist ouderengeneeskunde, met wie ik bovendien nauw samenwerk.'

Het leukste aan haar werk vindt Anja de gesprekken met bewoners. 'Daarin hoor ik veel over wat zij hebben meegemaakt en wat ze nog wel of juist niet meer willen qua behandeling. Het is zo belangrijk om daarop aan te sluiten, daar kom ik telkens weer achter. De meeste van onze bewoners bevinden zich in de palliatieve fase. Daarom staan goede, liefdevolle zorg en een prettige woonomgeving op de voorgrond en pas daarna de eventuele behandeling. De wens van de bewoner staat altijd voorop,' besluit Anja.



## Een praktisch instrument

Dit boek is een gids met concrete tips voor wie rouwt of een dierbare wil bijstaan in zijn of haar verdriet. De belangrijkste boodschap van dit boek over hoe je mensen kunt helpen in verdriet is: eerst en vooral luisteren. Het boek gaat niet alleen in op verlies door overlijden, maar ook op verlies van gezondheid, werk en toekomstperspectief.

*Helpen bij verlies en verdriet* – Manu Keirse, uitgeverij Lannoo, EAN 9789401442879, € 22,99



## Christelijke hoop in het sterven

Maarten Luther heeft veel geschreven. Over het leven, maar ook over de dood en de verhouding van de kerk en samenleving daartegenover. In dit boekje zijn de teksten die Luther hierover schreef gebundeld en voorzien van een afsluitend essay door Arthur Alderliesten. In dit essay betoogt de auteur dat Luther een (reformatorisch) antwoord vormt op actuele ethische vraagstukken rondom 'voltooid leven'. Hierin voert de christelijke hoop de boventoon.

*Stervenskunst bij Luther* – Arthur Alderliesten, uitgeverij De Banier, EAN 9789087185930, € 11,95



## Palliatieve zorg rond het levenseinde

Dit boek van ds. J. Belder en dr. A.A. Teeuw gaat in op actuele vraagstukken rondom het levenseinde. De toegenomen medische kennis en het afnemend besef van God als Schepper zorgen voor moeilijke vragen. Dit boek wil daarom graag van antwoorden voorzien. Hierin gebruiken de schrijvers de Bijbel als richtinggevend boek. Er is in dit boek ruime aandacht voor palliatieve zorg.

*Mijn leven voltooid?* – Ds. J. Belder en dr. A.A. Teeuw, uitgeverij Groen, EAN 9789088971945, € 13,99

## Wat ik later nog eens worden wil...

In de zomermaanden voer ik met mijn collega's altijd evaluatiegesprekken. Wat drijft jou nou echt in je werk? Wat zou je ooit nog eens willen? 'Stervensbegeleider worden,' vertelt een collega aan mij. 'Goed te kunnen sterven is zo belangrijk.' Ze vertelde ook over haar ervaring op een verpleegafdeling waar mensen vanuit de maatschappelijke opvang en beschermd wonen terecht kunnen. Er lag een stervende man op de afdeling. Een vrijwilliger zat naast het bed en las de Bijbel of hield een hand vast. Het was een man die niemand meer had. Er was alleen nog die vrijwilliger die bij het bed zat en er gewoon was.

Palliatieve zorg in de maatschappelijke opvang ziet er anders uit dan in een gemiddeld verpleeghuis. Mensen die dak- of thuisloos zijn, lijden vaker aan meerdere aandoeningen tegelijk en overlijden gemiddeld tien tot twintig jaar eerder vergeleken met een niet dakloos persoon. Ook is het bij deze doelgroep vaak lastig tijdig een palliatieve zorgbehoefte te herkennen. In Amsterdam is sinds enkele jaren een samenwerking tussen Hospice Kuria en een 24-uurszorglocatie van HVO Querido, wat de palliatieve zorg aan dak- en thuislozen verbetert. Er vindt wederzijds advies plaats. Zo adviseert het hospice over zorggerelateerde vragen omtrent palliatieve zorg, zoals medicatie en pijnbestrijding, en de opvang over ingewikkeld gedrag en de persoonlijke achtergrond van de cliënt.

Met nog één jaar deeltijdstudie hbo-theologie voor de boeg betrap ik mezelf ook op toekomstdromen. Mijn huidige werkplek is een 'droomplek' waar ik graag nog een poos blijf. Maar wat ga ik doen als mijn studiedag na mijn studie vrij komt te vallen? Misschien hetzelfde als waar mijn collega van droomt: naast het bed van iemand zitten die niemand meer heeft. Waar ik een hand kan vasthouden of uit de Bijbel kan lezen.

**Esmé Wiegman-van Meppelen Scheppink**  
is directeur Valente en deeltijd-student hbo-theologie op Viaa Hogeschool.





## Wat als de schemer valt rond het sterfbed?

Schemer kondigt het einde van de dag aan. Het markeert de overgang van de dag naar de nacht. Schemer is het wegebben van het licht; het donker komt als een vloedgolf opzetten.

Wij leven tussen wieg en graf. Deze tijd wordt in de Bijbel 'de dag der zaligheid' genoemd. We hebben niet alleen het levenslicht. We hebben ook het licht van Gods Woord. Nodig is dat dit tijdig in ons hart gaat schijnen. Daarvoor moet Gods Geest ons hart openen, anders blijft het aardedonker.

Als ziekte doorzet en het lichaam niet meer goed reageert op voedings- en geneesmiddelen, spreken we van de terminale fase. Na de levensdag en de levensavond nadert nu het sterven. De gedachten gaan terug naar het voorgaande leven. Bijna onuitgesproken vragen klinken door in de gesprekken.

'Ik heb m'n leven voorbij laten gaan,' zei een bewoner. 'Het is niet geweest wat het moest zijn. Ik kan dingen niet meer ongedaan maken.' Was het gewetensnood? Of was dit dieper beleefde nood, gééstelijke nood?

'Toen ik jong was, heb ik voor mijn vader en moeder gezorgd. Dat deed je gewoon. Dat hoorde erbij. En nu zit ik hier...' Was dit een terechte klacht? Of was dit zelfbeklag?

In de ziekenkamer, in het sterfvertrek, valt de schemering. Vaak ook letterlijk: de gordijnen gaan wat dicht of de zonwering omlaag. Het kan op allerlei wijzen gaan schemeren. Schemer van vertwijfeling. Schemer van ongenoegen. Schemer van opstand. Schemer van onzekerheid. Schemer van toenemende ongemakken. Schemer van Godsverlating.

