

stadshospice
thuis en in ons huis Utrecht

Jaarverslag 2023







4

Voorwoord

6

Thuis en in ons huis

11

Vrijwilligers

14

Vriendenstichting

15

Fondsen & Bestuur

17

Toekomst



Het Voorwoord

We kijken terug op 2023 als een bijzonder jaar. Een jaar waarin we ons dubbele jubileum vierden: het 35-jarig bestaan van de Stichting Thuis Sterven Utrecht en het 20-jarig bestaan van het Stadshospice. We vierden dit met onze (oud)medewerkers, (oud)vrijwilligers en gasten. En met vele genodigden, onder wie de burgemeester van Utrecht Sharon Dijksma.

Het waren twee dagen van feest waarin we lachten, naar een prachtige voorstelling keken over het leven in een hospice en uitgebreid met elkaar spraken. En we haalden dierbare herinneringen op aan de mensen waarvoor we thuis en in ons huis mochten zorgen.

Door de inzet van onze tachtig vrijwilligers werd er in 2023 in 25 thuissituaties gestart met ondersteuning van zieken en hun mantelzorgers. En in ons Bijna Thuis Huis

op de Kanaalstraat namen we in het afgelopen jaar 65 mensen op. Gasten kregen daarbij de ruimte om hun kamer persoonlijker te maken om zich zo op hun gemak te voelen. Een aantal keer trok er ook een trouwe viervoeter bij ons in omdat voor de betreffende gast het gevoel van 'bijna thuis' pas daarmee compleet werd. Iedereen die bij ons verbleef, nam ook een eigen levensverhaal mee. Sommigen overleden al na een enkele dag, anderen waren weken of zelfs maanden bij ons. In alle gevallen werd er dus nog een hoofdstuk aan het verhaal van de gast toegevoegd. Er waren in het afgelopen jaar ook mensen die bij ons kwamen om te sterven, maar die uiteindelijk toch afscheid namen. Ze knapten weer wat op en keerden terug naar huis of naar een andere plek waar goed voor ze gezorgd werd. Ook dat is een bijzondere ervaring voor zowel de gast als voor ons.



De juiste zorg bieden is mogelijk doordat onze vrijwilligers goed opgeleid zijn. Dit werd opnieuw mede mogelijk gemaakt door verschillende fondsen en de gemeente Utrecht die ons steunt. Ook waren er weer donateurs die ons werk een warm hart toedragen.

We delen graag onze ervaringen van afgelopen jaar met u. We kijken terug naar wat er allemaal gebeurde in en rond ons Stadshospice. En we blikken vooruit. Wat kunnen we doen om het contact van sterveling tot sterveling nog verder te versterken? Om de goede zorg en aandacht die we willen bieden voor nog meer mensen toegankelijk te maken? Ook ligt er een zorgopgave voor ons allemaal. Wat willen en kunnen wij als Stadshospice in de toekomst betekenen wanneer de mismatch tussen de zorgvraag en het aanbod aan (betaalde) zorg zal toenemen? Het zijn thema's waar ook wij mee bezig zijn.

Ook in 2024 blijven onze vrijwilligers en medewerkers de benodigde zorg en ondersteuning bieden als het sterven nabij is. In dit verslag vertellen we u er graag meer over.

Veel leesplezier!

Hartelijke groet,



stadshospice
thuis en in ons huis Utrecht

Joke Perk
Directeur Stadshospice Utrecht



Thuis en *in ons huis*

Hospice van de stad

Zoals de stad Utrecht een diversiteit aan inwoners heeft, zo heeft het Stadshospice dat ook. Iedereen die in de stad woont, kan bij ons komen om de laatste levensfase door te brengen. En iedereen kan bij ons komen werken. Dat is ook de reden waarom de gemeente Utrecht onze stichting in 2023 weer steunde met de 'Zorg voor elkaar' subsidie.

We zijn er voor iedereen, ook wanneer iemand moeite heeft om de eigen bijdrage die we vragen te voldoen. Deze groep gasten konden we ontvangen en van goede zorg voorzien door het werk van onze Vriendenstichting. Deze groep vrijwilligers zorgde voor een mooi bedrag aan extra middelen.

