Zicht op IJssel

NUMMER 9 | MEI 2022

Het is voorbij!

Klanken aan het sterfbed

Herdenken

Waar blijven de vrouwen?

Weer actief aan de slag

De troost van een kaars

Feestmaal in IJsselOever

Gesprek aan de keukentafel

VAN DE VOORZITTER

Door George Henkens
voorzitter bestuur IJsselHospices

HET IS VOORBIJ

Het is voorbij! Voorlopig dan, want we zijn gewaarschuwd dat het wellicht weer opduikt als het weer kouder wordt. Ik heb het over corona. De pandemie beheerste twee jaar ons leven. Je kon er niet omheen: onze kranten en de praatprogramma', ze schotelden voortdurend allerlei informatie voor. Voor velen werd werken en privé op een volkomen nieuwe manier met elkaar vervlochten. Dat waren dan nog de dingen met een beperkte impact. De schrijnende eenzaamheid door de quarantaine in de verzorgingshuizen, vooral in het begin, zal ik niet gauw vergeten. Het overlijden van een dierbare door corona - vaak volkomen onverwacht zonder afscheid te kunnen nemen - heeft onuitwisbare sporen achtergelaten.

Wie had dit gedacht?

Inmiddels staat de wereld op zijn kop door dood en verderf. Veel oorlogen speelden zich af ver weg en stonden in onze kranten pas op bladzijde vier. Nu is het zo dichtbij, dat het voelt als een directe bedreiging (en misschien is het dat ook wel). Wie had dit gedacht: na de val van de muur waanden we ons toch niet meer in een oorlogsdreiging?
Als ik de vluchtende, ontheemde mensen zie, moet ik eraan denken dat deze mensen voor 24 februari een leven hadden zoals wij. Met de zorg voor een vader en moeder die ouder werden, een dochter die een kindje verwachtte, het examen van een kleinkind. Dingen die voor deze mensen in één klap totaal veranderd zijn. Van de vraag of vader wel al zijn medicijnen heeft ingenomen, naar de vraag: waar haal ik zijn medicijnen vandaan? Voor het kindje dat is geboren, zijn geen luiers meer te krijgen en waar kan ze het rustig voeden?
Zicht op IJssel is niet het podium voor dit soort reflecties, zeker niet door een voorzitter die op dit vlak mogelijk net zo weinig expertise heeft als u. Toch kun je niet iets schrijven over onze hospices zonder stil te staan bij het ongelooflijke geweld en leed in Oekraïne.
Ik hoop dat wanneer u deze tekst onder ogen krijgt, het geweld in elk geval is beëindigd en dat er zicht op een humanitaire oplossing.

Een jaar IJsselPolder

Een jaar geleden, op 22 april, openden we de deuren van IJsselPolder. Voor het bestuur is dat een mijlpaal. De beide keren dat wij een nieuw hospice hebben opgezet, zeiden we binnen het bestuur: 'Het eerste jaar is cruciaal, dat jaar moet bewijzen dat er behoefte is aan het nieuwe hospice.'

Altijd waren we een beetje bevreesd en vroegen we ons af of er in het nieuw geopende hospice mensen zouden komen en of er in het bestaande hospice één of twee kamers ongebruikt zouden blijven. Zo zou er eigenlijk alleen sprake zijn van het verschuiven van bewoners van het bestaande naar het nieuwe hospice.
Het verhaal van IJsselOever is mogelijk nog wel bekend. Vanaf de start in november 2017 waren alle bedden bezet en in IJsselThuis bleef de bezetting zoals die was: niks verschuiven! Maar een succes uit het verleden is geen garantie, dus bij het starten van IJsselPolder was die vrees er ook weer. Bovendien was in Moerkapelle inmiddels ook een hospice met vier bedden gestart.
Na een jaar kunnen we de balans opmaken. De opening van IJsselPolder heeft er niet toe geleid dat in IJsselThuis of IJsselOever bedden leeg bleven. We hadden de vraag naar hospicezorg in deze regio goed ingeschat. Gelukkig maar!

