

Vrijwilligerswerk. Met hart en ziel.



Norbert en Francine hebben heel wat gemeen: het zijn actieve gepensioneerden met een groot hart. In hun vrije tijd houden ze niet van stilzitten en willen ze vooral iets betekenisvol doen voor iemand anders. Ze voegden de daad bij het woord en begonnen met vrijwilligerswerk in ons ziekenhuis. Norbert doet het al bijna vijf jaar, Francine iets meer dan drie. Hij op de Palliatieve Eenheid, zij op de Kinderafdeling en aan het Onthaal.

Hoe kwamen jullie erbij om hier vrijwilligerswerk te doen?

Norbert: 'Zo'n tien jaar geleden ben ik mijn vrouw verloren. De laatste weken van haar leven bracht ze door op de Palliatieve Eenheid van het Jan Palfijnziekenhuis. Ze heeft mij altijd gezegd, tot vervelens toe zal ik niet zeggen, maar daar komt het wel op neer, dat ze zo gelukkig was met de zorg daar. Dat ze zo blij was om op zo'n ma-

nier te gaan. Ik heb toen tegen haar gezegd: 'Vroeg of laat doe ik iets terug'. Ik heb er vijf jaar laten overgaan voor ik aan die wederdienst begon. Maar sinds 2010 startte ik met vrijwilligerswerk. Ik had 'maar' twee voorwaarden: het moest in het Jan Palfijnziekenhuis zijn en het moest op de Palliatieve Eenheid zijn.'

Francine: 'Ik was heel bang om met pensioen te gaan. 48 jaar heb ik gewerkt, elke dag onder de mensen en dan plots stoppen? Mijn droom was altijd om kinderverpleegster te worden, maar omdat ik al op mijn 17 jaar afgestudeerd was en je pas op 18 jaar kon starten met de verpleegsterschool is dat er nooit van gekomen. Tegen mezelf ben ik altijd blijven zeggen: 'Als ik op pensioen ben, ga ik werken in de kliniek'. En dat zal je nu niet geloven, maar de dag dat ik mijn schort hier aandeed als vrijwilliger had ik meteen het gevoel: dit plaatje klopt.'

Wat zijn jullie taken als vrijwilliger?

Francine: 'Met de kindjes op de Kinderafdeling is dat vooral spelen, we doen geen pure zorg. Aan het Onthaal verwelkom ik mensen met een glimlach. Meestal als je naar een ziekenhuis komt, ben je al wat gestresseerd en dan doet een vriendelijke ontvangst wonderen. Ik help de mensen op weg, toon hen waar ze moeten zijn, ga soms mee naar hun kamer, ... Eigenlijk probeer ik hen wat op hun gemak te stellen en ik voel dat ze dat wel appreciëren.'

Norbert: 'Bij ons op de Palliatieve Eenheid hangt het werk af van de shift die je doet. Ofwel werk je van 8u tot 13u ofwel van 17u tot 21u. Tijdens de ochtendshift zorg je voor het eten: je probeert zoveel mogelijk tegemoet te komen aan de wensen van de patiënt. Het gaat tenslotte om de laatste dagen, weken of maanden. Tussen het eten door heb je tijd om de mensen te leren kennen. Je leert begrijpen hoe ze staan tegen het onvermijdelijke dat hen boven het hoofd hangt. Bij sommigen voel je een echte nood om hierover te praten. Dan zijn wij als vrijwilligers heel welkom.'

'De avondshift is helemaal anders. Dan werken we in duo met de verpleegkundige. Ook wij doen geen verzorgende taken, maar we staan de verpleegkundige wel bij. Je wordt dan als vrijwilliger ook wel geconfronteerd met het lichamelijke leed van de patiënten. Dat weegt soms zwaar. Ik herinner me nog een dertigjarige vrouw met heel erge doorligwonden. Zo'n momenten blijven toch wel op je netvlies gebrand.'

Ik hoor dat er een verschil is tussen jullie werk en dat van verpleegkundigen?