Als Jakob zijn laatste dagen op zijn sterfbed doorbrenkt, licht de schemer op: *Op Uw zaligheid wacht ik, Heere*. Zo ook bij David, wiens leven beslist niet was wat het zijn moest: *Nochtans heeft Hij mij een eeuwig verbond gesteld*. Maar de godvrezende koning Asa haalt bij alle schemer grote duisternis over zich, als hij zijn heil zoekt bij dokters en niet bij de Heere. En bij koning Aházia verandert de schemer in zwarte duisternis, hij wendt zich willens en wetens van God af.

Christus kwam van de schemering van Zijn lijden in de drie-urige duisternis. Hij werd van God verlaten, opdat het voor Zijn volk eeuwig zou gaan lichten. Als dát werk waarde en betekenis krijgt, kondigt de schemer het begin van de dag aan.

*O grote Christus, eeuwig licht!  
Niets is bedekt voor Uw gezicht;  
Die ons bestraalt, waar wij ook gaan,  
Al schijnt geen zon, al licht geen maan.*



H.M. (Henk) Lobbezoo is pastoraal werker bij Cedrah.

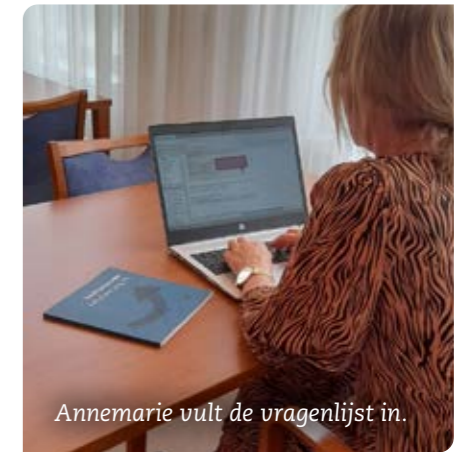
Heeft u ook een pastorale vraag? Mail deze dan naar [h.m.lobbezoo@cedrah.nl](mailto:h.m.lobbezoo@cedrah.nl).

## Op stap met aandachtsvelders palliatieve zorg Annemarie en Mariëlle

Annemarie Verheij en Mariëlle van der Giessen zijn aandachtsvelders palliatieve zorg in woonzorgcentrum Nebo in Zwijndrecht. Zij zijn aanspreekpunt voor hun collega's voor vragen op het gebied van palliatieve en terminale zorg. Cedrah streeft naar de beste zorgkwaliteit voor cliënten in de palliatieve fase en hun naasten. Annemarie en Mariëlle hebben samen met de palliatief verpleegkundige de zelfevaluatie palliatieve zorg afgenomen in Nebo. Zo krijgen ze inzicht waar Nebo staat ten opzichte van de kwaliteit van de aangeboden palliatieve zorg en kunnen ze hieruit concluderen waar verbetering mogelijk is.



Mariëlle in actie achter de computer tijdens het gesprek.



Annemarie vult de vragenlijst in.



Hoe staat het met de proactieve zorgplanning op locatie?



In gesprek over de laatste tien overleden bewoners op locatie.



Warme liefdevolle aandacht voor de bewoner in de palliatieve fase.



Wat zegt het kwaliteitskader en hoe is de praktijk op de locatie?



Annemarie in gesprek met collega's over terminale zorg.

## De hechte familie Luteijn

Stoeien of ravotten kan Manon (9) niet met haar opa Luteijn (66). In plaats daarvan duwt ze opa in de rolstoel van woonzorgcentrum Rehoboth naar het centrum van Goes om daar samen met haar moeder Jacobien (43) een ijsje te halen. En daar genieten de drie generaties misschien nog wel meer van. 'Door de ziekte van pa zijn we als familie nog hechter geworden,' vertelt Jacobien Looijen-Luteijn.

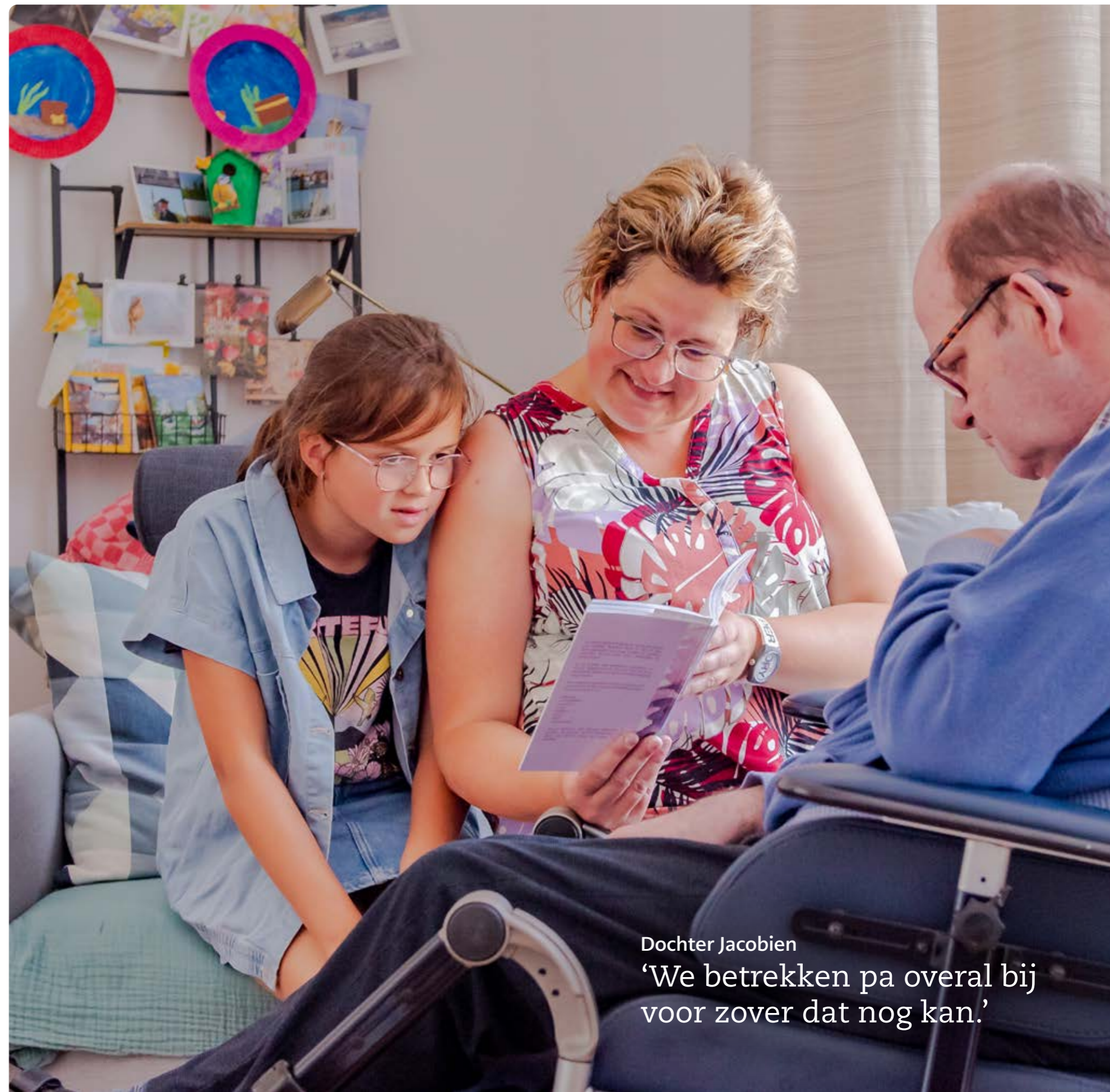
Bart-Jan Luteijn – geen meneer, want 'pa houdt niet van dat ge-meneer, toch pa?' – is 64 jaar als bij hem de zeldzame hersenziekte progressieve supranucleair parese (PSP) wordt geconstateerd. Een heftig bericht, zowel voor hem als voor zijn vrouw en kinderen. Door zijn ziekte verlammen steeds meer delen van zijn lichaam. En dat proces gaat niet langzaam, vertelt Jacobien. 'We zien hem steeds verder achteruitgaan.'