IJsselHospices in cijfers?

Het aantal bewoners in 2021 in IJsselThuis was 46 en in IJsselOever 48. In IJsselPolder waren 28 opnames in een periode van 8 maanden.
De cijfers zijn in absolute zin wel iets lager dan we gewend waren. Dat komt omdat we een deel van het jaar maar drie van vier bedden beschikbaar stelden, om zo rekening te houden met de pandemie.
We kunnen verder vaststellen dat de wachtlijsten nu echt wel korter zijn dan voorheen en dat was ons doel.
Het lagere aantal bewoners op jaarbasis betekent helaas wel dat we het in financiële zin wat moeilijker hebben. Want minder bewoners betekent ook dat de subsidie vanuit het ministerie lager wordt.

Dat inspireert!

Zonder dat u er wellicht erg in heeft, zijn er inmiddels zo'n 180 vrijwilligers en tien beroepskrachten werkzaam bij IJsselHospices.
Ik schrijf dat niet op om te imponeren, maar om ons te inspireren. Er zijn dus 180 mensen in deze regio die een hart hebben voor hospicezorg, die dezelfde drive hebben als u. Is dat geen geweldige gedachte?

Drie 'zusjes'

De naam IJsselHospices betekent voor u waarschijnlijk niets. Dat moet ook zo blijven. De drie hospices zijn bijna-thuis-hospices met vier bedden. Het was onze bewuste keuze geen groot hospice te creëren, maar om de schaal van IJsselThuis voort te zetten. Daarmee waren we vertrouwd, daarvan wisten we dat we dan mensen het gevoel konden geven van 'bijna thuis', zowel de bewoners als de familie.
IJsselHospices is er alleen voor om de drie 'zusjes' - die de drie hospices in onze ogen zijn - te laten samenwerken waar dat slim is (bijvoorbeeld met gezamenlijke scholing), maar ieder 'zusje' mag zich kleden zoals zij het wil. En uiteraard willen we met IJsselHospices ervoor zorgen dat de normen en waarden die wij hebben bij alle drie de hospices worden nageleefd. Als u zich nu afvraagt wat die normen en waarden zijn, moet u bijvoorbeeld denken aan onze houding naar bewoners die langer blijven dan de drie maanden die we normaliter als maximum hanteren, aan euthanasie of opnamebeleid.
Maar elk hospice mag en moet zijn eigen identiteit hebben en houden. Het moet voor alle vrijwilligers die zich in zetten het gevoel geven dat het hún hospice is.

WERKEN MET KLANKEN AAN HET STERFBED

Overgave aan wat is en komt

Het brengen van klanken aan het sterfbed kan ontspanning geven, blokkades opheffen in energiecentra, herinneringen oproepen, beeldreizen stimuleren en het kan helpen in een stukje overgave aan dat wat is en aan dat wat komen gaat.

Het was dan ook het verlangen om klankontspanning in het pakket van aanvullende zorg op te nemen in de zorg die IJsselOever biedt: zorg die helemaal past bij het motto 'we kunnen je niet beter maken, maar we kunnen er wél voor zorgen dat je je beter voelt'.

Een kleine werkgroep ging onder leiding van professional Femke vol enthousiasme aan de slag en heeft zich verdiept in de basisprincipes van het werken met klanken aan het sterfbed. Er werd (en er wordt nog steeds) geoefend met de instrumenten. En er is geleerd in welke fasen van het stervensproces en op welke moment van het loslaten het brengen van klanken met de klankschalen helpend kan zijn.

Ankie was erbij en vertelt haar ervaringen.

In een kring

We zitten in een kring rondom de klankschalen: de sansula (handpiano), het harpje, de koshi, de metalen handpannen, de ocean drum en nog meer moois.

