



## NIEUWSBRIEF



### 2022 in vogelvlucht door Ineke Aalderink

Het is alweer september en nog steeds lijkt het hoogzomer wanneer we de buiten temperatuur voelen. Heerlijk, aan zon hebben we geen tekort gehad dit jaar. Wat waren we blij met de airco in huis. Deze konden we een aantal jaren aanschaffen dankzij een bijdrage van de Vrienden.

2022 is tot nu toe een jaar waarin we redelijk zonder Corona weer ons werk konden doen. Het blijft natuurlijk oppassen en we weten ook nog niet hoe het in de herfst en winter zal gaan, maar we hebben weer een fijne zomeractiviteit kunnen organiseren voor onze vrijwilligers. We zijn met elkaar naar Landgoed "De Paltz" geweest in Soesterberg. Op dit landgoed exposeert Herman van Veen zijn kunst in een prachtig landhuis. Verspreid over het landgoed staan veel buitenkunstwerken van verschillende kunstenaars. Er is ook een klein theater waar jonge artiesten optreden. Voor onze vrijwilligers trad een jonge zangeres op met liedjes van Wim Sonneveld, prachtige vertolking van veel bekende liedjes. Daarna waren er natuurlijk lekkere hapjes en drankjes.

In het voorjaar van 2022 is de gemeenteraad akkoord gegaan met het plan dat er een nieuw Hospice gebouwd gaat worden in Nieuwegein met een uitbreiding naar 6 bedden. Dat betekent dat wij over een aantal jaren gaan verhuizen. Spannend, maar we hebben er ook veel zin in. Vooral ook omdat we dan ook meer gasten kunnen verzorgen in de laatste levensfase. U zult daar vast de komende nieuwsbrieven meer over horen.

*Ineke Aalderink*  
Directeur Proxima

### Het uiterlijk van de nieuwsbrief gaat veranderen!

Beste vrienden!

Al jaren ontvangt u deze nieuwsbrief in het bekende formaat, in de u zo bekende kleuren.

Nu onlangs onze hele website geheel is vernieuwd, gaan we ook het formaat van deze nieuwsbrief veranderen.

Nu bijna iedereen de nieuwsbrief via de mail krijgt, hoeven we ons niet meer te houden aan die ene pagina omdat het via mail niet meer uitmaakt hoe groot het bericht is, dat we u sturen. Daarnaast kunnen we in onze digitale nieuwsbrief links opnemen naar leuke en andere interessante artikelen.

Elk jaar zullen we onze mail-vrienden ook het uitgebreide jaarverslag van Proxima sturen. Het jaarverslag wordt natuurlijk ook op onze website gepubliceerd, dus onze vrienden zonder e-mail, kunnen het jaarverslag altijd op de website bekijken.

Natuurlijk vergeten we onze trouwe vrienden zonder internet niet. Uiteraard blijft u onze berichten via Postnl in de bus krijgen. Om drukkosten te besparen zullen we de nieuwsbrief voor u in eigen beheer gaan afdrukken. Dat betekent afscheid nemen van het mooie dikke papier en de wat glossy uitstraling. Maar de berichten blijft u van ons krijgen.

Natuurlijk helpt u ons enorm wanneer ook U uw mail-adres aan ons doorgeeft, zodat we ook aan u onze mooie digitale nieuwsbrief kunnen sturen.

### Website

Zoals we al in onze vorige nieuwsbrief hebben gemeld, is de nieuwe website life gegaan. Hebt u al eens een kijkje genomen?

Er staan mooie foto's, interessante verhalen, en natuurlijk goede informatie:

[www.proxima-terminalezorg.nl/](http://www.proxima-terminalezorg.nl/)

Sinds kort bestaat ook de mogelijkheid om u via de website als donateur aan te melden, heel gemakkelijk. Bent u zelf al donateur, stuur dan de link eens door naar uw vrienden; wij zijn heel blij met nieuwe donateurs, of zoals wij ze ook graag noemen: nieuwe vrienden.

Wat ook nieuw is, is de mogelijkheid om een (extra) eenmalige gift over te maken via de website. Wilt u ons financieel steunen, ga dan naar [www.proxima-terminalezorg.nl/vrienden-van](http://www.proxima-terminalezorg.nl/vrienden-van).



### Zomeractiviteit voor Proxima-vrijwilligers en medewerkers



Vrijdag 1 juli was 't weer zover. Een voor alle Proxima-medewerkers georganiseerde feestelijke zomeractiviteit. Gekozen was voor een uiterst idyllische, sfeervolle locatie in Soest: Herman van Veens Arts Center op Landgoed De Paltz.

