

# zorg

voor het leven

jaargang 35 | nummer 3 | september 2017



**‘Wanneer accepteer je dat je iets niet meer kunt?’ P4**

**Vrijwilligerswerk in een hospice P10**

**Ledenwerfcampagne: Elk mens mag er zijn P15**

**levenseinde**

**npvzorg.nl**

## Algemene informatie



### Wat biedt de NPV?

- NPV-Spreekuur: (0318) 54 78 88  
Zie ook [www.npvzorg.nl/spreekuur](http://www.npvzorg.nl/spreekuur)
- Voor urgente medische vragen kunt u 24/7 contact opnemen met het NPV-Consultatiepunt: (0318) 54 78 78  
Zie ook [www.npvzorg.nl/consultatiepunt](http://www.npvzorg.nl/consultatiepunt)
- NPV-Levenswensverklaring: (0318) 54 78 88  
Zie ook [www.npvzorg.nl/levenswensverklaring](http://www.npvzorg.nl/levenswensverklaring)
- NPV-Thuishulp: (0318) 54 78 88  
Zie ook [www.npvzorg.nl/thuishulp](http://www.npvzorg.nl/thuishulp)
- Gesproken versie van ZORG?  
Bel (0318) 54 78 88 of mail naar [info@npvzorg.nl](mailto:info@npvzorg.nl)

### Wat deden we met uw gift?

De giftenactie bij het vorige nummer van ZORG was gericht op **keuzehulp bij erfelijke aandoeningen**. Met uw bijdragen konden we in het afgelopen kwartaal via het NPV-Spreekuur keuzeondersteuning geven bij vragen die raken aan genetische aandoeningen en testen. We lanceerden een digitale module, gericht op ondersteuning bij het maken van een weloverwogen keuze over voorspellend DNA-onderzoek. Het speciaal ontwikkelde wachtkamertijdschrift is ter beschikking gesteld aan alle klinisch genetische centra in Nederland. Via een online campagne is behalve dit tijdschrift ook de digitale keuzehulp gepromoot; ruim 43.000 mensen hebben we de afgelopen periode op deze manier bereikt. Naast onze activiteiten rond erfelijkheid heeft de NPV een bijdrage geleverd aan de totstandkoming van een neutrale niet-reanimerenpenning, die op 7 juni jl. is vrijgegeven. Met dankbaarheid kunnen we melden dat we hebben bijgedragen aan een van de hoorzittingen in de Eerste Kamer over het voorgestelde nieuwe orgaandonatiesysteem.

Met uw financiële steun was dit alles mogelijk. Dank daarvoor!



### Lidmaatschap & giften

#### Lid worden

U kunt zich aanmelden via onze website. De contributie bedraagt € 17,50 per jaar (gezinsleden betalen € 12,50 per jaar). Jongeren tot 25 jaar kunnen voor € 12,50 per jaar lid worden van Way of Life. Uw lidmaatschap kan elk gewenst moment ingaan en wordt automatisch verlengd.

#### Adreswijziging of opzegging

Geef uw adreswijziging of opzegging bij voorkeur door via onze website [www.npvzorg.nl/lidmaatschap](http://www.npvzorg.nl/lidmaatschap) of mail naar [ledenadministratie@npvzorg.nl](mailto:ledenadministratie@npvzorg.nl). Opzeggen schriftelijk voor 5 november.

#### Giften

Uw financiële steun is welkom op rekeningnummer **NL11 INGB 0004 7118 88** t.n.v. 'NPV'. Vermeld uw naam, adres en de opmerking 'gift'.

### Let's Help

Als NPV-lid kunt u voor een groot deel kosteloos gebruikmaken van de letselschadedienst Let's Help. Zie [www.letshelp.nl](http://www.letshelp.nl).

## startpunt

De laatste levensfase, wat betekent dat voor u en jou? Het is een vraag waar we misschien niet zo snel en gemakkelijk over nadenken en praten. Toch is het belangrijk om te doen en vooral ook om het tijdig te doen. Ik ben blij met het toenemende aantal verzoeken om op themabijeenkomsten hierover te spreken. Er leven zoveel vragen over palliatieve zorg, maar er zijn ook zoveel dingen die goed zijn om te bespreken, nog voordat ziekte en naderend sterven aan de orde zijn.

De NPV-Levenswensverklaring biedt een goede 'kapstok' voor een gesprek met de arts. In dit nummer van ZORG vindt u een ervaringsverhaal van iemand die kan terugkijken op een paar cruciale momenten in het leven. De levenswensverklaring biedt in zulke situaties duidelijkheid.

Terwijl de euthanasiecijfers jaarlijks stijgen en de zelfgekozen dood steeds meer vanzelfsprekend lijkt in onze samenleving, laat de NPV graag een ander geluid horen. Over de waarde van goede palliatieve zorg bijvoorbeeld. En hoe betekenisvol vrijwilligers zijn in een hospice. De NPV geeft niet alleen woorden, maar ook 'handen' aan de zorg voor het leven. In een interview met Manon Vanderkaa klinken verhalen en ervaringen over ouder worden en sterven. Hoe kwetsbare momenten betekenisvolle momenten kunnen zijn. Hoe om te gaan met toenemende afhankelijkheid. Vroeg of laat krijgen we hier allemaal mee te maken.