We vertellen elkaar kort wat ons beweegt om met klanken aan het sterfbed bezig te willen zijn.

Klanken en sterven

Begeleidster en yogadocente Femke neemt ons mee in hoe het ritueel en de intentie van klankontspanning vormgegeven kunnen worden bij het begeleiden van het stervensproces. Dit zijn manieren om de zielenreis te bemoedigen.

Zij beschrijft dan ook haar visie op het lichaam vanuit de yogaleer, waarin de samenhang tussen het fysieke lichaam en de energetische lichamen (die zich in de zogenoemde chakra's centreren).

Als wij sterven, trekt onze levensenergie zich uit deze chakra's terug. De Boeddhistische visie beschrijft dit als het uit ons wegtrekken van de elementen aarde, water, vuur, lucht en ether. Die allen staan voor een fase van afscheid nemen.

Klank raakt

Femke laat ons horen en voelen hoe verschillende instrumenten resoneren op diverse plekken in ons lichaam. Zij gaat rond met de klankschalen en wij ervaren zelf dat onze zintuigen een subtiele benadering waarderen. Dat geldt dus zeker voor kwetsbare, zieke mensen. Belangrijk is dat je als speler feeling krijgt met de instrumenten, ermee oefent om het spel subtiel en met de juiste intentie te gebruiken.
Klank is trilling en raakt ons op gebieden waar we bijvoorbeeld (nog) pijn ervaren, of angst, of onafgemaakte levenservaring voelen. De speler weet niet waar het de luisteraar raakt en dient behoedzaam te zijn.
De trilling die de speler brengt, het instrument en het luisteren vermengen zich. Het kan verdriet losmaken, afweer teweegbrengen en herinneringen of beelden oproepen - dat alles kan helpen bij de overgang.

Holding the space

Juist omdat elk beleving ruimte nodig heeft, is het van belang een rustige en liefdevolle sfeer te creëren. ‘Holding the space’, noemt Femke dat. Wij zijn de behoeders van de ruimte om het bijzondere levensproces op de grens tussen aan- en afwezig zijn niet te verstoren.

Daarom: ramen en deuren dicht, uitnodigen om comfortabel te gaan liggen, geen beroep doen op nadenken, iets doen of gecontroleerd ademhalen. En verder: vooraf doorspreken wat er gaat gebeuren, zacht spreken en bewegen, aanvoelen op welke afstand van het bed je blijft en welk instrument en welke aanslag van toepassing is. Met een handbeweging kan de ander aangeven wanneer het genoeg is.

Door Henny Aerts,
coördinator IJsselOever

en

Ankie Spoeltman,
zorgvrijwilliger IJsselOever

Vacature Bestuur IJsselHospices

De Stichting **IJsselHospices** bestuurt drie bijna-thuis-hospices, elk voor vier bewoners:
IJsselThuis in Nieuwerkerk aan den IJssel (2005)
IJsselOever in Capelle aan den IJssel (2017)
IJsselPolder in Rotterdam-Ommoord (2021)
De hospices beschikken allen over de ANBI-status en worden geleid door een staf van 4,5 fte.
Aan deze hospices zijn ca. 160 vrijwilligers verbonden.

Het bestuur komt graag in contact met kandidaten die het bestuur willen versterken en ter vervanging van leden wiens zittingstermijn binnenkort verstrijkt.

We zijn in het bijzonder geïnteresseerd in kandidaten met ervaring in de zorgsector of op het gebied van HRM. Bestuursleden doen hun werk onbezoldigd.