Verblijf in het Stadshospice

In 2023 namen we 65 nieuwe gasten in ons huis op die zeer van elkaar verschilden, zowel qua leeftijd als in hun manier van leven. Sommigen hadden nauwelijks een sociaal leven of onderhielden weinig contact met familie of vrienden. Zij genoten van de tijd en ruimte die

vrijwilligers maakten om een spelletje te doen of om een hand- of voetmassage te geven. Anderen werden juist volop bezocht door een broer of zus die 's middags een warme maaltijd kookte in onze 'Saartje keuken'. Jonge kinderen kwamen na schooltijd even langs om bij pappa of mamma te zijn en speelden in de familiekamer of in onze mooie en verzorgde stadstuin.

Naasten kunnen bij ons weer zijn wie ze zijn, namelijk zoon, dochter, man, vrouw, vriend of vriendin.

We horen ook graag hoe mensen het verblijf bij ons ervaren. Een speciaal getrainde groep vrijwilligers vroeg daarom regelmatig om feedback bij de gasten en hun familieleden. Hierdoor horen we wat er goed gaat of wat er beter kan.

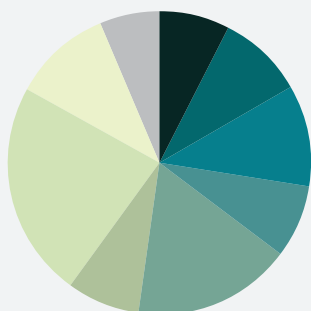
Aanmelding

De meeste gasten komen uit Utrecht of de directe omgeving. De huisarts, de wijkzorg, de gespecialiseerde verpleegkundige of een medewerker van het ziekenhuis informeert bij ons of er ruimte is voor een gast.

Gasten

Leeftijdsopbouw

In 2023 binnengekomen gasten.

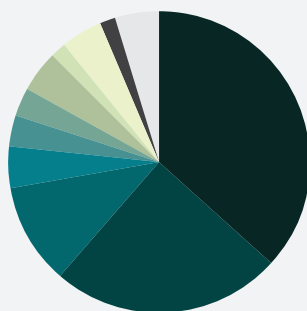


- t/m 50 (5)
- 51 t/m 55 (0)
- 56 t/m 60 (6)
- 61 t/m 65 (7)
- 66 t/m 70 (5)
- 71 t/m 75 (11)
- 76 t/m 80 (5)
- 81 t/m 85 (15)
- 86 t/m 90 (7)
- 91 t/m 95 (4)

Totaal: 65 gasten

Opnameduur

In 2023 binnengekomen gasten.

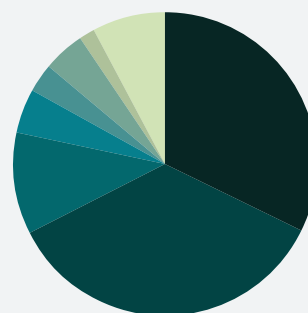


- Binnen 1 week (24)
- In de 2e week (16)
- In de 3e week (7)
- In de 4e week (3)
- In de 5e week (2)
- In de 6e week (2)
- In de 7e week (3)
- In de 8e week (1)
- In de 9e week (3)
- In de 10e week (1)
- In de 11e week (0)
- In de 12e week (0)
- In de 13e week (0)
- Na 3 maanden (3)

Totaal: 65 gasten

Verwijzers

In 2023 binnengekomen gasten.



- Huisarts (21)
- Ziekenhuis (23)
- Familie (7)
- Vrienden (3)
- Zichzelf (2)
- Thuiszorg (3)
- Andere zorginstelling (1)
- Onbekend (5)

Totaal: 65 gasten

De jongste gast die in 2023 in het hospice verbleef was 41 jaar oud.

De gemiddelde tijd dat de gasten verbleven in het hospice was 22 dagen.

Het langste verblijf van een gast in het hospice was 133 dagen.

De oudste gast die in 2023 in het hospice verbleef was 94 jaar oud.

Thuisinzet

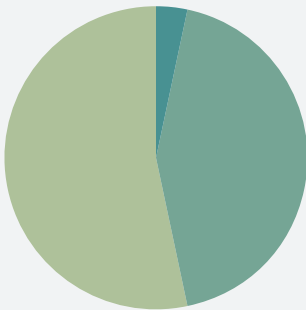
In 2023 waren er 30 aanmeldingen voor thuisinzet, hiervan zijn er 25 gestart.