In de verschillende verhalen klinkt door hoe het geloof houvast biedt. De woorden van Psalm 27 komen bij mij boven: 'Als ik toch niet had geloofd dat ik de goedheid van de Heere zou zien in het land van de levenden, ik was vergaan.' Ik hoop dat deze ZORG bijdraagt aan het vormen van gedachten en goede gesprekken over de laatste levensfase!

#### Wilt u bidden voor:

- Mensen die ongeneeslijk ziek zijn
- Zorgverleners en vrijwilligers in de palliatieve zorg
- Goede gesprekken over de laatste levensfase in de kring van de familie en in de spreekkamer van de arts
- Mensen die worstelen met suïcidale gedachten, of met suïcide werden geconfronteerd
- Het rondetafelgesprek in de Tweede Kamer over euthanasie op 30 oktober

#### Esmé Wiegman-van Meppelen Scheppink



## 'Week van het leven'

### Noteer alvast in uw agenda:

de 'Week van het Leven', van 4 - 9 december 2017.

In 2016 vond de eerste 'Week van het Leven' plaats. Het was een mooie, inspirerende week vol activiteiten. En dankzij radio-spots kon heel Nederland een week lang horen hoe groot het abortusprobleem in Nederland in werkelijkheid is: 1 op de 7 zwangerschappen eindigt in een abortus!

Het is van het grootste belang dat het maatschappelijk debat over abortus gevoerd wordt. Ook het prille menselijke leven verdient bescherming. Daarom opnieuw deze week, ditmaal onder het thema 'Wanneer begon jouw hart te kloppen?'

Via de websites [www.npvzorg.nl](http://www.npvzorg.nl) en [www.weekvanhetleven.nl](http://www.weekvanhetleven.nl) houden wij u op de hoogte van de activiteiten.







Manon Vanderkaa, directeur KBO-PCOB

# ‘Wanneer accepteer je dat je iets niet meer kunt?’

**Afhankelijk durven zijn. Accepteren dat je iets niet meer kunt, niet alles meer kunt. Dat zijn volgens Manon Vanderkaa, directeur van KBO-PCOB, wezenlijke aspecten van het ouder worden. En dus van het naderende levenseinde.**

**Manon Vanderkaa:**  
‘Er begint iets te kantelen.’

Voor iemand die aan het roer staat van Nederlands grootste seniorenorganisatie (KBO-PCOB heeft ruim een kwart miljoen leden) is het onderwerp levenseinde natuurlijk nooit ver weg. Praat je daardoor zelf ook makkelijker over de dood? ‘Dat heb ik altijd wel gedaan, ik kan niet zeggen dat ik het makkelijker vind doordat ik hier werk. Je bent je wel meer bewust van het feit dat je ouder wordt, maar dat is ook logisch – ik ben nu 51, mijn eigen ouders worden ouder. Wat ik wel zie, zowel privé als in het werk, is hoe verschillend mensen omgaan met ouderdom.

Cruciale vraag is: Kun je accepteren dat je sommige dingen niet meer kunt, dat je afhankelijk wordt? Dat is natuurlijk ook heel moeilijk. Bij ons in de parochie is er een oude dame die we ‘s zondags ophalen om mee te gaan naar de kerk. Ze vindt het altijd zó lastig om dat te vragen. We maken er gekscherend ook wel ruzie over, om haar maar duidelijk te maken dat we dat gewoon graag doen. Maar ze blijft het moeilijk vinden.’ Afhankelijk durven zijn is een kunst. Kun je nu al leren hoe je daar te zijner tijd mee omgaat? ‘Ik hoop dat het me gegeven is’, zegt Manon Vanderkaa bescheiden. ‘Wat ik spannend vind, is de scheidslijn tussen afhankelijk zijn en zelf nog dingen kunnen. Die overgangsfase. Wanneer accepteer je dat je iets niet meer kunt? Dat moet je ook niet te snel doen! Mijn moeder is veel te vroeg gestopt met fietsen. Heel jammer! Anderzijds waren wij ook wel heel blij toen mijn vader besloot het autorijden op te geven... Ik hoop in elk geval dat ik het kan aanvaarden als ik bepaalde dingen niet meer kan.’

## Levenskracht

Aanvaarden dat je niet alles meer kunt, je zou het een vorm van levenskunst kunnen noemen. Daar mogen we best meer van horen, van die levenskunst en levenskracht van ouderen, aldus Vanderkaa. Ze doelt op het vermogen om, zelfs in

heel kwetsbare situaties, ook plezier en betekenis te kunnen vinden. ‘Er zijn gelukkig voorbeelden van mensen die een groot verlies hebben geleden en toch weer een nieuw perspectief ontdekken. Natuurlijk kun je niet ontkennen dat sommige ouderen levensmoe zijn. Het komt er dan op aan dat we hen nabij zijn. Soms is het niet meer dan: het uithouden. Maar dat is heel wat anders dan dat de overheid zou gaan faciliteren dat deze ouderen stervenshulp moeten krijgen.’ In het wetsvoorstel van D66 omtrent voltooid leven ziet ze dan ook geen heil. In plaats daarvan bepleit ze een brede maatschappelijke dialoog over dit onderwerp. Dat doet KBO-PCOB onder meer vanuit de coalitie Van Betekenis tot het Einde, waarin ook de NPV participeert. Het grootschalige verzet tegen het voorstel van D66 geeft Manon Vanderkaa goede hoop dat zo’n wet er niet komt. ‘Er begint iets te kantelen. De bezwaren tegen de ideologie van de zelfredzaamheid komen van alle kanten, je hoeft daar echt geen christen voor te zijn. Afhankelijkheid en kwetsbaarheid horen bij het leven, ze maken het juist zo waardevol! In het begin van het leven vinden we die kwetsbaarheid schattig, maar het is iets dat bij allerlei fasen hoort.’