Norbert: 'Dat is zeker zo. Verpleegkundigen doen, samen met de arts verbonden aan de eenheid, prachtig werk, maar ze moeten natuurlijk verder doen. Na een tijdje

samenwerken zie je de openingen die jij als vrijwilliger kan invullen. Als het mooi weer is bijvoorbeeld, dan ga ik al eens met een patiënt wandelen. Tot aan het water, in de zon, de bootjes en roeiers komen voorbijgevaan: op

zulke momenten zie je de patiënten genieten. Dat zijn mooie extra's die je als vrijwilliger kan bieden. Je beslist zelf wat je doet, natuurlijk binnen de limieten. Van zodra het over pure verzorging of medicatie gaat, geef je de taak door aan de verpleegkundige.'

Zijn er nog meer van die mooie momenten die jullie bijgebleven zijn?

Francine: 'Eigenlijk zijn er voortdurend mooie momenten. Op de Kinderafdeling moet je soms wel gewapend zijn. Sommige kinderen zijn erg ziek en dat neem je wel mee naar huis. Maar ik sta niet zoals Norbert bij het afscheid, maar in het volle leven.'

Norbert: 'Ook bij ons zijn er mooie en zelfs leuke momenten. De meeste patiënten weten dat ze in hun laatste rechte lijn zitten en durven dat ook zeggen, toch zijn ze vaak positief. En denken ze terug aan de mooie momenten uit hun leven. Ze stellen hun kinderen, kleinkinderen, soms zelfs achterkleinkinderen voor via de foto's en bloemen die rondom hen staan. Grappig is het soms ook: verpleegkundigen die proberen om diabetespatiënten niet

'Mijn enthousiasme zit in het feit dat ik dit werk vrijwillig doe. Dat ik mag werken, maar niet móet. Als dat geen luxe is?'



teveel suiker te geven en familieleden die met een kilo pralines op bezoek komen. Dat is toch fantastisch? Het gaat hier niet meer om overleven, maar om een zo comfortabel mogelijke manier van sterven.'

Moeilijke momenten zijn er voor vrijwilligers op de Palliatieve Eenheid zeker en vast ook? Hoe ga je daar mee om?

Norbert: 'Anderen zien wenen, dat is voor mij het moeilijkst. Familie die afscheid komt nemen. Soms zijn de kamers niet groot genoeg voor heel de familie. Dan wachten ze in het salon en zie je een komen en gaan uit de kamer. Geweldig aandoenlijk. En dan plots is de persoon verdwenen. Dat zijn zeer ontroerende momenten, maar anderzijds zijn ze zo menselijk. Familieleden die elkaar steunen, knuffelen, hartverwarmend toespreken. Elkaar aflossen dag en nacht zodat hun geliefde niet alleen moet sterven. Ik heb al meer dan eens gedacht: zo mag mijn familie ook afscheid nemen van mij.'

Wat is het mooiste compliment dat jullie ooit kregen van een patiënt?

Francine: 'Bij mij was dat een tijdje geleden aan het Onthaal. Er kwam een boom van een kerel op mij afgestapt, helemaal getatoeëerd, vol piercings, met lang haar in een staart. Hij zei in het plat Gents: 'komme kik hier betoalen, zijde nui content'. Ik schrok en legde de man rustig uit dat ik hier vrijwilliger was en dat het geld dus niet voor mij is. Zijn blik veranderde volledig, hij wenste mij zelfs proficiat. Hij apprecieerde oprecht wat ik deed en zei dat er meer mensen dat zouden moeten doen. Een stoere bink met een heel klein hartje.'

Norbert: 'Af en toe gebeurt het wel eens dat een patiënt tegen me zegt 'ik ben blij je te zien' als ik de kamer binnenstap. Dat doet me natuurlijk enorm plezier en is ook de reden waarom ik het doe, dat ik een meerwaarde kan betekenen voor de patiënten.'

Niet alleen patiënten, maar ook verpleegkundigen en andere personeelsleden zullen jullie werk wellicht wel appreciëren?

Francine: 'Wij werken meestal samen met ergotherapeuten. De waardering die we van hen krijgen is enorm. Ik durf zeggen dat wij formidabel samenwerken en dat ik mij op en top deel voel van het team.'