In 2023 werkten er 10 vrijwilligers in de thuisinzet.

Na een periode van thuisinzet werden er van de 25 mensen 6 in ons hospice opgenomen.

Leeftijden

In 2023 aangemelde gasten.

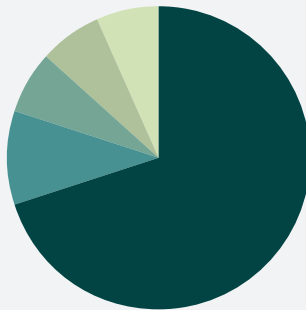


- t/m 50 (0)
- 41 t/m 60 (1)
- 61 t/m 80 (13)
- ouder dan 80 (16)

Totaal: 30 gasten

Aanmelding door

In 2023 aangemelde gasten.

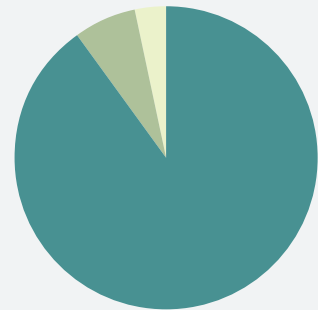


- Thuiszorg (21)
- Huisarts (3)
- Cliënt of naasten (2)
- Ziekenhuis (2)
- Anders (2)

Totaal: 30 gasten

Verblijf bij aanmelding

In 2023 aangemelde gasten.



- Thuis (27)
- Verpleeghuis (2)
- Ziekenhuis (1)

Totaal: 30 gasten

In 2024 gaan we...

de aandacht voor complementaire zorg uitbreiden. We geven nu al vaak een hand- of voetmassage ter ontspanning of om pijn te verlichten. Het afgelopen jaar kochten we diffusers met etherische oliën die ontspanning kunnen geven. En komend jaar zullen de Bedside Singers, die er in 2023 af en toe waren, iedere twee weken langskomen om te zingen in de kamer of aan het bed. Muziek kan ruimte bieden om even weg te dromen. Ook kan muziek zorgen voor ontspanning of troost.

Verder zagen we dat het beter werkt om met een vaste huisarts te werken. Gasten mogen nog steeds

aangesloten blijven bij hun eigen huisarts. Is dat niet per se nodig of wenselijk, dan neemt onze vaste huisarts de zorg over. Hij is meerdere keren per week in huis, heeft veel ervaring met palliatieve, terminale zorg en neemt elke week deel aan het palliatief overleg. Bij die gesprekken zijn naast de huisarts ook een verpleegkundige, een zorgcoördinator, een oncologieverpleegkundige en een vrijwilliger aanwezig. Soms sluit er ook een naaste van de gast bij aan. We bespreken wat we zien aan ontwikkeling en kijken naar de gewenste aanpassing in de zorg en medicatie. De wens is, om in 2024 ook de geestelijk verzorger bij dit overleg te laten aansluiten.



‘Er werden pannenkoeken en poffertjes gebakken voor de kinderen’

- S. de Vos vertelt over zijn vrouw die in het hospice verbleef

‘Het hospice was voor ons heel prettig. De school van de kinderen is om de hoek en we konden langskomen wanneer we wilden. De kinderen speelden in de tuin en er werden pannenkoeken en poffertjes gebakken. En mijn vrouw wilde steeds gepocheerde eieren. Het was mooi om te zien dat vrijwilligers die gewoon voor haar gingen maken.

De eerste periode nadat ze de diagnose hersentumor kreeg, was heel zwaar. Onze dochter was 7 en onze zoon 4. We hebben niet gelijk gezegd dat mamma dood zou gaan. Later begonnen ze wel vragen te stellen. Wat als ze dingen niet meer kan? Gaat ze dan dood? Dan ga je geen nee zeggen. Toen mijn vrouw achteruit ging wilde ik dat ze naar het hospice zou gaan. Haar kortetermijngeheugen werd aangetast en ik

durfde haar niet meer alleen te laten met de kinderen. Haar emoties wisselden sterk. En ze was enorm druk met het herorganiseren van het huis, nachtenlang.