## Andere woorden

Vorig jaar werden de (katholieke) Unie KBO en de (protestantse) PCOB samengevoegd tot KBO-PCOB. Wat merkt Manon Vanderkaa, zelf rooms-katholiek, van de cultuurverschillen die zo’n fusie met zich meebrengt? ‘Beide organisaties hebben een heel diverse achterban. Ik denk dat dat juist is wat bindt. Mensen bedoelen in grote lijnen hetzelfde, maar gebruiken daar soms wel andere woorden voor.’ Dat blijkt bijvoorbeeld uit de dialooggesprekken om het levenseinde bespreekbaar te maken. ‘Het is een onderwerp dat schroom kan oproepen, maar inmiddels weten we hoe enorm waardevol die uitwisseling kan zijn. Ook als de ervaringen negatief zijn, dan kan dat helpen om te weten wat je voor je eigen levenseinde van belang vindt.’ Langzamerhand wordt het thema levenseinde een minder beladen onderwerp. Het is nog wel eens zoeken naar een aanleiding. Soms krijg je die in de schoot geworpen door een concrete gebeurtenis. ‘Mijn vader moest opgenomen worden en kreeg de vraag voorgelegd: “Wilt u nog gereanimeerd worden?” Dat woordje ‘nog’ he? Het gevolg was dat hij enigszins beschroomd antwoordde: “Ja, dat wil ik nog wel.” Hij wilde inderdaad nog graag verder leven. Wij hadden niet anders verwacht, ook al is dat nooit zo expliciet besproken.’

## Aan het leven gehecht

Welke gedachten heeft ze bij haar eigen levenseinde? ‘Je hoort wel eens over mensen die op hoge leeftijd nog zeer actief, zeer maatschappelijk betrokken zijn, reizen maken enzovoorts. Dan roep je tegen elkaar: dat wil ik ook wel! Aan de andere kant moet ik denken aan mijn oma. Ze kwam bij ons in huis wonen toen ze nog redelijk vitaal was. Gaandeweg namen haar krachten af, ze heeft uiteindelijk vier maanden op sterven gelegen. Onze tweede was net geboren en met de baby op mijn arm ging ik naar haar bed. Ze kon bijna niets meer bewegen, toch tilde ze haar hand op om het kind aan te raken. Dat beeld van die oude hand over dat babybolletje... Tot het laatst had ze belangstelling voor de wereld om haar heen, was ze aan het leven gehecht. Een heel andere manier van oud worden, maar ook heel mooi. Overigens: sterven is nog steeds een mysterie.’





Hoe Nederland met euthanasie omgaat, houdt de gemiddelde Nederlander de gemoederen bezig. Euthanasie is steeds meer een normale praktijk geworden. Er kwamen nieuwe groepen voor actieve levensbeëindiging in beeld: dementerende ouderen, psychiatrische patiënten, pasgeborenen. En of het nog niet genoeg was kwam daar de discussie bij over 'voltooid leven'. Maar er is ook een onderstroom die steeds luider klinkt: mensen die van huis uit voorstander zijn van euthanasie - uit 'onverdachte' hoek komen dus - verwoorden hun bezwaren in paginagrote krantenartikelen, psychiaters en verpleegkundigen protesteren tegen een wet bij 'voltooid leven' en de bereidheid om euthanasie toe te passen daalt onder artsen. Wat is er aan de hand?

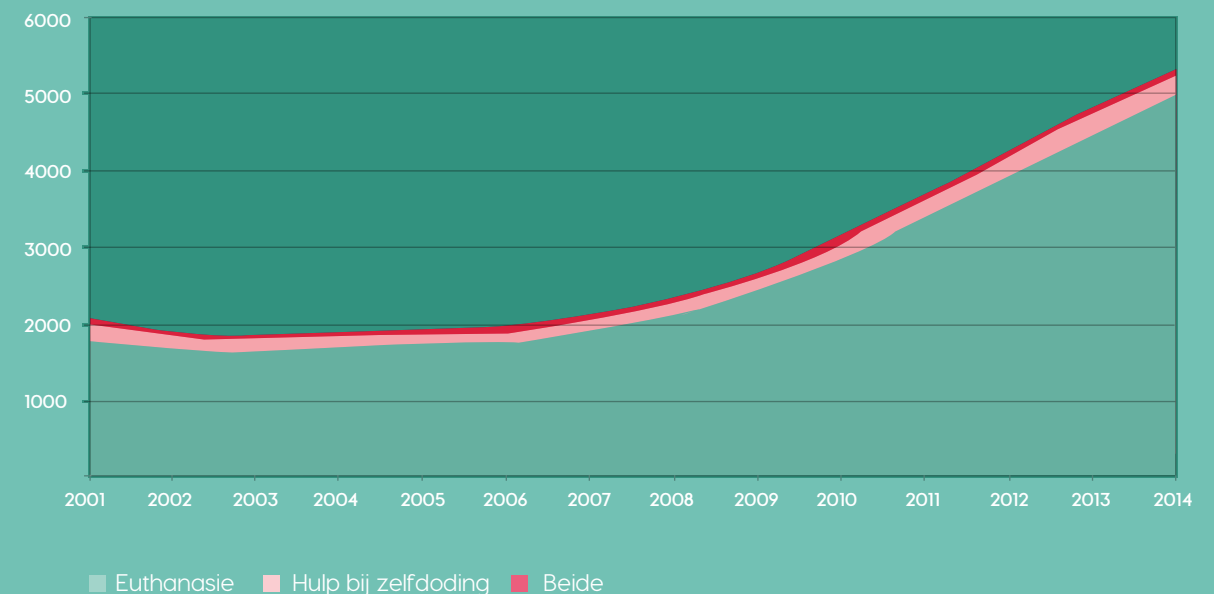
## Wie heeft er nog grip op euthanasie?