Voor inlichtingen of om uw belangstelling kenbaar te maken, kunt u contact opnemen met de voorzitter van het bestuur, George Henkens via 06 21855804 of voorzitter@ijsselhospices.nl

HERDENKEN: BIJZONDER EN INDRUKWEKKEND

Door Liesbeth Disco
coordinator: Hospice IJsselThuis

Ruim een jaar geleden liet ik u via deze weg weten dat wij ieder jaar in februari onze bewoners herdenken die het jaar ervoor bij ons in IJsselThuis zijn overleden en dat we in september al beginnen met het voorbereiden voor de bijeenkomst in februari. En ook dat we ineens moesten gaan nadenken over een alternatief, omdat de geplande bijeenkomst vanwege de coronamaatregen niet door kon gaan.

Hoe mooi is dát!

Het vinden van een nieuwe vorm was een uitdaging. Maar we zijn in onze ogen met een mooi alternatief gekomen: het sturen van de candlebag, waarbij nabestaanden tóch uit naam van IJsselThuis de mogelijkheid kregen een kaarsje voor hun dierbaren te branden.

Het was een jaar van minder fysiek contact en om dan alternatieven bedenken voor veel dingen, dat viel niet altijd mee. En de periode van maatregelen hield aan… Hoe mooi is het dan om te merken dat we onze gedachten verder hebben laten gaan en hoe we steeds meer leerden en konden denken in (andere) mogelijkheden.

Brandende kaarsen in de tuin

Zo kwamen we op het prachtige idee om de candlebag niet alleen toe te sturen aan nabestaanden, maar om het branden van de kaarsen óók plaats te laten vinden in de tuin van IJsselThuis. Voor iedere overleden bewoner hebben we een kaarsje gebrand: alle kaarsjes bij elkaar vormden een prachtig hart. Met muzikale begeleiding van Kevin Smit (helaas is dit niet hoorbaar op de foto), hebben we een bijzonder mooi en indrukwekkend moment van herdenken gecreëerd in onze tuin. Het was een uitdaging wat het weer betrof, maar het verliep werkelijk uitstekend.
Voor mijzelf was het extra bijzonder dit jaar, omdat één van de kaarsjes voor mijn eigen lieve tante heeft gebrand.

FEESTMAAL IN IJSSELOEVER

Door Jeannette Roskam
coördinator
Hospice IJsselOever

Dat moet je vieren, toch?

Als hij niet in het hospice zou zijn opgenomen, zouden ze uit eten zijn gegaan… Want de verjaardag van je tweelingzoons, die moet je vieren, toch?

Het liep zo anders…

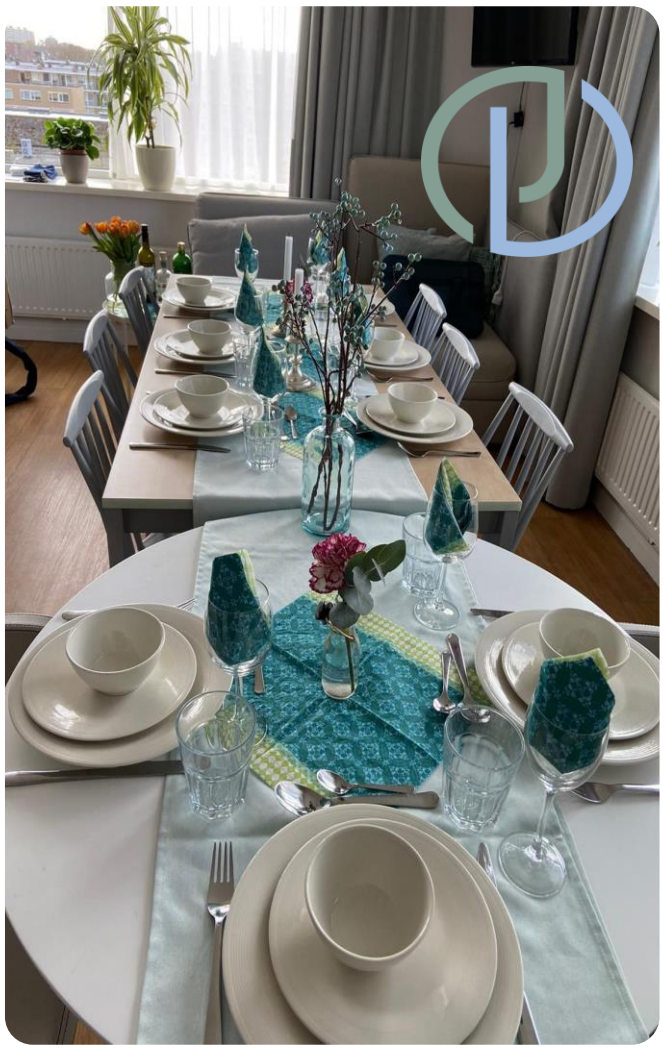
Maar het liep allemaal zo anders… Enkele maanden geleden overleed zijn vrouw, zijn maatje, zijn alles aan een slopende ziekte. En een week geleden kreeg hij zelf te horen ongeneeslijk ziek te zijn. Een paar dagen na dat ongelooflijke en niet te bevatten bericht kwam hij al in Hospice IJsselOever wonen.