Mijn vrouw was heel blij om in het hospice te zijn. Ze ging wel direct haar kamer herorganiseren. Er moesten spullen uit en andere erin. Ze wilde niet horen dat dit een hospice was waar ze zou sterven. Dus dat zei ik niet. Voor mij was het soms wel moeilijk om binnen te komen omdat ik altijd benieuwd was naar wat er weer veranderd was aan mijn vrouw.

De kinderen vonden het een fijne plek. En ik zelf ook. Er werkten een aantal bekenden van ons. Dat gaf een heel vertrouwd gevoel.’



‘Alles was mogelijk’

- Charlotte over het verblijf van haar moeder

‘Het Stadshospice is een ongekende plek met bijzondere mensen. Het was voor mij tegenstrijdig. Wij vonden het fijn dat mijn moeder in zo’n fijn huis mocht zijn. Tegelijk wisten we heel goed waarom ze daar was en dat vonden we verschrikkelijk natuurlijk.

We hebben bijna letterlijk haar hele hebben en houden meegenomen, haar kamer stond ramvol. En nog vroeg mijn moeder: ‘Ik heb toch nog meer schoenen en vesten?’ Ik nam het allemaal mee en er werd nooit iets van gezegd. Alles was mogelijk.

Die huiselijke sfeer was fijn. Er waren geen regels of restricties, ik kon altijd langskomen. We zetten een koelkastje op de kamer. Soms namen we een drankje met een toastje op de kamer. Later maakten we ook weleens wat klaar in de keuken.

En dan die tomeloze energie van alle vrijwilligers. Soms hadden ze mijn moeder net verschoond en zat het bed alweer onder. ‘Dat hoort erbij, dat verschonen we even,’ zeiden de vrijwilligers dan. Petje af hoor, dat vond ik zo bijzonder.

Mijn moeder was pittig en kon weleens direct zijn. Toen ze ziek was werd ze ongenueanceerder. Daar had weleens iemand moeite mee, maar ze probeerden haar altijd te begrijpen.

Mijn moeder woonde verder weg. De zorg op afstand was voor mij niet vol te houden, ik was gesloopt. Toen ze in het hospice kwam viel er een last van me af. Ik hoefde niet bezorgd te zijn, er was altijd iemand. Beter konden we het ons niet wensen.’





Vrijwilligers

van het hospice



Vanuit de stad en daarbuiten

Het Stadshospice Utrecht draait op vrijwilligers. Ook is er een team van vrijwilligers dat op huisbezoek gaat om zo mantelzorgers te ontzien en te ondersteunen.

De groep vrijwilligers is vrijwel net zo divers als onze gasten. Ze verschillen in leeftijd en in de manier waarop ze in het leven staan. Zo hebben we jonge vrijwilligers die nog aan het studeren zijn of die net zijn begonnen aan hun eerste baan. Anderen werken al wat langer of zijn zzp'er.

Er is ook een groep vrijwilligers die met pensioen is.

De zorgvrijwilligers doen vrijwel allemaal hetzelfde. Ze vervullen huishoudelijke taken en zorgen voor de gasten en hun naasten. De medische handelingen doen zij niet, die worden gedaan door de verpleegkundigen van de thuiszorgorganisatie Careyn. Ook zij zijn allemaal zeer toegewijd en beschikken over coachende vaardigheden voor het begeleiden van onze vrijwilligers.

Voor een aantal taken hebben we aparte vrijwilligers, zoals voor het koken van de maaltijden en het verzorgen en onderhouden van de tuin.

Nieuwe vrijwilligers volgden afgelopen jaar, zoals gebruikelijk, de introductietraining van twee dagen. Anderen die al langer bij ons werken, deden de verdiepingstraining of bezochten een congres. En voor iedereen was er de jaarlijkse scholingsdag met als thema: contact, van sterveling tot sterveling. Voor de trainingen zijn we afhankelijk van bijdragen en donaties. Het afgelopen jaar konden we rekenen op de steun van verschillende fondsen. Onze vrijwilligerscoördinator stond ook in 2023 weer...

Van de vrijwilligers is
50% 68 of jonger.

De jongste vrijwilligers (2) zijn 28 jaar oud.
De oudste vrijwilliger is 80 jaar oud.