Elke 5 jaar verschijnt er een evaluatie van de euthanasiepraktijk. Afgelopen mei kwam de derde evaluatie, samen met een positief persbericht: een groot deel van de bevolking vindt het goed dat er een euthanasiewet is en driekwart kan zich voorstellen ooit zelf een beroep op euthanasie te doen. Meer dan de helft van de Nederlanders vindt dat mensen met dementie, een psychiatrische aandoening of ouderen met een voltooid leven in aanmerking zouden moeten kunnen komen voor euthanasie. Ruim 15% is hier juist tegen. Op basis van het evaluatierapport kan je echter ook een ander persbericht opstellen. Dat zou dan ongeveer als volgt luiden:

'Euthanasie is bezig met een gestage opmars. Tussen 2002 en 2016 is sprake van een stijging van 287%. In 2015 stierven er ongeveer 430 mensen door euthanasie, zonder uitdrukkelijk verzoek. Hoewel er veel geïnvesteerd is in goede zorg rond het levenseinde, palliatieve zorg, zien we geen effect in een daling van euthanasie. Stoppen met eten en drinken wordt door 51% van de artsen als een goed alternatief voor euthanasie gezien. Euthanasie is een westers vraagstuk; vrijwel geen niet-westerse allochtoon kreeg euthanasie.'

De afgelopen tien jaar steeg het aantal meldingen van euthanasie van (afgerond) tweeduizend naar zesduizend per jaar

Aantal geregistreerde euthanasiegevallen naar type 2001-2014



Deze evaluatie mag niet zomaar in een la verdwijnen. Tegelijk zou een onderzoek naar euthanasie een spade dieper moeten gaan: Hoe komt het dat ieder jaar méér mensen euthanasie krijgen? Hoe komen patiënten tot een euthanasieverzoek en welke rol spelen omstanders daarbij? Wat zijn de langetermijneffecten van de manier waarop we als samenleving tegen de dood aankijken?

In oktober staat een rondetafelgesprek met de Tweede Kamer gepland, waarvoor ook de NPV is uitgenodigd. We zullen opnieuw de waarde van het leven benadrukken en de overheid oproepen haar burgers te beschermen. We zullen vragen blijvend te investeren in palliatieve zorg en de vinger leggen bij de verschuiving van 'uiterste noodsituatie' naar de gedachte van een 'recht op' euthanasie. We zullen aandacht vragen voor eenzaamheid als een groeiend maat-

schappelijk probleem en een alarmerende stijging van suïdecijfers. En we zullen oproepen de gevolgen van euthanasie voor de samenleving te onderzoeken. Er waren jaren dat de NPV redelijk alleen stond met haar boodschap. Maar de tijd is veranderd. De psychiater Boudewijn Chabot, voorstander van euthanasie, waar-schuwde onlangs in NRC: "Ik zie niet hoe we de geest weer in de fles krijgen. Het zou al heel wat zijn als we erkennen dat hij eruit is."

### Meer weten?

[www.npvzorg.nl/thema/euthanasie](http://www.npvzorg.nl/thema/euthanasie)  
[www.npvzorg.nl/thema/voltooid-leven](http://www.npvzorg.nl/thema/voltooid-leven)



## De NPV-Levenswensverklaring geeft houvast

# 'Ik kreeg een tweede leven'



Dat ze 86 jaar is en afgelopen december een grote operatie heeft meegemaakt, is mevrouw C. van der Stouw niet aan te zien. Energiek komt ze naar de deur gelopen en verwelkomt me. Haar – recente – ziek-zijn zorgde ervoor dat ze opnieuw tot nadenken werd gezet op haar levensweg. En ze beseft hoe belangrijk de inhoud van de NPV-Levenswensverklaring is. Ook al was ze zich dat niet eens zo bewust tijdens deze opname in het ziekenhuis, de verklaring geeft houvast in de gesprekken over en de beslissingen rond het levenseinde. Een ervaring die ze graag wil delen.