Sommigen sportief met de fiets, anderen solo of in groepjes per auto, een stukje verderop parkeren. Vervolgens met de pendelbus of korte wandeling naar het domicilie van een der nestors van de Nederlandse kleinkunst en geestelijk vader van Alfred Jodocus Kwak, wie kent 'm niet .....

De ontvangst met koffie en thee was gearrangeerd in de monumentale villa, centraal op het landgoed, omzoomd door magnifiek onderhouden tuinen en bossen. Na deze aankomst en aangename versnapering werd ons hele gezelschap begeleid naar een nabij gelegen theaterzaal op het terrein.

Zangeres en actrice Saskia Egtberts verzorgde daar, begeleid door pianist Bouwe Bruins, de uiterst sfeervolle en onderhoudende voorstelling "Saskia zingt Sonneveld". In een klein uurtje passeerde het tumultueuze leven van een der grote theaterpersoonlijkheden van ons taalgebied de revue, omlijst door vele door hem bekend geworden liedjes, waarbij de klassieker "Het Dorp" uiteraard niet ontbrak. Heerlijk dit nostalgische tripje down memory lane.

De afsluiting vond weer plaats in de villa: bij- en napraten onder het genot van drankjes en heerlijke hapjes.

Al met al een in mijn ogen zeer geslaagde activiteit, tot in de puntjes georganiseerd en hartelijk bedankt hiervoor. En zelfs met het KNMI in De Bilt nog prima weer regelen ook!

door hospicie-vrijwilliger Gerard Drost

## Mijn ervaring over de eendaagse training "De bedoeling",



In maart mocht ik deelnemen aan de training "De bedoeling", gehouden door Gabriëlle Konings, VPTZ trainer.

De training werd aan de vrijwilligers van Proxima gegeven, waarin je motivatie om vrijwilliger te zijn van Proxima aan bod kwam. Waarom zijn wij vrijwilliger en wat brengt het je zelf om dit werk te doen. Naast het feit dat je er wilt zijn voor de ander, zal het ook zinvol moeten zijn voor jezelf om het werk te kunnen volhouden.

Hier werd in vier groepjes over gediscussieerd, waarbij steekwoorden werden opgeschreven en vergeleken met de uitkomsten van de andere groepjes. Het er voor de ander willen zijn, een luisterend oor bieden, het ontlasten van mantelzorgers, zingeving waren terugkerende begrippen.

Verrassend was het, dat het vrijwilligerswerk voor ons allemaal iets anders bracht. Zelf ben ik altijd geïntrigeerd geweest hoe mensen

omgaan met de wetenschap dat ze binnenkort gaan sterven. Ook geeft het voldoening wanneer je een goed gesprek kunt hebben met de zieke of met een mantelzorgster, waardoor je voor iemand iets hebt kunnen betekenen. Er toe doen.

In de middag kwam ook de organisatie Proxima aan bod. Hoe ervaren de vrijwilligers de communicatie en is de visie van Proxima voor een ieder duidelijk.

Omdat de neiging bestaat om opdrachten strikt uit te voeren, bestaat de kans dat je de missie en visie van Proxima uit het oog verliest. Dit werd door middel van een opdracht met lego steentjes duidelijk gemaakt. We werden opgesplitst in vier groepjes met per groep een aantal bouwsteentjes. Hieraan zaten opdrachten verbonden. Vanaf een voorbeeld moest ieder groepje het voorbeeld precies namaken. Echter, het voorbeeld was afgeschermd zichtbaar en slechts 1 iemand per keer mocht even kijken. Per groep was er 1 bouwer, die niet mocht kijken en afhankelijk was van instructie van degene die was gaan kijken. Alle vier de groepjes hadden net een ander legosteentje in de bouwdoos dan het voorbeeld aangaf. Er ontstond concurrentie tussen de groepjes onderling, terwijl de instructie geen duidelijkheid gaf dat je per groep de opdracht moest

uitwerken. We hadden uit het oog verloren dat je ook met andere groepen mocht samenwerken. De missie werd dus gemist. Wat was het mooi geweest om het grote geheel te blijven zien door samen te werken met de andere groepjes.

Over het algemeen zijn de vrijwilligers van deze dag heel tevreden over de organisatie. Enkele besprekingspunten zijn naar voren gekomen, die de coördinator mee zou nemen naar de organisatie, als communicatie rondom aantal inzetten als iemand te beperkt wordt ingezet en ook onduidelijkheden rondom bezoek mantelzorgster wanneer iemand is overleden. Zelf heb ik het een mooie dag gevonden. Eigenlijk is het altijd verrijkend om mede vrijwilligers te ontmoeten.

door thuis-vrijwilliger Ria Kolk

## De Bedoeling



Als ik Hannie vraag of ze wat wil vertellen over de bedoeling van de dag, komen we even terecht in een vreemd misverstand. 'Inderdaad', zegt ze: 'de bedoeling'. Na wat vragende blikken van mij, legt ze uit dat de dag de titel 'De bedoeling' had meegekregen.