De gemiddelde werkzame periode van
vrijwilligers bij het hospice is 5 jaar.



nauw in contact met alle collega's om te weten hoe het iedereen ze gaat. En ze hield jaargesprekken met vrijwilligers die langer dan 1 jaar in dienst zijn. In deze gesprekken kwam ook de feedback aan bod die vrijwilligers zelf ophaalden bij hun collega's.

'Elkaar feedback geven werkt goed'

- Netty Kemp - vrijwilligerscoördinator

'De vrijwilligers staan voor mij op één en ik vind het belangrijk dat we het samen doen. Ik ken de vrijwilligers goed en ben makkelijk te benaderen voor ze. De jaargesprekken die we houden, zijn momenten waarop je elkaar echt even kan ontmoeten. En om te kijken wat iemand wil leren. Dan zeg ik: heb je al eens aan deze VPTZ-training* gedacht? Elkaar feedback geven werkt ook goed. Vrijwilligers horen zo iets over hun eigen functioneren en krijgen hierdoor hun kwaliteiten bevestigd door de collega's.'

*koepelorganisatie van Vrijwillige Palliatieve Terminale Zorg Thuis

Aanmeldingen

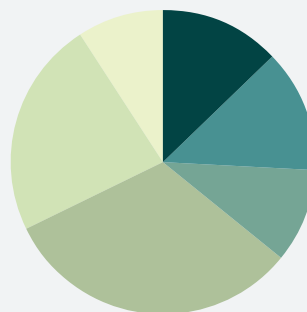
Op dit moment werken er rond de tachtig vrijwilligers voor ons Stadshospice, inclusief de thuisinzet. Ook het bestuur van de Stichting Stadshospice en van de Vriendenstichting bestaat uit vrijwilligers.

Sommigen werken al jaren bij ons, anderen zijn er pas kort. Hoe lang ze bij ons blijven werken, hangt af van ieders persoonlijke situatie. Soms speelt de eigen gezondheid daarbij ook een rol.

Alle zorgvrijwilligers werken nu nog in ieder geval 8 uur per week, verdeeld over twee diensten. In 2023 riepen we hiermee veel vragen bij mensen op. Soms zorgden ze thuis voor een ouder of een partner of bleek het minder goed te combineren met ander werk, hun gezin of het oppassen op kleinkinderen. Daarom zullen we in 2024 minder strikt vasthouden aan die afspraken van twee diensten per week.

Leeftijden vrijwilligers verbonden aan het hospice

In 2023 met het Hospice verbonden vrijwilligers.

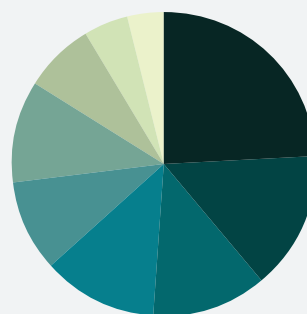


- 40 of jonger (13%)
- 41 t/m 50 (13%)
- 51 t/m 60 (10%)
- 61 t/m 70 (32%)
- 71 t/m 75 (23%)
- 76 of ouder (9%)

Totaal: 82 vrijwilligers
(excl. de besturen).

Aantal jaar in dienst bij het hospice

In 2023 met het Hospice verbonden vrijwilligers.



- 1 jaar (20)
- 2 jaar (12)
- 3 jaar (10)
- 4 jaar (10)
- 5 jaar (8)
- 6 t/m 10 jaar (9)
- 11 t/m 15 jaar (6)
- 16 t/m 20 jaar (4)
- 21 jaar of langer (3)

Totaal: 82 vrijwilligers
(excl. de besturen).





50% van de vrijwilligers is langer dan 3 jaar werkzaam bij het hospice.

De langstwerkende vrijwilliger werkt 22 jaar bij het hospice.

Thuisinzet

Het afgelopen jaar hadden we 8 vrijwilligers die op huisbezoek gingen. Zij bezochten mensen die in een vroeg stadium van hun ziekbed hulp nodig hadden. Anderen gingen meerdere keren per week op bezoek bij iemand om mantelzorgers van steun te voorzien. Of door in acute situaties bij te springen, bijvoorbeeld om het rooster aan te vullen van de nachtzorg.

In 2024 komen er in ieder geval 3 vrijwilligers bij.