Het is maandag 5 december 2016 wanneer mevrouw Van der Stouw merkt dat ze echt haar ene been niet meer voor het andere kan krijgen. Al langere tijd was ze moe en wat nooit eerder gebeurde in al die jaren dat ze als vrijwilliger in een verzorgingshuis actief is: ze begon er steeds meer tegen op te zien. POB-klachten (pijn op de borst) maken dat ze acuut in het ziekenhuis wordt opgenomen. Ze blijkt een infarct te hebben doorgemaakt en heeft diverse vernauwingen. Een operatie wordt gepland.

De vraag 'Wilt u gereanimeerd worden wanneer er zich een hartstilstand voordoet?' is er één die de laatste jaren steeds vaker gesteld wordt bij een ziekenhuisopname. Mevrouw herkent dit. Haar werd

de vraag niet één, maar zelfs meerdere keren in verschillende situaties voorgelegd. Duidelijk is haar antwoord: 'Ik heb een Levenswensverklaring, en ik herken me in wat daarin wordt uitgedrukt. Het houdt in dat ik wil dat jullie in principe alles doen wat kan, maar niet in het onmogelijke en niet tot in het oneindige'. De oudste dochter van mevrouw – ook aanwezig tijdens ons gesprek – is het hiermee eens.

### Verwarring

Een onverwachte situatie ontstaat wanneer er het weekend voor de geplande operatie ineens sprake blijkt te zijn van een nieuw doorgemaakt infarct. Er wordt besloten tot een spoedoperatie, maar daarvoor moet mevrouw naar een ander ziekenhuis worden vervoerd. Terwijl de ambulancebroeders bezig zijn om moeder Van der Stouw klaar te maken voor vervoer, begint één van hen als uit het niets te reanimeren. Op de monitor – waar ze vanwege haar doorgemaakte infarct aan ligt – is te zien dat er sprake is van een acute hartstilstand, die direct ingrijpen vereist. Een bijzonder heftig moment voor de dochter en haar man die op dat moment aanwezig zijn. Niet alleen heftig vanwege het onverwachte, maar ook omdat er ter plekke een discussie ontstaat. Want ondanks het eerder gevoerde gesprek hierover, is niet helder of mevrouw nu wel of niet gereanimeerd zou willen worden. Hoe deze verwarring heeft kunnen plaatsvinden is tot op de dag van vandaag onduidelijk. Maar de aanwezigheid van de schoonzoon, die in de rol als vertegenwoordiger van moeder heel duidelijk kan aangeven dat haar wens 'wel reanimeren' zou zijn geweest, maakt dat er wordt doorgegaan. Het raakt mevrouw zichtbaar wanneer haar dochter dit vertelt. 'Hoe zou het zijn afgelopen als jullie er niet



Mevrouw C. van der Stouw: 'Praat erover, en doe het tijdig!'

waren geweest op dat moment?' vraagt ze zich hardop af. Om met overtuiging verder te gaan: 'Ik mocht een tweede leven krijgen. En ik verwonder me erover! Zo bijzonder. Ik weet dat er iemand is die over me gewaakt heeft.'

### Als in een film

Door haar ervaringen is mevrouw Van der Stouw de meerwaarde van de NPV-Levenswensverklaring gaan zien. 'Het is niet zozeer het belang van het pasje of de verklaring op zichzelf, maar juist het bespreekbaar maken ervan en wat dat betekent voor jezelf. Praat erover met je vertegenwoordiger en met je arts. En doe het tijdig... niet pas wanneer de situatie zich al voordoet, maar juist dan wanneer je in alle rust het gesprek kan voeren en met je arts de situatie kunt wegen: wat zijn in deze situatie voor mij, gezien mijn gezondheid, de juiste keuzes?'

Na de operatie bracht mevrouw Kerstfeest 2016 door in het ziekenhuis. Ondanks dat ze daar lag, mocht ze echt Kerst vieren. 'Alles trok als in een film aan me voorbij. Ik mocht er doorheen komen'. Ze is dankbaar. Het was haar tijd nog niet. 'De Heere komt de eer toe'.

Rineke Heij



### Een wilsverklaring

Een NPV-Levenswensverklaring is een wilsverklaring; een document voor momenten waarop u niet meer kunt aangeven wat uw wensen zijn. Een niet-reanimerenbesluit kan, wanneer daar de juiste medische overwegingen aan ten grondslag liggen, in lijn zijn met een NPV-Levenswensverklaring. Meer informatie vindt u op [www.npvzorg.nl/levenswensverklaring](http://www.npvzorg.nl/levenswensverklaring).

### Neutrale verstrekker

Mevrouw Van der Stouw had de wens om gereanimeerd te worden, gezien haar gehele gezondheidssituatie. Er kunnen echter redenen zijn die een besluit om niet te reanimeren, rechtvaardigen. Een niet-reanimerenbesluit kan op diverse manieren worden vastgelegd:

- In het medisch/ verpleegkundig dossier
- In een niet-reanimerenverklaring (een voorbeeld hiervan kunt u vinden via de website [www.thuisarts.nl](http://www.thuisarts.nl))
- Door middel van het dragen van een niet-reanimerenpenning

Sinds 7 juni kan een niet-reanimerenpenning worden aangevraagd bij Patiëntenfederatie Nederland. Eerder was de penning verkrijgbaar via de NVVE (Nederlandse Vereniging voor een Vrijwillig Levenseinde). Samen met enkele andere organisaties heeft de NPV zich met succes beijverd voor een neutrale verstrekker van de penning. Wilt u meer weten over de niet-reanimerenpenning? Kijk op [www.patiëntenfederatie.nl/producten/niet-reanimerenpenning/de-niet-reanimerenpenning](http://www.patiëntenfederatie.nl/producten/niet-reanimerenpenning/de-niet-reanimerenpenning).