Norbert: 'Ik ben nog nooit na een shift vertrokken zonder dat twee of drie verpleegkundigen me nariepen: 'Norbert, bedankt hé'. Wij zijn nuttig, nodig en dat laten ze ons

'Af en toe zegt een patiënt: ik ben blij je te zien. Dat doet me enorm plezier.'



maar al te graag voelen. Een voorbeeld: voor de ochtend-briefing zijn de verpleegkundigen er al vroeger, maar ze wachten speciaal op de vrijwilliger om aan de overdracht te beginnen. Elk jaar krijgen wij zelfs een cadeau dat de verpleegkundigen van de dienst uit eigen zak betalen. Dat is toch formidabel?'

Is er een minimum aan engagement dat het ziekenhuis van jullie verwacht?

Norbert: 'Vrijwilligers bij ons doen minimum één shift per week en één keer per maand een shift in het weekend. Natuurlijk kunnen de uren per vrijwilliger bekeken worden, maar om een band op te bouwen met de patiënten is het wel belangrijk dat er niet te veel tijd tussen je shiften zit.'

Francine: 'Ikzelf kom een aantal keer per week, maar bij onze taken is het natuurlijk makkelijker om flexibel te zijn. Wil je één keer per maand komen, dan kan dat ook.'

Voelen jullie dat aan als een ander soort engagement dan toen jullie nog werkten?

Norbert: 'Het feit dat je niet betaald wordt voor het werk dat je hier doet, maakt dat je veel vrijer bent. Het maakt de voldoening nog groter. Je werkt in feite zonder baas, al heb je natuurlijk wel regels. Maar als ik morgen zeg 'ik ben het beu, ik kan het niet meer opbrengen', dan ben ik hier weg. Dit is de grootste vrijheid die ik in mijn leven

ooit heb gehad. Als ik er zo over nadenk, zou ik eigenlijk moeten betalen om hier te mogen werken, maar dat moet je niet schrijven hé (*lacht*).'

Francine: 'Mensen wijzen mij af en toe op mijn enthousiasme en kijken dan naar mijn naambadge 'vrijwilliger'. Ik antwoord dan: daarin zit mijn enthousiasme, dat ik mag werken, maar niet móet. Als dat geen luxe is?'

Waarom zouden jullie iemand aanraden om hier vrijwilligerswerk te doen?

Francine: 'Vrijwilligerswerk doen hier in het ziekenhuis maakt dat je sociaal contact hebt. Er zijn zoveel mensen die geïsoleerd raken, maar niet de financiële middelen hebben om een hobby te betalen. Hier krijg je de voldoening en het sociaal contact gratis en voor niets. Als je met pensioen gaat, heb je het gevoel nergens meer bij te horen. Nu maak je weer deel uit van de samenleving.'

Norbert: 'Wat Francine zegt, klopt volledig. De eenzaamheid was voor mij persoonlijk geen probleem. Ik doe enorm veel, maar vond dat dit er absoluut bij moest. Waarom ik iemand dit vrijwilligerswerk zou aanraden? Je ontdekt jezelf. Als je een computer koopt en die kan alles doen wat je ervan verlangt, dan ben je daar tevreden mee. Tot je er plots achter komt dat je eigenlijk maar 20% van zijn mogelijkheden gebruikt. Bij een mens is dat ook zo. Mensen kunnen met vrijwilligerswerk leren dat er zoveel

meer in hen zit dan ze vermoedden. Ik ging die uitdaging aan en stelde niet alleen vast dat ik het kan, maar dat ik er ook nog eens voldoening uit haal.'

WORD VRIJWILLIGER

Heb jij nog een gaatje in je drukke agenda? Of nood aan wat sociaal contact? Heb ook jij een groot hart en wil je dat laten zien? Word dan net als Francine, Norbert en hun collega's vrijwilliger in het Jan Palfijnziekenhuis.

Zijn jouw vrienden, buren, ouders... geboren vrijwilligers? Ook zij kunnen vrijwilliger worden in ons ziekenhuis.

► www.janpalfijn.be/vrijwilligerswerk