In 2024 gaan we...

weer vrijwilligers trainen. Er ligt een uitgebreid opleidingsplan klaar voor cursussen, onder andere bij VPTZ, onze

koepelorganisatie. Daarnaast gaan we avonden organiseren om bepaalde thema's extra onder de aandacht te brengen. Zoals, hoe je omgaat met gasten met een psychiatrische problematiek. Of hoe je iemand verzorgt die misschien niet dezelfde culturele achtergrond heeft als jij. Verder gaan we de thuisinzet meer onder de aandacht brengen. Dit doen we door onder andere vaker workshops en lezingen te organiseren waarin we vertellen over het werk van onze vrijwilligers. Ook gaan we meer contact leggen met opleidingen, zodat toekomstige zorgprofessionals van ons bestaan horen en ons dus beter weten te vinden.



Onze *vriendenstichting*

Als Stadshospice Utrecht zijn we financieel gezond. Dat komt mede door onze Vriendenstichting. Door de inzet van deze groep vrijwilligers konden we afgelopen jaar rekenen op een mooie extra bijdrage.

Er kwamen technische aanpassingen aan de website, zodat het makkelijker werd om een donatie te doen. De Vriendenstichting adverteerde en collecteerde. Ook vond ze verschillende kerkelijke verenigingen bereid om ons financieel te steunen.

Van de extra middelen schaften we een nieuwe strijkma-
chine aan. We konden verschillende gasten ontvangen die zelf niet in staat waren om de eigen bijdrage (volledig) te voldoen. En we kunnen een schuur gaan bouwen in de tuin, zodat we daarin spullen uit het huis kunnen opbergen, waardoor er in huis meer ruimte ontstaat.

Met een bijdrage van Rabobank Utrecht gaan we ons pand verduurzamen. We kunnen hiermee zorgen voor een beter binnenklimaat, dat meer comfort voor de gasten brengt en zorgt voor een lagere energierekening.

Bij de Vriendenstichting kwam ook een private donatie binnen, specifiek voor 'complementaire zorg'. Hiervan kochten we verschillende etherische oliën en diffusers. Diverse vrijwilligers konden een opleiding volgen, bijvoorbeeld om massages te geven.

Rabobank

In 2024 gaan ze...

zich opnieuw inzetten voor ons hospice. De Vriendenstichting wil haar ambities opvoeren. In maart trapt ze af met een benefietavond. De opbrengst van de kaartverkoop gaat naar het Stadshospice en de bezoekers worden gevraagd om een donatie te doen.

De fondsen

van 2023

Fondsen

Er zijn verschillende organisaties en bedrijven die ons financieel steunen. Daar zijn we erg blij mee. Met deze bijdragen kunnen we onze vrijwilligers blijven opleiden en ze af en toe iets extra's geven. Afgelopen jaar vierden we ons jubileumfeest van deze bijdragen.

Tevens organiseerden we een nieuwjaarsbijeenkomst waarbij er voor elke vrijwilliger een leuk cadeau was. Zo konden we iedereen bedanken voor hun inzet en betrokkenheid in het afgelopen jaar.

Opleiden, begeleiden en binden van onze vrijwilligers werd mede mogelijk gemaakt door een groot aantal fondsen waaronder:



Ons Bestuur

Ook ons bestuur bestaat volledig uit vrijwilligers. Zij ondersteunen de organisatie en denken met ons mee vooruit, richting de toekomst.

Bestuursleden Stichting Standshospice Utrecht

Aad Tiel Groenestege (voorzitter)

Els Verschure (penningmeester)

Jetty Hoeksema

Maurits van Slobbe

Xander Schrage

Bestuursleden Vriendenstichting Stadshospice Utrecht

Arie Noordermeer (secretaris)

Marjon Stamsnijder (penningmeester)

Michiel van Loon (voorzitter)

Xander Schrage

‘Het is heel fijn werken in het hospice, hoe gek dat ook klinkt’