Op basis waarvan kiest u voor wel of niet reanimeren? Ga naar [www.npvzorg.nl/thema/reanimatie](http://www.npvzorg.nl/thema/reanimatie).

## Vrijwilligerswerk in een hospice

# ‘Je ziet sommige cliënten hier zelfs opleven’

Liesbeth Meijer (38) uit Bennekom, afgestudeerd maatschappelijk werker, is in het dagelijks leven projectcoördinator bij vluchtelingenopvang. Daarvoor was ze boekhouder. ‘Inderdaad, een volslagen andere tak van sport’, lacht ze. ‘Ik houd wel van afwisseling.’ Een bekende uit haar kerkelijke gemeente attendeerde haar op hospice De Olijftak in Ede. ‘Volgens hem was dit echt iets voor mij.’ Dat had hij goed gezien. Na een paar meeloopdagen (‘ze moeten natuurlijk wel kijken of je geschikt bent voor dit werk’) kreeg ze drie jaar geleden een contract als NPV-vrijwilliger.

‘Eerlijkgezegd dacht ik in eerste instantie: is dit wel iets voor mij? Je bent hier immers bezig met de afronding van het leven, terwijl ik in mijn werk juist gewend ben iets met mensen op te bouwen.’

## Klein netwerk

Het hoeft geen tegenstelling te zijn, ontdekte ze al snel. ‘Je kunt er juist in deze fase aan meehelpen dat mensen het zo licht mogelijk hebben. Ze kunnen hier echt nog een mooie tijd beleven. Hoe vreemd het ook klinkt: sommige cliënten leven hier zelfs op. Denk aan mensen die maar een heel klein netwerk hadden, die op het sociale vlak echt verwaarloosd waren – voor hen is het extra bijzonder om met liefde en aandacht te worden omringd.’ Liesbeth



Anneke Verhoeven



heeft bij de afdeling Thuishulp van de NPV een cursus terminale hulpverlening gevolgd. ‘Als vrijwilliger beschouw ik me als het hulpje van de verpleegkundige. Je geeft eten en drinken, leest een stukje uit de krant of uit de Bijbel, maakt een praatje. Soms is het niet meer dan een slokje water geven. Er zijn er ook die de boot afhouden, die geen behoefte hebben aan contact. En dat is natuurlijk ook prima. Ik sta er zo in: u vraagt, wij draaien.’

Geen enkel sterfgeval laat je onberoerd, maar de ene cliënt doet je meer dan de andere. ‘Er zijn wel een paar mensen die ik nog altijd in mijn hoofd heb. Een man bijvoorbeeld met wie ik altijd ging wandelen – hij in de rolstoel. Hij was heel bereisd, vertelde daar ook over. Maar toen kwam ik op een dag aanfietsen om hem mee te nemen – lag hij plat op bed. Hij was te ziek om nog mee naar buiten te gaan en is kort daarna overleden. Ik herinner me ook een half verlamde man, ik moest zijn eten voeren. En zelfs dat had iets moois, mensen waarderen kleine dingen.’

## Vriendelijk

Of ze door dit werk anders tegen de dood is gaan aankijken? ‘Dat niet direct, maar ik ben wel onder de indruk van het feit dat mensen zo vriendelijk kunnen blijven terwijl ze weten dat ze binnenkort zullen overlijden. Natuurlijk geldt dat niet voor iedereen; ik kwam een man tegen die er niks van begreep, of beter gezegd: die God niet begreep. Hij kon niet accepteren dat het zo moest gaan.’ Je vrijwillig inzetten voor mensen aan het eind van hun leven heeft absoluut meerwaarde, weet Liesbeth. ‘Niet alleen voor de cliënt, ook voor jezelf. Het hospice is een heel goeie plek, ik kom er zelf ook tot rust. Je wordt er milder van. En dankbaarder. Als je het zelf goed hebt, dan wil je dat toch ook niet voor jezelf houden? Waarom zou sterven een van-mijn-bed-show zijn...?’

## Dank voor uw deelname aan het onderzoek naar de Levenswensverklaring!

Wij willen onze dank uitspreken aan alle NPV-leden die in de achterliggende periode hebben meegewerkt aan de digitale peiling en/of de focusgroep-gesprekken over de NPV-Levenswensverklaring (LWV). Uw medewerking aan het onderzoek geeft ons handvatten om de LWV en de bijbehorende dienstverlening nog beter te kunnen afstemmen op uw wensen en behoeften!