### In de auto

Toch zit de familie Luteijn niet bij de pakken neer. 'We zijn positief ingesteld. We hebben vanaf het begin gezegd dat we zoveel mogelijk met elkaar willen blijven doen. We betrekken pa overal bij voor zover dat nog kan.' Zo gaf Luteijn aan het begin van zijn ziekte al aan dat hij graag wil blijven oefenen om zelfstandig in en uit de auto te kunnen. Want voor zijn werk reed hij graag. En dat doet hij nu nog steeds. Elke zondag haalt één van zijn dochters hem na kerktijd op. De overstap van rolstoel naar auto lukt nog net.

### Traditie

En als opa dan thuiskomt bij oma is het elke zondag feest, weet Manon. 'Dan zijn we met de hele familie bij elkaar. Daar is mijn nichtje Babeth ook,' vertelt ze. Ze lacht. 'Hé mam, dan zie ik Babeth echt vaak. Op zondag, op school en ook nog bij de scouting.' Jacobien knikt glimlachend. 'We zijn als familie erg close. Ik heb één zus. Zij is getrouwd en heeft twee kinderen. Mijn man en ik hebben er drie. We doen heel veel samen. Dat was eigenlijk voor pa's ziekte al, dat we op zondag bij elkaar waren. En nu zetten we die traditie voort, toch pa?' Luteijns ogen lichten plotseling op. 'Ja,' reageert hij met een grote glimlach.



Dochter Jacobien  
'We betrekken pa overal bij  
voor zover dat nog kan.'



### Konijnen

Hoewel Luteijn nog maar moeilijk praat, ziet en hoort, volgt hij nog veel. 'Weet je\* nog van de konijntjes en oma,' zegt Manon. Luteijn schiet in de lach. Zijn ogen glimmen. Ja, ja schudt hij. Ook Jacobien schiet in de lach. Waar het verhaal precies over gaat is niet duidelijk, maar humor hebben de drie met elkaar wel. 'In elk geval was oma niet zo blij met de konijntjes,' houdt Jacobien het op de vlakte. 'Nou,' vertelt Manon, 'oma had gewoon een konijnenhol in de tuin met jonge konijntjes. Alleen vond ze dat niks, dus had ze er water in gedaan. Ze hoopte dat de konijntjes ergens anders een hol zouden maken.' De drie generaties hebben er nog steeds lol om. Die oma toch.

### Zalfje

Ook met oma heeft Manon een hele goede band. 'Als ik bij oma ben, ga ik vaak met haar bakken of ik help haar met poetsen.' En op haar beurt zorgt oma weer voor opa. 'Ze komt elke dag, soms wel twee keer naar Rehoboth,' vertelt Jacobien. 'Ze helpt pa met eten en is er bij als hij naar bed gaat. Zelf zorgen mijn zus en ik ook veel voor pa, omdat we allebei in de ouderenzorg werken. Dat scheelt veel. Je hoeft niet alleen maar bij hem te zitten als je op bezoek komt.'

'Als we opa van boven wassen, help ik ook mee,' vertelt Manon. 'Of we smeren een zalfje op zijn handen. Dat vindt hij lekker.'

*'Vroeger als we gingen kamperen, speelden opa en ik altijd memory.'*

**Kleindochter Manon**

### Tegelen

Knuffelen doen moeder en dochter ook maar al te graag met opa. Liefdevol ligt Jacobiens hand tijdens het gesprek op de schouder van haar vader. Af en toe dept ze zijn mond met een zakdoek. Of ze op hem lijkt? Haar dochter vindt van wel. 'Qua uiterlijk lijk je meer op oma, maar opa en jij doen weer dezelfde dingen.' Daar kan Jacobien zich wel in vinden. 'Allebei zijn we praktisch hè pa. Je hebt mij leren tegelen, weet je dat nog?' Luteijn knikt. 'Door zijn ziekte ging niet alles even soepel meer, maar we hebben samen nog de hele bijkeuken bij mij kunnen tegelen,' vertelt Jacobien. Ze lacht naar haar vader. 'En af en toe ging er weleens een tegel stuk.'

Luteijn glimlacht bij de herinnering. In zijn ogen is herkenning te zien. Maar het gesprek vermoeid hem ook zichtbaar.

### Geleerd

'Pa gaat niet vooruit. Dat zien we elke keer weer als we hem bezoeken en dat is niet makkelijk. Vooral niet als je aan de toekomst denkt,' merkt Jacobien op. 'Maar we proberen positief te blijven en te kijken naar wat we nog wel met hem kunnen. En we hebben 't zelf niet voor het zeggen hè.' Ze is even stil en kijkt haar vader aan. De emoties op Luteijns gezicht zijn zichtbaar. 'In tussentijd geleerd,' brengt hij dan uit. 'Ja,' merkt Jacobien op. 'Dat hebben we in de tussentijd geleerd. Maar je mag er ook kracht voor krijgen hè pa.' Gelukkig staat Luteijn er niet alleen voor. Jacobien: 'Er wordt hier goed voor hem gezorgd. En lekker eten dat ze hier hebben... Pas stond er rijst met krenten op het menu. Dat rook toch zo heerlijk.'