Zijn kanjers!

En vandaag is de verjaardag van die twee kanjers van hem: zijn tweelingzoons. Geen groots diner dus in een vijfsterrenrestaurant. Maar… als wij in IJsselOever zoiets horen, dan máken we er gewoon iets groots van! We slepen een tafel van een andere verdieping naar zijn kamer, we dekken de tafels feestelijker dan feestelijk en we zorgen ervoor dat deze dag een dag wordt om nooit meer te vergeten.

We hebben genoten

Glunderend doet hij verslag over hoe lekker het was (ook al kan hij niet veel meer op) en over hoe verrast zijn kinderen waren toen ze de kamer binnenkwamen: ‘Ik vertel de kinderen steeds dat ik het hier zo goed heb, hoe fantastisch de zorg is en hoeveel warmte ik ontvang van de vrijwilligers. Maar nu… nu snappen ze het pas echt. We hebben genoten!’



VAN DE VRIENDEN VAN IJSSELOEVER

Door Peter Meulendijk

pr en communicatie
Vrienden van
Hospice IJsselOever

De Vrienden van Hospice IJsseloever kunnen weer los

Nu corona niet langer de voorpagina's van de kranten beheerst, komt er voor ons als Vrienden van Hospice IJsselOever weer wat ruimte om acties te ondernemen. In de afgelopen twee jaar stond alles vrijwel stil en kwamen er dus ook nauwelijks giften binnen.
In december 2021 hebben we een kerstactie gedaan samen met Groencentrum Van der Dussen, waarna we een redelijk bedrag konden bijschrijven. Maar echt spectaculair was het niet. Aan alles kon je merken dat mensen wel wat anders aan hun hoofd hadden. Al bleef een aantal sponsoren ons trouw steunen, vooral in natura. Zie ook: www.hospiceijsseloever.nl/sponsors-en-donateurs-bedankt/.

Weer actief aan de slag

Maar nu lijkt het tij te keren en denken we na over acties die we in de lente en in het najaar kunnen gaan realiseren.
Daarnaast hebben we ook en vooral naar ons eigen functioneren gekeken en onszelf de vraag gesteld: waarvoor zijn wij eigenlijk betrokken bij het hospice? De functie van geldgenerator is duidelijk, maar geeft dat ook voldoening aan ons als vrijwilligers?
Wij willen ook een meer betrokken houding aannemen en vooral sámen met de coördinatoren afstemmen waar nu echt behoefte aan is binnen het hospice, zodat we daar een betere bijdrage aan kunnen leveren. Daarbij kunnen we dan ook gemakkelijker een bepaald thema/doel aan een actie hangen (bijvoorbeeld nieuw meubilair, keukenapparatuur of een duo-bed), waardoor de actie ook bij de sponsoren meer gaat leven.