Eind 2016 heeft de NPV een digitale peiling uitgevoerd onder haar leden naar het functioneren van de NPV-Levenswensverklaring. Het doel van dit onderzoek was om inzicht te krijgen in de kennis en opvattingen van mensen over de LWV en na te gaan of deze wilsverklaring qua inhoud en vorm nog aansluit bij de praktijk. Naar aanleiding van de uitkomsten van de digitale peiling is besloten om verdiepend onderzoek te doen. In juni van dit jaar hebben er, onder professionele leiding, focusgroep-gesprekken plaatsgevonden met houders van een LWV. Vanuit deze gesprekken en de digitale peiling kwamen een paar interessante bevindingen naar voren. Zo blijkt de LWV een belangrijke functie te vervullen in een seculariserende wereld. Ook zijn mensen zich ervan bewust dat gesprekken met professionals en vertegenwoordigers essentieel zijn om eigen wensen kenbaar te maken. Naar aanleiding van de onderzoeken komen er voor de NPV enkele concrete vervolgacties naar voren. Het is wenselijk dat:

- de NPV de leesbaarheid van de LWV onder de loep neemt en waar nodig verbetert.
- er meer aandacht komt voor de inzet en het gebruik van de LWV en de toerusting van wettelijk vertegenwoordigers.
- de bekendheid van de LWV bij zowel professionals als (potentieel) gebruikers en vertegenwoordigers vergroot wordt.

In het komende nummer van *ZORG* verschijnt een uitgebreid artikel n.a.v. het onderzoek naar de NPV-Levenswensverklaring.





# ‘Er gaat geen dag voorbij dat ik er niet aan denk’

Als 13-jarig meisje vond Daniëlle een man die door zelfdoding om het leven was gekomen. Het is inmiddels bijna vijfentwintig jaar geleden, maar de gebeurtenis heeft een grote impact gehad op Daniëlles leven. ‘Er gaat geen dag voorbij dat ik er niet aan denk.’



## Zelfdoding: de feiten

- In 2016 maakten 1.894 mensen een einde aan hun leven. Gemiddeld zijn dat 5 mensen per dag.
- In Nederland overlijden twee keer zoveel mannen als vrouwen door zelfdoding.
- Onder mensen tussen de 10 en 40 is zelfdoding doodsoorzaak nummer 1 (463), meer dan mensen die sterven aan kanker (435), verkeersongevallen (168) en hart- en vaatziekten (161).

Meer informatie: [www.wayoflife.nl/zelfdoding](http://www.wayoflife.nl/zelfdoding)

Daniëlle blikt terug op de bewuste dag, een dag waarvan ze de datum niet meer weet. ‘Dat heb ik verdrongen denk ik. De man ligt hier in de buurt begraven en op zijn grafsteen kan ik de datum terugvinden.’

Het was in het najaar. Het was koud en ik was met een vriendinnetje buiten aan het spelen, vlakbij het water. We wilden even voelen hoe koud het water was en toen zagen we iets in het water liggen. Eerst dachten we dat het een vuilniszak was, maar al snel zagen we dat er iemand in het water lag. We gingen naar huis om hulp te halen, maar eerst geloofde niemand ons. Mijn vader ging met ons mee en heeft vervolgens de politie gebeld. Ik mocht niet kijken toen het lichaam uit het water gehaald werd, maar wilde het per se zien, zodat ik zeker wist dat er niks meer in het water lag.’

## Praatjes

Kort daarna wordt Daniëlle gebeld door Slachtofferhulp. ‘Ik was nog in shock en voor mijn gevoel ging het op dat moment wel redelijk goed met me. Daarna ga je weer over tot de orde van de dag. Er werd veel gepraat over het slachtoffer en waarom hij een einde aan zijn leven gemaakt zou hebben. Op een gegeven moment deden er zoveel praatjes de ronde dat ik mijn mond maar hield. Zelfs met mijn vriendinnetje heb ik er nooit meer over gepraat. Maar daarmee verdwijnt het niet uit je leven. Overal werd ik eraan herinnerd. Zijn huis stond aan de route waarlangs ik dagelijks naar school fietste. Een paar jaar later verhuisden we zelfs naar een plek dichtbij de vindplaats. Het heeft uiteindelijk vijf jaar geduurd voordat ik terugging naar die plek.’

## Foto

‘Op een gegeven moment is het jaren geleden dat het gebeurd is en heb je het idee dat mensen er niet meer op zitten te wachten dat je erover begint. Ik begin er nu pas over te praten, bijna vijfentwintig jaar later. Het heeft een groot deel van mijn leven beheerst. Er gaat geen dag voorbij dat ik er niet aan denk, maar ik probeer het nu voor mezelf af te sluiten.’ Een belangrijke stap in de verwerking was voor Daniëlle het moment waarop zij vorig jaar contact opnam met de familie van het slachtoffer. ‘Dat was heel eng, want wat haal je allemaal boven, zowel voor hen als voor jezelf? Ik heb om een foto van het slachtoffer gevraagd, want ik wilde een gezicht voor me zien en geen lichaam. Ik heb nu ook gehoord hoe zij alles beleefd hebben. Ik dacht altijd dat ze mij vergeten waren, maar dat bleek niet zo te zijn.’ Daniëlle vindt dat er meer aandacht moet komen voor mensen die iemand hebben gevonden die zelfmoord heeft gepleegd. ‘Het gaat vaak over degene die zelfmoord pleegt en de nabestaanden, maar niet over de personen die hem of haar vinden, terwijl het voor hen ook een enorm heftige ervaring is.’