- Lars (35) - vrijwilliger

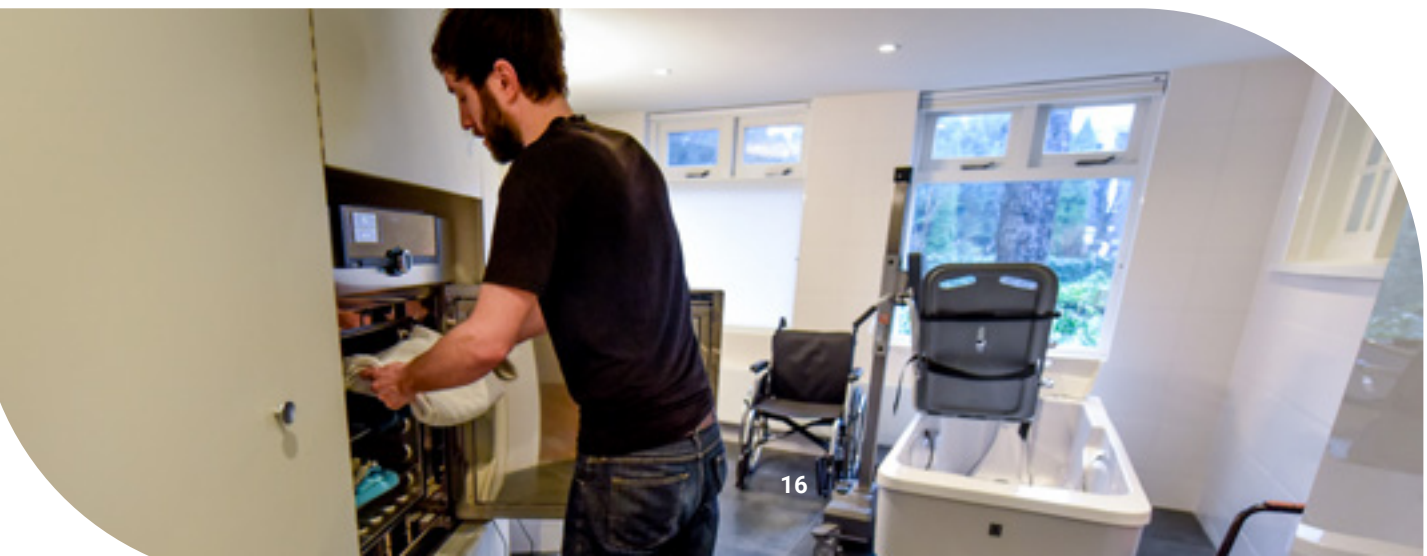
‘Door long covid kwam ik in de ziektewet. Een hele dag werken lukte even niet meer. En ik wilde wel zinnig en nuttig bezig zijn en een dagritme hebben. Toen kwam ik hier terecht voor 4 uur per week. In de zorg was ik projectleider geweest en sprak ik wel over de dood. Hier kun je ook echt iets doen. Ik realiseerde me eerder niet dat er zoveel gebeurt in die laatste fase waarin mensen gaan sterven.

Mensen vragen weleens, is werken in zo’n hospice niet zwaar? Dan zeg ik, het is juist heel fijn om te doen. Hoe gek dat ook klinkt. De groep vrijwilligers is gemêleerd. En de gasten ook.

Ik wil iets voor mensen betekenen. Soms is dat een kopje koffie brengen of iemand juist

even helemaal met rust laten. Op een ander moment merk je tijdens het poetsen van de wc dat je even moet stoppen met schoonmaken en naast iemand moet gaan zitten. Daar is dan ook tijd en ruimte voor.

Er was een keer een man die ergens in de negentig was. Hij vroeg, wat moet ik nog doen? Hij was klaar om te sterven maar het gebeurde maar niet. Het had iets wanhopigs. Dat was niet fijn voor hem. Toen ben ik bij hem gaan zitten en heb even met hem gepraat. Ik heb ook geen antwoorden, maar het gaat om aandacht en troost geven, van mens tot mens. Dat verzacht een beetje. Het is goed om erover te kunnen praten. En tranen mogen er zijn.’





De toekomst 2024 en verder

Toekomst - Meer inwoners in Utrecht betekent meer hospicebedden

De stad Utrecht maakt een behoorlijke demografische ontwikkeling door. Er komen steeds meer inwoners. Ondertussen komt de professionele zorg veel handen tekort. Daardoor wordt de druk op de zorg groter. Ook bij het Stadshospice Utrecht kijken we hoe we de kwaliteit kunnen blijven garanderen wanneer mensen gaan sterven.