Sponsordiner in ontwikkeling

Voor het najaar zijn we bezig met het nadenken over het organiseren van een sponsordiner. Dit zou een exclusieve happening moeten worden met een smaakvol meer-gangendiner, lekkere wijn, een topspreker en entertainment.

Het moet dusdanig aansprekend zijn dat ondernemers, instellingen en organisaties in Capelle aan den IJssel graag een tafel 'kopen' en er hun werknemers of gasten voor uitnodigen. Voor nu kijken we vooral naar de middelen die nodig zijn om dit te realiseren en zijn we nog niet echt bezig met de invulling van het programma. Dat vraagt nog wel de nodige inspanning, want we gaan voor kwaliteit.

Tot slot

Het intensieve gebruik van het hospice vraagt om regelmatige vervanging van materieel en het aanpassen en onderhouden van de inrichting, dit vereist een continue investering waarvoor de Vrienden van Hospice IJsselOever een beroep zullen blijven doen op de gemeenschap.

VIER HET VOORJAAR: GEEF EEN LENTEBOEKET

LENTE

Het is volop lente: bloei, kleur, vrolijkheid, warmte en licht! De Vrienden van Hospice IJssel willen niets liever dan die sfeer binnenbrengen in de kamers van de bewoners door wekelijks een fraai en fris lenteboeket aan te bieden. Daarmee geven ze de bewoners en hun bezoek een goed gevoel én ze zetten de vrijwilligers ermee in het zonnetje.

Doet u mee?

Om dit te realiseren hebben we uw hulp nodig! Door een bedrag over te maken, helpt u mee de lentesfeer bij IJsselOever binnen te brengen.
Scan bijgevoegde QR-code of maak een bedrag over op de rekening van Stichting Vrienden van Hospice IJsselOever: NL 94 RABO 0321032764, o.v.v. Lenteboeket.

Grote of kleine bedragen: alles is welkom

Grote of kleine bedragen: alles is welkom, alles draagt bij. Met uw gulle gift laat u bovendien zien dat u Hospice IJsselOever een warm hart toedraagt.
Wilt u Hospice IJsselOever op een andere manier steunen, dan kunt u contact opnemen met Peter Meulendijk, bestuurslid PR en communicatie van de Stichting Vrienden van Hospice IJsselOever (pr@vriendenijsseloever.nl).

Je zat naast me, tegen de stam. Je legde je jas over mijn voeten en zweeg, een heel uur lang. Niemand had me ooit zijn jas geleend of zo mooi tegen me gesproken.

(- Saare Haile, dichter uit Eritrea)

HOE EEN KAARS RUIMTE EN TROOST KAN GEVEN

Door Tanja Luijkenaar

zorgvrijwilliger
Hospice IJsselPolder

Afscheid van oma

Negen jaar oud is ze en ze wil graag een bijdrage leveren aan de uitgeleide van haar oma.

Na het lezen van een gedicht helpt ze mee het kistkleed zorgvuldig over de kist te leggen.

Ze besluit om samen met familie de kist te dragen naar de rouwauto:
een indrukwekkend onderdeel.

Als de rouwauto met oma erin uit zicht is,
draagt ze plechtig het keurig opgevouwen kistkleed naar binnen.

En dan... de kaars.
Even ruimte voor haarzelf.

Heel voorzichtig maakt ze het deurtje van de lantaarn open.

Ze vouwt rustig haar handen
en sluit haar ogen:
even is er een krachtige stilte.

Dan blaast ze de kaars uit.

Dag lieve oma!

WAAR BLIJVEN DE VROUWEN?