*'Er wordt hier goed voor hem gezorgd.'*

**Dochter Jacobien**

### Ondeugd

Manon heeft intussen de snoepzak in opa's kastje gevonden. 'Snoepen is hier gelukkig onbeperkt,' glundert ze. Ze ruimt de bordjes en stenen van Rummikub op. 'Spelletjes doen lukt niet altijd meer met opa. Maar vroeger als we gingen kamperen, speelden opa en ik altijd memory.' Lachend: 'En dan won ik natuurlijk.'

Het is wel duidelijk dat familie Luteijn niet zonder hun lieve opa kan. 'Vroeger als pa en ma een paar weken naar Zwitserland waren geweest, stonden we op de dag dat ze terugkwamen alweer voor de deur.' En ook nu wippen Jacobien en anderen van de familie geregeld even binnen. 'Gisteren stond Lenn nog voor het raam met zijn brommer hè pa?' Er verschijnt een grote glimlach op zijn gezicht. 'Ja, de ondeugd,' knikt hij.



*\*Dochter en kleindochter spreken (o)pa met 'je' aan. Dat is in deze streek wat gebruikelijker.*



## Scholing aandachtsvelders palliatieve zorg

Cedrah heeft door FiniVita een onderzoek naar palliatieve zorg binnen Cedrah laten uitvoeren. Uit dit onderzoek kwam naar voren dat aandachtsvelders palliatieve zorg behoefte hebben aan scholing en ondersteuning in palliatieve zorg. Die toerusting wordt nu gegeven in de vorm van de basistraining palliatieve zorg én door het trainen van de aandachtsvelders palliatieve zorg.

‘Cedrah vindt palliatieve zorg erg belangrijk en wil daar graag in investeren. De focus van de scholing ligt op de rol van de aandachtsvelders in de borging van het leerproces op de werkvloer. Hoe kunnen zij ondersteunen in casuïstiekbesprekingen? Hoe houden ze het leerproces levend binnen het team?’ legt Marianne van Eijk uit. Marianne is sinds maart dit jaar palliatief verpleegkundige van de vier Zuid-Hollandse locaties van Cedrah.

De aandachtsvelders zitten om tafel voor de scholing van de CURA-methode. ‘CURA’ staat voor Concentreren, Uitstellen, Reflecteren en Actie. ‘Het is een laagdrempelig instrument ter ondersteuning bij morele dilemma’s of lastige situaties in de zorgpraktijk,’ licht Marianne toe.

Marianne is enthousiast over het scholingsproces: ‘De stappen die we genomen hebben, voorzien duidelijk in behoefte en zetten de aandachtsvelders steeds meer in hun kracht. Dit gaat de kwaliteit van de palliatieve zorg ten goede komen en zal voor de medewerkers en cliënten en hun naaste zichtbaar en merkbaar zijn.’



Mevrouw De Blois  
'Tijdens het eten ontstaan  
soms mooie gesprekken,  
zeker na het Bijbellezen.'

## Van stampotten tot couscous: mevrouw De Blois is van alle markten thuis!

Mevrouw De Blois (83) woont in één van de huurappartementen in locatie Uitzicht in Vlaardingen. Eén van haar hobby's is koken. Jong en oud, familie en vrienden, iedereen is welkom voor een ouderwetse stampot, een heerlijk bereide zalmoot of een lekkere pasta mét rijkelijk versierd toetje toe.

Mevrouw De Blois komt uit een gezin van maar liefst elf kinderen. Als jong meisje hielp ze mee in het gezin waar nodig was, ook met koken. Daarom is de keuken van jongs af aan al bekend terrein voor haar. 'Dat vond ik zo leuk! Mijn moeder zei later dat ik eigenlijk kokkin had moeten worden.' Toch bewandelde ze een ander pad. Na verschillende baantjes te hebben gehad, ging ze uiteindelijk aan de slag in het ziekenhuis. Daar ging ze werken op de onderzoeksafdeling interne geneeskunde en cardiologie, gevolgd door neurologie en echografie. Na haar managementopleiding werd ze daar afdelingshoofd.

### Alleenstaand maar niet eenzaam

Hoewel mevrouw De Blois nooit getrouwd is geweest, voelt ze zich allesbehalve eenzaam. Ze heeft een groot netwerk en is een echt mensenmens. Haar jongste zusje, die in Canada woont, zocht ze dertien keer op. Maar liefst veertig jaar gaf ze les op de zondagsschool. Ook was ze erg actief in het jeugdwerk. Na met pensioen te zijn gegaan, nam ze het ouderenwerk van de kerk op zich. Toen een stel oppas zocht voor hun dochtertje, bood ze zelf aan dit te doen. Een goede afwisseling, jong en oud. Op die tijd kijkt ze nog altijd met veel plezier terug. 'Ik ben alleen, dan nodig je al snel mensen uit. Ik zet dan graag een lekkere maaltijd op tafel en maak er iets gezelligs van. Tijdens het eten ontstaan soms mooie gesprekken, zeker na het Bijbellezen. Het lijkt dan net een Bijbelkring,' glimlacht mevrouw De Blois. 'Mijn leven is zo geleid en daar ben ik erg dankbaar voor. Hoewel ik zelf geen kinderen heb mogen krijgen, heb ik wel de kinderen om mij heen over de Heere Jezus mogen vertellen. Ik heb zo dienstbaar invulling aan mijn leven kunnen geven,' blikt mevrouw De Blois dankbaar terug.

### Niet alleen maar AGV

In het lenteseizoen kookt ze graag asperges met verse zalm en eieren. Haar toetjes bestaan uit pudding of ijs met leuk opgemaakte vruchten. In de winter is witlof of ouderwets stampot favoriet en er gaat geen zomer voorbij dat ze geen postelein eet. Naast AGV (aardappels, groente, vlees), maakt mevrouw De Blois ook gerust couscous met verse groenten. Fonduen met een heerlijke bouillon en gekruide stukjes vlees deed ze vroeger ook graag. Van een patatje kan ze erg genieten. 'Elke donderdagmiddag ga ik met een vrijwilliger naar een lunchconcert in de Grote Kerk in Vlaardingen. Daarna rijden we gezellig naar Hoek van Holland en eten we daar een zak patat aan de boulevard,' vertelt mevrouw De Blois bevolgen.