En die bedoeling kan je heel ruim uitleggen:

- Wat is de bedoeling van het werk in de hospice?
- Wat is jouw bedoeling in dit werk?
- Wat is de bedoeling van een uniforme werkwijze?

Het ochtendprogramma bestond uit vooral heel veel praten, waarin alle 18 aanwezigen hun eigen antwoorden konden geven op deze vragen. Dat betekent voor alle aanwezigen natuurlijk ook heel veel luisteren en verwerken. 'Wat vooral duidelijk werd, is dat we allemaal

vanuit een eigen intentie dit werk doen, en dat iedereen zijn eigen bagage heeft. Zolang goed samengewerkt wordt, zijn deze verschillen in werk prima'.

Na een goed verzorgde lunch begon het middagprogramma. Dit startte gelijk wat actiever met een opdracht in kleine groepjes met verschillende rollen en legoblokjes. Doel van de opdracht was uiteindelijk te zien hoe belangrijk goede communicatie en goede samenwerking is, maar ook, hoe belangrijk creatief nadenken is, en het zogenaamde 'out-of-the-box-denken'. Kortom, achteraf kon flink gelachen worden, maar ook gereflecteerd op eigen gedrag. Hanny vond het een zeer geslaagde dag. 'De dag vloog om'. Ze is erg lovend over de coach van die dag, Gabriëlle, die iedereen goed liet meedoen en iedereen in zijn waarde liet.

vanuit het gezichtspunt van hospice-vrijwilliger Hannie van Wijhe.

## Colofon

### Redactie nieuwsbrief:

Wilma van Nieuwamerongen  
Ineke Aalderink  
Stefanie Rutgers

### Ontwerp/opmaak:

Nick Rademaker  
www.nrontwerp.nl

### Correspondentieadres:

Stichting Vrienden Proxima Terminale Zorg  
t.a.v. redactie Nieuwsbrief  
Veldhoeve 1, 3438 LL Nieuwegein  
e-mail: vrienden@proxima-terminalezorg.nl

## Informatie

### Stichting Vrienden Proxima Terminale Zorg

www.proxima-terminalezorg.nl/vrienden-van.php  
e-mail: vrienden@proxima-terminalezorg.nl  
Bank: NL40 RABO 0338.0111.61

### Proxima Terminale Zorg Hospice & Thuis

www.proxima-terminalezorg.nl  
e-mail: info@proxima-terminalezorg.nl  
Hospice tel: 030-6050820  
Thuis tel: 030-6000017

Proxima Terminale Zorg Hospice & Thuis is een vrijwilligers organisatie die zowel in de hospice als thuis zorg en begeleiding geeft aan terminaal zieke personen en hun naasten. Stichting Vrienden Proxima Terminale Zorg ondersteunt Proxima hierbij door noodzakelijke financiële middelen beschikbaar te stellen.

## Weet u iemand die Vriend wil worden?

Dan kan dit door het insturen van deze ingevulde en ondertekende strook naar de Stichting Vrienden Proxima Terminale Zorg, Antwoordnummer 2569, 3430 VB Nieuwegein (een postzegel is niet nodig)

Ik word Vriend van Proxima Terminale Zorg. Het bedrag dat de Stichting Vrienden Proxima Terminale Zorg jaarlijks mag afschrijven is:

25,00 euro  50,00 euro  meer € .....

Handtekening

Naam: ..... m / v : .....

Adres: .....

Postcode: ..... Plaats: .....

E-mailadres: ..... Tel nr: .....

Rekeningnummer (IBAN): .....

Datum: ..... Plaats: .....

### MACHTIGING

Stichting Vrienden Proxima Terminale Zorg  
Veldhoeve 1 3438 LL Nieuwegein (NL)  
Incassant ID: NL40ZZ301908260000  
Kenmerk machtiging: donatie Proxima

Door ondertekening van dit formulier geeft u toestemming aan Stichting Vrienden Proxima Terminale Zorg om doorlopend incasso-opdrachten te sturen naar uw bank om een bedrag van uw rekening af te schrijven en aan uw bank om doorlopend een bedrag van uw rekening af te schrijven overeenkomstig de opdracht van de Stichting Vrienden Proxima Terminale Zorg. Als u het niet eens bent met deze afschrijving kunt u deze laten terugboeken. Neem hiervoor binnen 8 weken na afschrijving contact op met uw bank. Vraag uw bank naar de voorwaarden.