Door Rudy Schoonveld
voorzitter Stichting
Vrienden van
Hospice IJsselPolder
en zorgvrijwilliger
Hospice IJsselPolder

Training

Vrijwilligers die in het hospice komen werken, worden getraind. De VPTZ, de Vereniging voor Palliatieve Thuiszorg, heeft een breed pakket aan cursussen voor mensen die in hospices werken. IJsselHospices maakt dankbaar gebruik van dat pakket.
In november 2021 heb ik een introductietraining gedaan, voordat ik aan het werk ging in Hospice IJsselThuis in Nieuwerkerk. Met twee mannen en zes vrouwen kregen we via Zoom een training: allen aspirant-vrijwilligers die gingen werken in één van de IJsselHospices. Eenmaal in het hospice werk je de eerste keren samen met een maatje, die je wegwijs maakt in de bezigheden in het hospice.

De bedoeling

In maart mocht ik met veertien vrouwen en één man een training volgen over de bedoeling, met vrijwilligers en coördinatoren van Hospice IJsselPolder. Goed om samen een dag rustig te bespreken wat we aan het doen zijn en vooral waarom we het doen: de bedoeling. Als vrijwilliger doe ik vaak diensten met de zelfde vier à zes mensen. Een aantal vrijwilligers kom je alleen bij de overdracht tegen en de rest ken je niet. Mooi om die mensen ook een keer te ontmoeten en om ervaringen en meningen te delen.

Ik (k)en mijn ikken

Eens per jaar kunnen we een cursus kiezen uit het trainingsaanbod van de VPTZ. Voor mij werd dat de cursus ‘Ik (k)en mijn ikken’. Ik had mijn collega’s niet gestimuleerd om zich ook op te geven. De meeste andere deelnemers hadden dat wel gedaan. Er waren vier groepjes van elk drie vrijwilligers uit hetzelfde hospice, één deelnemer uit de palliatieve thuiszorg in Noord-Holland en één deelnemer van Hospice IJsselPolder.

De cursusleidster was een vrouw. Zo fietste ik begin april naar Noordwijk voor een cursus met veertien vrouwen en één man. Die laatste was ik. Een mooie cursus die goed inzicht geeft in de verschillende kanten die je hebt als mens. De kanten waar je tevreden over bent, die je helpen bij je werk in het hospice en de kanten waar je last van hebt, die je in de weg zitten. Hoe ga je daarmee om?

Diversiteit

Tijdens de meer dan 100 diensten die ik in de afgelopen anderhalf jaar heb gedraaid, heb ik één keer dienst gehad met een mannelijke vrijwilliger. Van de 50 zorgvrijwilligers van IJsselPolder zijn er slechts vijf mannen. In het afgelopen jaar hebben er ongeveer evenveel mannen als vrouwen in IJsselPolder gewoond. Regelmatig zijn er bewoners wiens *roots* buiten Nederland liggen. Van de vrijwilligers in IJsselPolder is er hooguit één vrijwilliger wiens ouders uit Turkije, Marokko, Suriname, de Antillen of een ander buitenland komen. Wij moeten proberen om ook andere vrijwilligers te werven. We kunnen een voorbeeld nemen aan Aafje. Van de thuiszorgmedewerkers schat ik dat de helft ouders of grootouders heeft die van buiten Nederland komen.

Witte mannen

Sinds het vertrek van Carin Gamers bestaat het bestuur van IJsselHospices enkel uit mannen. Voor zover ik kan zien en weet, komen al hun grootouders uit Nederland of West-Europa. Het is niet goed dat in IJsselHospices meer dan 90% vrouwen werken en dat het bestuur volledig uit mannen bestaat. Waar blijven de vrouwen?