### Thuis in Uitzicht

Mevrouw heeft veel contacten in Uitzicht. Met haar burens, die goed voor haar zorgden toen ze net uit het ziekenhuis kwam, heeft ze fijn contact. Sinds kort springt ze bij in de bibliotheek, omdat de bibliotheekvrijwilliger ernstig ziek is. Dat vindt ze fijn om te doen. 'Daar ontstaan soms leuke gesprekken met mensen die je normaal niet snel spreekt.' Ze vervolgt: 'Ik woon hier heel prettig en voel mij er helemaal thuis. Ook wat betreft mijn geloofsleven. De Bijbel staat hier echt centraal.'



### Meneer L. Rook (88)

*Nebo, Zwijndrecht*

'Mijn moeder bakte vroeger broeder. Ze deed er meel, gist en krenten of rozijnen in. Soms ook stukjes appel. Ze bakte het in een braadpan, want een oven of fornuis hadden we niet. Het rook erg lekker en de smaak was heerlijk. Op zondag en op feestdagen kregen we er een plakje van. Dat was voor ons een traktatie.'

## Broeder (Jan in de zak)

### Bereiding

Zeef de bloem boven een kom en voeg het zout toe. Verwarm de melk lauwwarm en los de gist op met wat lauwe melk. Giet de gistoplossing bij de bloem en doe het ei erbij. Voeg al roerend de rest van de lauwe melk erbij tot het een mooi glad beslag is. Laat het beslag vervolgens 1 uur afgedekt met een vochtige doek op een warme plek rijzen.

### Ingrediënten

- > 250 gram bloem
- > 15 gram gist
- > 200 ml melk
- > 75 gram blauwe rozijnen
- > 75 gram gele rozijnen
- > 1 mespuntje zout
- > 1 ei
- > slaolie
- > stroop

Was de rozijnen en laat ze goed uitlekken. Schep daarna de rozijnen door het beslag. Laat in een braadpan met een middellijn van circa 20 cm 1 eetlepel slaolie goed warm worden. Doe het beslag in de pan en bak de onderkant van de broeder op hoog vuur snel bruin. Zet het vuur laag en laat de broeder in 1 uur gaar worden. Neem een breinaald of satéprikker en prik daarmee in het gebak om te zien of het gaar is. Neem dan de broeder uit de pan. Schep nog een eetlepel olie in de pan en bak ten slotte ook de andere kant van de broeder mooi bruin. Verwarm de stroop, naar wens met een beetje boter. De broeder dient warm geserveerd te worden met de warme stroop.

Bent u bewoner van een van de locaties van Cedrah en heeft u ook een bijzonder recept met een bijzonder verhaal? Stuur het naar [redactie@cedrah.nl](mailto:redactie@cedrah.nl) of naar 1e Barendrechtseweg 40, 2992 XC Barendrecht o.v.v. naam en locatie.

### Wat is broeder?

Broeder, ook wel Jan in de zak genoemd, is een Nederlands gerecht dat vooral in West-Friesland en in de Zaanstreek wordt gegeten. In andere delen van Nederland komt nagenoeg hetzelfde recept voor onder de naam Ketelkoek of Poffert.



Weet u de oplossing?

## Vruchtbare grond, naaidraad, ratelpopulier, innerlijk gehalte, brugschuit

UIT EEN NEDERLANDSE PROVINCIE	RAADSEL	JEANSBLAUW LOF	RATEL-POPULIER	VJANDSCHAP	OVERTUIGD	DOKTER STEKKEN
		2		WILD ZWIJN TEGEN	3	
GELOFTE			OCTROOIBRIEF GRAAN			12
EUROPEAAN			ROOFDIER PRIK			
RUIKE KEUZE	ETER HELDER EN KALM	11		PERSOONLIJK VNW. VOLKSWERHUZING		INNG
				6		
9						
HEFFING VOOR EEN AUTOSTANDPLAATS	INNERLIJK GEHALTE	PERSOONLIJK VNW. DOORWEEKT	8	INDIVIDUALITEIT OPROER		KOOSNAAM
						4
DEEL VAN HET OOR		SPECERIJ RELIGIEUZE			13	
TIJDELIJK GEBRUIK			BEVRACHTER HOUTSOORT			
BRUGSCHUIT	10					
SCHRANDER	GROF TUINAFVAL IK	15				
7			GETAL NOOT			14
HOOPZAKELIJK	NAADRAAD				KUNSTWERK	5
						1

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	12	13	14	15
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----

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

Stuur de oplossing voor 1 november a.s. naar [redactie@cedrah.nl](mailto:redactie@cedrah.nl) of per post naar 1e Barendrechtseweg 40, 2992 XC Barendrecht

© Sanders puzzelboeken

### Gefeliciteerd!

De oplossing van de puzzel in de vorige Etcedrah was: OMZIEN. Uit de vele goede inzendingen kwam Sanny van der Vorst uit Middelburg uit de bus. Van harte gefeliciteerd!

# Feestelijke activiteiten in september

## Beth-San en Nebo bestaan 50 jaar

Gedurende enkele jubileumweken in september hopen Beth-San en Nebo hun 50-jarig jubileum te vieren. De officiële data waarop beide locaties 50 jaar bestaan, zijn respectievelijk 30 augustus en 26 september. Mooie mijlpalen om dankbaar voor te zijn.

In deze Etedrah willen we u informeren en van harte uitnodigen voor diverse activiteiten rondom deze jubilea.



### Jubileumbijeenkomst Beth-San

D.V. DONDERDAG 1 SEPTEMBER  
AANVANG 14.30 UUR

Van harte welkom op onze muzikale jubileumbijeenkomst in de kerk van de Gereformeerde Gemeente van Moerkapelle, Kerkstraat 14. We hebben een mooi programma samengesteld om dit bijzondere moment met elkaar te vieren.

### Start jubileumweek Nebo

D.V. ZATERDAG 24 SEPTEMBER  
10.45 – 12.30 UUR

We hijsen de jubileumvlag onder muzikale begeleiding en onthullen een fotowand die ons mee terugneemt in de tijd. Van harte welkom om deze feestelijke bijeenkomst bij te wonen.

### Markt Nebo

D.V. WOENSDAG 28 SEPTEMBER  
10.00 – 15.00 UUR

Op het terrein rondom Nebo is er een leuke markt waar allerlei producten verkocht zullen worden. Ook aan de kinderen hebben wij gedacht. Voor hen staat er een springkussen klaar! Daarnaast is het mogelijk om een rondleiding door Nebo te krijgen. Komt u ook langs?