Veel mensen hebben nog altijd de wens om thuis te blijven in hun laatste levensfase en willen daar vaak ook sterven. Toch is dat uiteindelijk vaak niet mogelijk en overlijden ze alsnog in het ziekenhuis of bij ons in het hospice. Om ervoor te zorgen dat thuis sterven vaker

mogelijk is, willen we ons het komende jaar richten op het beter vindbaar en toegankelijk maken van de thuisinzet. We ondersteunen de mantelzorgers door aanwezig te zijn of door hulp te bieden in de verzorging van hun naaste zodat ook, wanneer de spanning voor de zieke en hun familie en vrienden rond het overlijden toeneemt, meer mensen met onze steun thuis kunnen blijven wonen in deze laatste fase.

Kijkend naar de verschillende ontwikkelingen zal de vraag naar hospicebedden in de toekomst alleen maar toemen. In 2024 willen we verder onderzoeken wat wij daarin voor de stad Utrecht kunnen betekenen. We onderzoeken manieren om uit te breiden en kijken naar hoe het...

aanbieden van onze zorg er uit zou kunnen komen te zien. De wensen van de gasten in ons huis en die van de mensen waarbij we thuiskomen, zullen daarbij altijd leidend zijn.

We zijn en blijven hét Stadshospice van Utrecht

In 2024 gaan we nog meer inzetten op het uitbouwen van onze community, in de stad, de buurt en online.

We zijn hét Stadshospice en willen dat heel Utrecht, dus ook de mensen in onze eigen wijk, Lombok, weten dat we er zijn, wie we zijn en wat we doen. Dat doen we voornamelijk via social media en gaan ook andere kanalen daarvoor aanwenden.

Afgelopen jaar brachten verschillende gasten een hond mee. De dieren uitlaten lukte hen soms niet meer. Via een oproep op social media meldden verschillende mensen zich aan. Ook gingen we via deze weg op zoek naar vrijwilligers die tussen de middag soep wilden komen maken voor onze gasten en medewerkers. En toen er een koor kwam zingen in de tuin, nodigden we de buurtbewoners uit om ze eens kennis met ons te laten maken.

Daarnaast willen we middelbare scholieren, studenten en verpleegkundigen meer de kans geven om ons te ontdekken en zo meer te leren over palliatief terminale zorg. In 2024 gaan we er alles aan doen om onze zichtbaarheid te vergroten.



‘Oogcontact en hartcontact, dat vind ik belangrijk’

- Toos (67) - vrijwilliger

‘Toen ik 41 was, ontdekte ik dat ik graag wilde zorgen. Ik ontmoette mijn toenmalige vriendin en al snel daarna hoorden we dat ze ongeneeslijk ziek was. De maanden daarna heb ik haar verzorgd, gewassen en haar maagsondes leren aanleggen. Aan het eind van dat jaar overleed ze.

Deze ervaring maakte dat ik de opleiding stervensbegeleiding ben gaan doen. Eerst heb ik in een ander hospice gewerkt. Daarna heb ik eens hier aangebeld. Bij de rondleiding die ik kreeg voelde ik de rust en de energie. Ik voelde me gelijk thuis.

Sterven is ingewikkeld. Ik heb zelf twee keer kanker gehad en ik dacht, ik ga dood. Maar

ik werd geopereerd en ze haalden het weg. Dus ik ging niet dood en ik weet dus niet wat het is om dood te gaan. Ik weet alleen maar hoe het is om een paar weken in spanning te zitten van misschien ga ik wel dood. Hier hoop ik kennis te delen over het leven en over de dood. Hoe zijn mensen ziek? Hoe ondergaan ze het? Ik zie hier dat sterven op heel verschillende manieren kan.

Zelf breng ik veel humor mee. Met één gast ging ik dansen, met een ander zingen en met weer een ander maakte ik foute grappen.

Ik word heel vaak geraakt. Dan voel ik iets van tranen opkomen. Oogcontact maken en hartcontact, dat vind ik heel belangrijk.’





stadshospice
thuis en in ons huis **Utrecht**

Aangesloten bij:



Vrijwilligers Palliatieve
Terminale Zorg
Nederland

Tekst: Jessica van Spengen

Beeld: Arnoud Apituley

Vormgeving: Yaela Perk