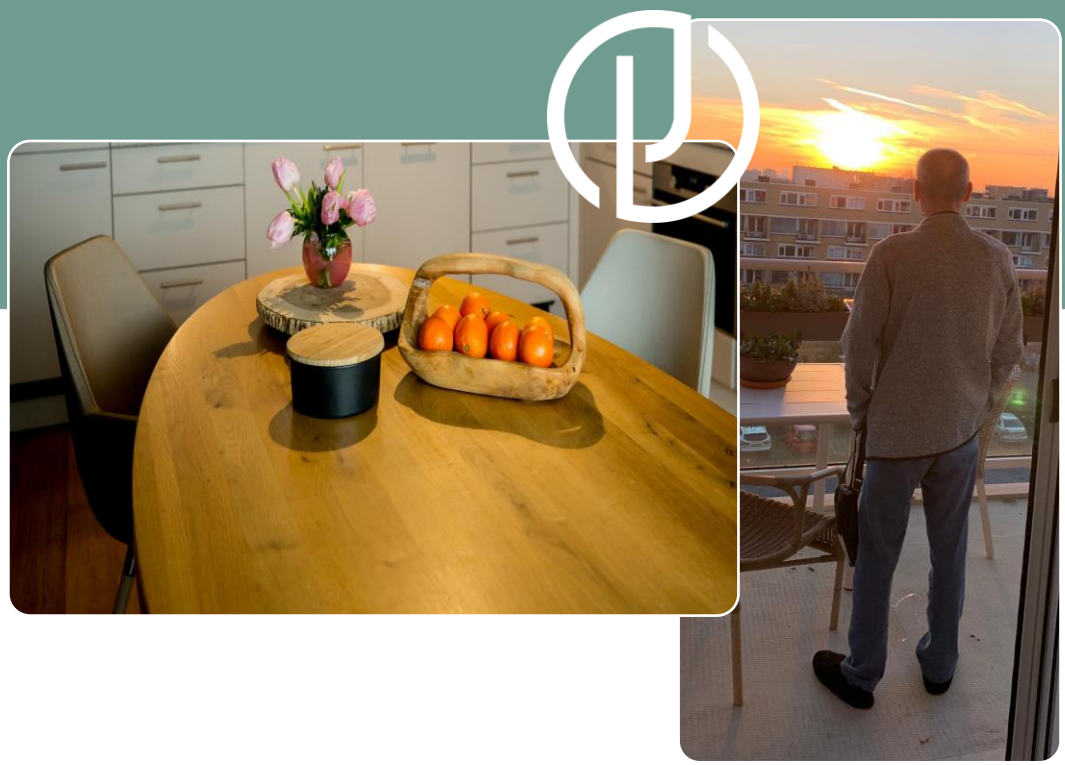
GESPREK AAN DE KEUKENTAFEL

Het is zijn dagelijkse routine: even een sigaretje op het balkon. Hij snuift de lentelucht op, volgt de vorderingen van de aanleg van de belevingstuin en kijkt peinzend uit over Capelle.

Daarna komt het volgende ritueel: een kop thee in de woonkeuken van ons hospice. En bij een kop thee aan de keukentafel volgt dan zomaar een gesprek. Het gaat over het weer, over vroeger, over vakanties die er waren, zijn werk én… over hoe het nu met hem gaat - over zijn ziekte en over zijn keuze voor Hospice IJsselOever. Want… aan de keukentafel kan álles gezegd worden. Hij vertelt hoe God er altijd al was in zijn leven, maar dat hij Hem nooit had toegelaten. Tot het moment dat een psalmregel hem raakte.

En nu, hier in IJsselOever, nu ervaart hij God nóg intenser: in de zorg, in de aandacht, in de warmte en de liefde. Dit maakt de weg naar het einde lichter. En op weg naar Hét Licht, is hij niet bang.

Els Bette-Fluit, pr- en zorgvrijwilliger IJsselOever



Colofon

Deze Zicht op IJssel nummer 8 kwam tot stand door de medewerking van:
George Henkens, Henny Aerts, Ankie Spoeltman, Liesbeth Disco, Jeannette Roskam, Peter Meulendijk, Tanja Luijkenaar, Rudy Schoonveld en Els Bette-Fluit

Zicht op IJssel verschijnt drie à vier keer per jaar en wordt verzonden aan alle medewerkers, oud-medewerkers en belangstellenden van de IJsselHospices.