### Boeken- en kledjesmarkt inclusief reünie Beth-San

D.V. 10 SEPTEMBER  
9.30 – 14.00 UUR

Bent u oud-medewerker of vrijwilliger van Beth-San? Dan bent u/jij extra welkom bij de boeken- en kledjesmarkt! Op de markt is een speciale ruimte ingericht om elkaar te ontmoeten en herinneringen op te halen. Ook ontvangt u/jij gratis koffie, wat lekkers en verse friet.

### Reünie Nebo

D.V. ZATERDAG 24 SEPTEMBER  
15.00 – 17.00 UUR

Oud-medewerkers en -vrijwilligers zijn van harte uitgenodigd om onder het genot van een hapje en een drankje elkaar te ontmoeten en herinneringen op te halen. Dit kan onder andere aan de hand van talloze foto's die we in de loop der jaren hebben verzameld. Daarnaast kunt u een rondleiding krijgen door 'het Nebo van nu'. Aanmelden kan via [nebo.jubileum@cedrah.nl](mailto:nebo.jubileum@cedrah.nl).

### Jubileumbijeenkomst Nebo

D.V. VRIJDAG 30 SEPTEMBER  
AANVANG: 19.30 UUR

Van harte welkom in de Gereformeerde Gemeente van Zwijndrecht, Burgemeester Jansenlaan 37. We staan met elkaar stil bij ons 50-jarig jubileum en sluiten gezamenlijk onze jubileumweek af. Er zullen diverse sprekers zijn en ons speciaal samengestelde 'Nebo-koor' zal daar optreden.

BEELD IN WOORDEN

## Stille woorden

Er zijn momenten  
dat er geen goede woorden zijn  
momenten die vragen om stilte  
niets zeggen  
alleen kijken  
een gebaar is genoeg  
spreekt het meest  
er is een tijd  
dat we weinig woorden verdragen  
er zijn geen goede woorden  
alles loopt vertraagd  
pas later keert de tijd weer  
om woorden te zoeken  
maar nu

niets zeggen  
alleen kijken  
een gebaar is genoeg  
spreekt het meest  
we zoeken naar stille woorden  
ze overschreeuwen niet  
ze laten open wat niet dicht kan  
ze tasten meer  
dan ze weten  
wie die stille woorden zoekt  
wie verstilde woorden wil spreken  
tot iemand die ze nodig heeft:  
deze woorden hier.

Marinus van den Berg

# Hier vindt u ons:

## Wat bieden we aan?

-  Huurappartementen
-  Koopappartementen
-  Verzorging/verpleging
-  Kleinschalig Wonen
-  Kortdurend verblijf
-  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 in de Amandelhof

Woonzorgcentrum de Amandelhof is schitterend gelegen in een groene omgeving in de wijk Middelwatering te Capelle aan den IJssel, een levendige plaats ten oosten van Rotterdam. Momenteel zit de Amandelhof middenin een nieuwbouwproces. Het nieuwe woonzorgcentrum zal bestaan uit drie gloednieuwe gebouwen: Waterhove, Bloesemhove en Zonnehove.

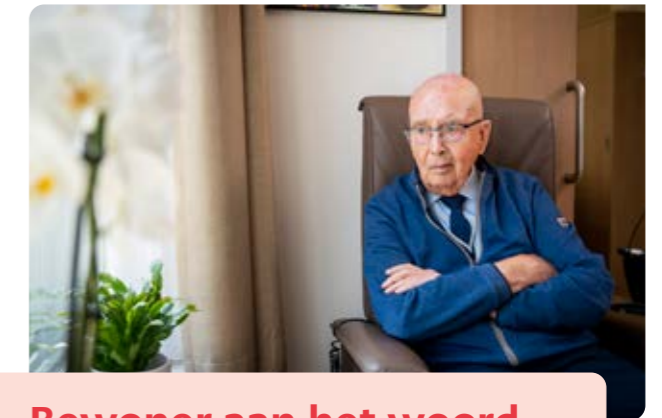
Grenzend aan het openbare parklandschap is het verpleeghuis Waterhove gelegen. Hier vind je zorgstudio's, bestaande uit een woonkamer met keukenblokje, een slaapkamer en een royale doucheruimte met toilet. Bloesemhove is een woontoren met sociale huurappartementen, waaronder hoofdzakelijk tweekamerappartementen. Zonnehove is een woontoren voor vrije sector huurwoningen, waaronder hoofdzakelijk ruime driekamerappartementen en enkele koopappartementen. Het trio is niet alleen zichtbaar familie van elkaar, maar is ook fysiek met elkaar verbonden door middel van een verbindingsgang op de eerste verdieping. Het park loopt onder de opgetilde verbinding door en maakt een directe verbinding met de naastgelegen woonwijk.

### Goepswonen

Het is goed wonen en werken in Waterhove en de Tussenhof. Op vier afdelingen in Waterhove wordt vormgegeven aan groepswonen. Een mooi ingerichte huiskamer waar gezelligheid heerst en lekker gekookt wordt, is hierbij onmisbaar. De afdelingen zijn voor bewoners met somatische of psychogeriatrische zorgbehoefte. De appartementen kunnen zowel bewoond worden door een echtpaar als door één persoon.

### Tijdelijke zorgunits

Om alle bewoners te kunnen huisvesten tijdens de bouwperiode, zijn tijdelijke zorgunits gebouwd (de Tussenhof) en zijn enkele bewoners verhuisd naar Rehoboth te Rotterdam.



## Bewoner aan het woord

Meneer Van Bloois (96) woont ruim twee jaar op een kleinschalige woongroep in Amandelhof, waar hij 24-uurszorg krijgt. Eerst in het oude gebouw, nu in het nieuwe Waterhove. Zijn kamer ziet er verzorgd en spiksplinternieuw uit, maar mét de huiselijkheid van zijn spullen van vroeger. Op de kast praat een mooie collectie van hoedjes. 'Anders ben ik niet gekleed hoor, ik ga niet zonder hoed naar buiten,' knipoogt meneer Van Bloois. Als hij niet aan het wandelen is, kijkt hij graag naar buiten vanaf de gemeenschappelijke woonkamer, waar hij uitkijkt op een groene omgeving. Hij woont er fijn en het voelt wel een beetje als thuis komen. Sommige bewoners kent hij nog van vroeger uit zijn kerkelijke gemeente. 'De deur staat altijd open. Ik maak graag af en toe een gezellig praatje met een medebewoner,' vertelt Van Bloois. Zijn schoondochter, die zijn mantelzorger is, komt regelmatig op bezoek. 'Ze kwam vanmiddag nog haring brengen. Ik lust alles hoor van wat de gastvrouw of vrijwilliger heeft gekookt. Ik eet gewoon wat de pot schaft!' Meneer doet ook geregeld mee aan groepsactiviteiten. Vooral bingo is favoriet. Spelletjes deed hij vroeger graag met het hele gezin. 'Mijn schoondochter komt weleens puzzelen. Zelf kan ik dat helaas niet meer, maar ik vind het wel leuk om ernaar te kijken.'