## Jonny vindt man die zijn leven redde

De 20-jarige Jonny Benjamin staat op 14 januari 2008 met zijn tenen over de rand van de Waterloo Bridge in Londen, klaar om er vanaf te springen. Plotseling stopt er een voorbijganger, die tegen hem begint te praten en hem koffie aanbiedt. Jonny besluit af te zien van zijn voornemen en klimt terug over de rand. De man verdwijnt uit het zicht en Jonny ziet hem nooit meer terug. Wat zijn naam is, weet hij niet meer. Hij denkt Mike.

Zes jaar later gaat Jonny op zoek naar de man die zijn leven redde, en hij vindt hem! Bekijk de ontmoeting tussen Jonny en Mike op [www.wayoflife.nl/nieuws/jonny](http://www.wayoflife.nl/nieuws/jonny).

## Meer informatie

Denk je aan zelfmoord of maak je je zorgen om iemand anders? **113 zelfmoordpreventie** is dag en nacht bereikbaar via 0900-0113 of via de chat op [www.113.nl](http://www.113.nl).

Way of Life geeft workshops en gastlessen over zelfmoord. Kijk op [www.wayoflife.nl/workshops](http://www.wayoflife.nl/workshops) voor meer informatie.





# Hoe de NPV omgaat met uw persoonsgegevens

Omdat u lid bent van de NPV is het nodig dat we verschillende persoonsgegevens vastleggen. Dit zijn in ieder geval uw naam, adres, postcode en woonplaats, uw geboortedatum en uw bankrekeningnummer. Ook weet de NPV uw telefoonnummer en e-mailadres als u die heeft verstrekt.

We hebben deze informatie nodig om de jaarlijkse contributie te kunnen innen, om u te informeren over uw lidmaatschap, maar ook om u dit blad *ZORG* te kunnen toesturen. Uw e-mailadres gebruikt de NPV ook. Zo kan het zijn dat u een vrijblijvende uitnodiging voor een onderzoek ontvangt.

Sinds kort heeft de NPV een computerprogramma waarmee ook e-mailnieuwsbrieven kunnen worden verstuurd. Mogelijk hebt u onlangs zo'n nieuwsbrief

ontvangen. Graag blijven wij u deze informatie sturen, maar volgens de privacywetgeving hebben wij daarvoor uw nadrukkelijke toestemming nodig.

Veel leden hebben al aangegeven welke mails zij van ons willen ontvangen. Voor degenen die hun voorkeur nog niet kenbaar hebben gemaakt: als u de nieuwsbrief niet meer wilt ontvangen of als u niet langer wilt meewerken aan peilingen, dan kunt u zich eenvoudig afmelden via een link in de nieuwsbrief of uitnodiging via [ledenadministratie@npvzorg.nl](mailto:ledenadministratie@npvzorg.nl).

Heeft u nog vragen over uw privacy bij de NPV? Neemt u dan contact op met de functionaris gegevensbescherming via [privacy@npvzorg.nl](mailto:privacy@npvzorg.nl).



**Met 20 %  
najaarskorting**

*Ledenvoordeel*

## naar Hof van Putten

Even helemaal tot rust komen op het mooiste plekje van de Veluwe. Gun uzelf een ontspannen vakantie; geniet van de natuur en kom los van de zorgen van alledag.

### Uw ledenvoordeel

Als lid van de NPV krijgt u in de periode van 1 oktober 2017 t/m 15 december 2017 20% korting bij Hof van Putten op een overnachting (logies en ontbijt). Hiervoor heeft u een kortingscode nodig. Deze kunt u opvragen via [www.npvzorg.nl/ledenvoordeel](http://www.npvzorg.nl/ledenvoordeel). Geen internet? U kunt de code ook telefonisch opvragen: **(0318) 54 78 88**.



## Elk mens mag er zijn

Werf ook een nieuw lid voor de NPV!

Hoe meer leden, hoe meer de NPV kan betekenen voor kwetsbaar leven. Helpt u de NPV in politiek en samenleving meer stem te geven?

**Voor elk nieuw lid ontvangt u een bon van Brownies & downies t.w.v. € 5,00**

te besteden in elke Brownies & downies in Nederland.

U steunt daarmee tegelijk de restaurants van deze keten, waar mensen met een beperking een werkplek wordt geboden.

De folder die bij deze *ZORG* is gevoegd, leest u alles over het aanmelden van nieuwe leden. Zie ook [www.npvzorg.nl/ledenwerfactie](http://www.npvzorg.nl/ledenwerfactie).

**Voor 1 januari 2018 de meeste leden geworven?**

Dan gaat er een dinerbon ter waarde van € 100,00 uw kant op!



### Waarom lid worden van de NPV?

- Elk mens is waardevol en verdient bescherming.
- Euthanasie heeft niet het laatste woord.
- Mensen met een beperking moeten welkom blijven.
- Voor zaken zoals embryo-onderzoek dient zorgvuldige regelgeving te komen.

**Goed om te weten:** aan het NPV-lidmaatschap zijn diverse aantrekkelijke voordelen verbonden. U vindt ze op [www.npvzorg.nl/ledenvoordeel](http://www.npvzorg.nl/ledenvoordeel).





# Het leven is een gave van de Schepper zelf

Dat leven is kostbaar;  
van het allerprilste begin  
tot aan het einde

‘Hoe vreemd het  
ook klinkt: sommige  
mensen leven in  
het hospice zelfs op’.

.....

**Liesbeth Meijer**  
vrijwilliger