## Wilt u meer informatie de nieuwbouw of het wonen in de Amandelhof?

Neem contact op met klantadviseur Jozien Baars-van Hees (088 - 587 00 10) of kijk op [www.nieuwbouwamandelhof.nl](http://www.nieuwbouwamandelhof.nl). Meer weten over het wonen in de koop- of huurappartementen? Bel dan met één van onze verhuurmakelaars via 088 - 587 00 55.



# Comfortabel wonen, met oog voor de klant

## Onze seniorenappartementen voor verhuur

**Eben-Haëzer (even nummer)**  
Middelburg  
van € 825,- tot en met € 1100,-

**Eben-Haëzer (oneven nummer)**  
Middelburg  
van € 565,- tot en met € 600,-

**Nebo, Borghave**  
Zwijndrecht  
van € 720,- tot en met € 1100,-

**Nebo, Neborgh**  
Zwijndrecht  
van € 1125,- tot en met € 1180,-

**Oorden Staete**  
Rotterdam  
van € 705,- tot en met € 940,-

**Rehoboth**  
Goes  
van € 750,- tot en met € 880,-

**Rehoboth**  
Rotterdam  
van € 496,- tot en met € 852,-

**Uitzicht**  
Vlaardingingen  
van € 646,- tot en met € 852,-

**Beth-San, Wilde Veenen**  
Moerkapelle  
van € 714,- tot en met € 727,-

\*huurprijzen zijn exclusief bijkomende kosten, zoals servicekosten, gas, elektra en water.

Meer weten?  
Bel één van onze  
verhuurmakelaars:  
088 - 587 00 55

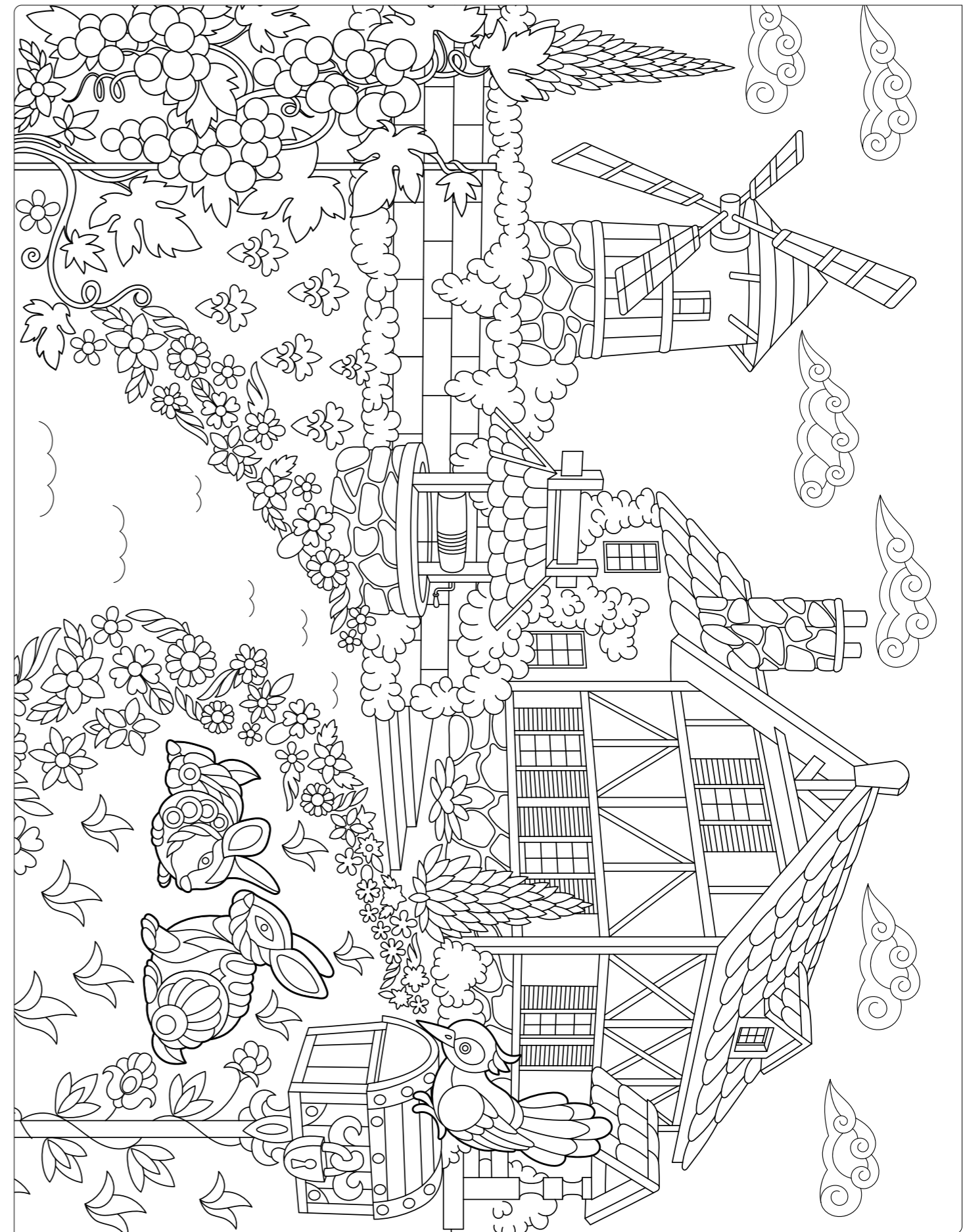
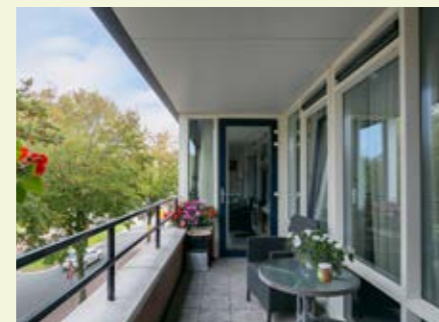
### Interesse?

Bekijk het volledige actuele aanbod op [cedrah.nl/wonen/actueelaanbod](http://cedrah.nl/wonen/actueelaanbod)

Vanwege de nieuwbouw van de Amandelhof en de Marnixflat bieden we hier momenteel geen nieuwe verhuur aan.

Heeft u interesse om hier of op onze andere (nieuwbouw)locaties te wonen? Laat u dan inschrijven op onze wachtlijst!

## Impressie aanbod huurappartementen



Naam: \_\_\_\_\_

Woonplaats: \_\_\_\_\_

Adres: \_\_\_\_\_

Leeftijd: \_\_\_\_\_

## Vanwaar komt gij en waar zult gij heengaan?

Genesis 16:8b

Wat een zorg! In de tent van Abram en Saraï gaat het niet goed. Hagar, de slavin van Saraï, is zwanger van Abram. Nu gaat zij haar meesteres krenken. Als reactie hierop vernedert Saraï haar slavin. Zij zet Hagar weer terug op haar plaats. Hagar wil niet buigen en vlucht boos weg. Zo vinden we haar in de woestijn naar Egypte bij een fontein. Ellendig en uitgeput. Plotseling staat een blinkende gestalte bij haar. Het is de Engel des HEEREN, de Heere Christus. Hij vindt haar. Dat is een teer woord waarmee bedoeld wordt dat Christus een ontfermend oog op haar slaat. Hij houdt Hagar tegen op haar zondige vluchtweg. Dan gaat Christus spreken: 'Hagar, gij dienstmaagd van Saraï.' Hij kent haar naam en confronteert haar bij haar schuld. U hoort hier niet! Dan klinkt in liefde de ontdekkende vraag: 'Vanwaar komt gij?' Kijk eens terug en bezin u. Het was in de tent van de Godvrezende Abram en Saraï toch goed, daar was toch liefde! 'Waar zult gij heengaan?' In de woestijn en Egypte, het land van de afgoden, wordt het omkomen! Het antwoord is eerlijk. Hagar erkent dat Saraï haar meesteres is. Zij heeft zich onttrokken aan haar gezag. Hagar komt met haar schuld voor de dag. Christus geeft ook een raad. 'Keert weder tot uw vrouw.' Ga terug naar de plaats waar u hoort. 'Verneder u onder haar handen.' Aanvaard haar gezag en draag het kruis gewillig.

Dit is een treffende geschiedenis over de alwetende God en een vluchtende mens. Net als Hagar zijn wij ellendige, dwalende vluchtelingen in de levenswoestijn die eindigt in de dood. Wat een wonder als Christus een halt toeroept, onverdiend in ons leven komt en ons vindt. Wat doet

Christus dan? Hij ontdekt aan de schuld. Ook aan ons wordt de vraag gesteld: 'Vanwaar komt gij?' Geef rekenschap van uw rentmeesterschap. Dan moet u zeggen: Ik kom uit het paradijs, daar was het goed. Ik heb mij moedwillig aan het oppergezag onttrokken. Ik ben sindsdien op de vlucht voor God. Christus stelt nóg een vraag: 'Waar zult gij heengaan?' Ik reis naar het graf. Ik moet God ontmoeten voor Wie ik op de vlucht ben. Het oordeel wacht. Mijn toekomst is inktzwart. Hoe moet het toch? De HEERE geeft ook ú een raad: 'Keert weder en verneder u.' Hoort u hierin de oproep tot inkeer, afkeer, omkeer en wederkeer? In die weg zult u behoud vinden. Belijd uw schuld en verootmoedig u voor de HEERE. Stel u onder Zijn regering. De HEERE nodigt: 'Keert weder, gij afkerige kinderen; Ik zal uw afkeringen genezen.' Waarom? Omdat uit Abram het Zaad geboren is in Wie al de volken gezegend zullen worden (Genesis 22:18). Deze dierbare Heere Jezus heeft door de aardse woestijn een weg

*'Wat een wonder als Christus een halt toeroept, onverdiend in ons leven komt en ons vindt.'*

gebaand voor vluchtelingen, terug naar het Vaderhuis. Kom wegloper, heeft Hij u al gevonden en mocht u Hem al omhelzen in het geloof? Dan wordt sterven erven en mag u met McCheyne zingen: Nu reis ik getroost onder 't heiligend kruis, naar 't erfgoed daarboven, naar 't vaderlijk huis. 'Vanwaar komt gij en waar zult gij heengaan?'



Ds. H.J. Agteresch, Werkendam



Bij de dagbesteding van Beth-San bieden ze graag activiteiten aan die aansluiten bij de interesse van de bewoners en cliënten. Zo doet de één graag een spelletje en is de ander liever creatief bezig. Ook zijn er regelmatig centrale activiteiten zoals bingo.



Elke donderdagmorgen wordt er in Eben-Haëzer enthousiast gehandwerkt door een groep bewoners, geholpen door vrijwilligers. De creatieve maaksels worden verkocht of zijn voor eigen gebruik bestemd.

De dames Goudriaan en Boer zijn ijverig. Hun handen liggen weinig stil. Mevrouw Goudriaan breit windsels in huidskleur: 'Het zijn hele duurzame windsels, want ze zijn wasbaar. Mevrouw Boer is een kleurrijke sjaal aan het maken voor haar kleinkind. Ze is al een heel eind!

# Werken in de ouderenzorg?

*Welkom bij Cedrah!*

Kom ook  
werken in één  
van onze  
locaties!

## Hé zorgtalent!

Bouw jij graag een hechte band op met cliënten? Kom werken in de ouderenzorg bij één van de woonzorgcentra van Cedrah! Kunnen wij op jouw liefdevolle zorg rekenen?

Met ruim 1.300 medewerkers in dienst verspreid over diverse locaties in Zuid-Holland en Zeeland is Cedrah een professionele en betrokken organisatie met een reformatorische identiteit. Of je nu beginneling, ervaren of herintreder bent, we kijken graag naar de mogelijkheden die er zijn!

Scan de QR-code  
en maak kennis  
met Cedrah!



### Meer weten?

Lees op [www.cedrah.nl/werkenbij](http://www.cedrah.nl/werkenbij) meer over de verschillende functies en solliciteer direct online.

**Speel jij met de gedachte om in de zorg bij Cedrah te stappen?**

Neem contact op met onze recruiter Marieke de Goffau-Smits via

☎ 06 - 21 13 68 91 of ✉ [m.h.degoffau@cedrah.nl](mailto:m.h.degoffau@cedrah.nl)

  
**Cedrah**  
Wonen • Zorg • Diensten