

AFSCHEID NEMEN

Vroeg of laat moeten we allemaal afscheid nemen.

Afscheid van iets wat we hadden, zoals gezondheid, afscheid van dierbare mensen om ons heen, of van objecten waaraan we ons gehecht hebben. Elk afscheid, hoe klein en vanzelfsprekend ook, brengt een gevoel van weemoed, verdriet of rouw te weeg. Een gevoel waar je iets mee moet.

Rouw is een vorm van verdriet bij het ervaren van een gemis of een heftige verandering in het leven, zoals een ziekenhuisopname of bij lichamelijke of geestelijke achteruitgang. Het is een gevoel waar je last van hebt.

Er begint dan een proces van rouwverwerking. En dat proces vraagt om begeleiding bij het vinden van een nieuw aanvaardbaar evenwicht tussen hoe het was en hoe het nu is. Ook is het belangrijk dat er hoop is, perspectief voor de toekomst.

Het werken volgens de visie van ASVZ biedt aanknopingspunten om in dialoog met de cliënt te zoeken naar de passende begeleidingsstijl, naar nieuwe mogelijkheden voor het leven van alle dag, en naar nieuwe plekken van veiligheid en geborgenheid.

Om je daarbij te helpen en ideeën aan te dragen, is de "afscheidskoffer" samengesteld.

- In de map zit een boekenlijst, een materialenlijst, een lijst met begeleidingssuggesties,
- Verwijzingen naar het documentsysteem voor het handboek palliatieve zorg, voor het protocol bij overlijden, voor wensenformulieren die al in een eerdere fase kunnen worden ingevuld
- Suggesties voor symbolen en rituelen bij rouw vanuit verschillende culturen

Elke cliënt is uniek, ieder heeft zijn eigen levensverhaal. (maak een boek ervan!) Daarom zijn er veel verschillende manieren om met rouw om te gaan. Afleiding of er juist bij stilstaan, zwijgen of praten, vooruitkijken of terugkijken, het kan allemaal. Daarom worden er allerlei materialen aangeboden en suggesties voor begeleiding gedaan.

Het belangrijkste is dat je de cliënt goed kent, en met hem of haar samen de keuzes maakt om met de rouw om te gaan.

En bedenk wel, afscheid nemen en dood horen bij het leven. We hebben er allemaal mee te maken.

"Dat de vogels van het verdriet over je hoofd vliegen, kun je niet voorkomen. Maar je kunt wel voorkomen dat ze nesten maken in je haar....".

Voor meer informatie en begeleiding:

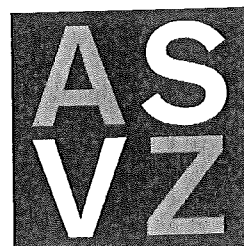
Pedagogisch medewerkers
Plien Volkers
06 53 39 33 28

Geestelijke verzorging,
Margot Schouten,
06 10 89 96 15

KOFFERS TE LEEN (maximaal 3 weken): zie intranet

HANDBOEK PALLIATIEVE ZORG

Document	
Bijlage 1:	palliatieve zorg en levensbeschouwing
Bijlage 2:	checklist palliatief zorgproces
Bijlage 3:	checklist inventarisatie problemen palliatieve zorg



INHOUD

Inleiding	pag 3
Wat is palliatieve zorg?	pag 4
Visie ASVZ op palliatieve zorg	pag 6
Medisch(-verpleegkundige) en paramedische aspecten	pag 9
Literatuur	pag 12
Internet	pag 13
Bijlage 1:	overzicht materialen over (terminaal) ziek zijn, sterven en rouw voor mensen met een Verstandelijke beperking
Bijlage 2:	Checklist palliatief zorgproces bij mensen met een verstandelijke beperking
Bijlage 3:	Checklist voor inventarisatie problemen palliatieve zorg
Bijlage 4:	Palliatieve zorg en levensbeschouwing

Raadpleeg altijd het Document Systeem voor de geldende versie van het handboek!

HULPMIDDELEN EN SUGGESTIES VOOR BEGELEIDING EN ONDERSTEUNING

In de tijd na het ervaren van het verlies is er rouw. Het is een fase waarin iets verwerkt moet worden en daar is soms hulp bij nodig. Deze koffer bevat een aantal "hulpmiddelen" en suggesties voor begeleiding en ondersteuning.

1. Rouw is een donker gevoel. Verdriet, boosheid, onbegrip, donker en zwaar is het leven. Licht is daarbij het tegenovergestelde. Het kan je verlichten, letterlijk en figuurlijk, je kunt de dingen daardoor beter gaan zien, beter begrijpen, inzien dat je het verdriet niet kan wegnemen, maar dat je erover kunt praten en dat dat oplucht. Kies zelf de vorm van de **kaars**. (met een LEDlampje!)
2. Rouw is een koud gevoel. Dan is er juist behoefte aan warmte. Een sjaaltje, **vingerpoppetjes van gebreide wol**. Symbolisch geven ze aan: ik heb het koud, ik heb behoefte aan warmte. Vingerpoppetjes zijn ook een mooi communicatiemiddel. Om indirect te weten te komen hoe iemand zich voelt, ervaring en beleving.
3. Rouw is het verwerken van een gemis. Wat mis je nu iemand of iets niet meer bij je is? Misschien is het wel die lekkere geur van zeep of parfum. Die geur kan opgeroepen worden met **wierook**, een kaars, een zakdoek met eau de cologne of met allerlei geuren die samenhangen met het jouw leven.
4. Rouw is vergeten. Vergeten wie iemand was, vergeten hoe het was toen die en die nog werkte, vergeten hoe het was toen je nog kon lopen/zien/horen. Voor al die herinneringen die passen in het leven van iemand is er **het levensboek**.
5. Extra informatie over **het levensalbum**, speciaal voor mensen met dementie. Belangrijke tips om te doen en om te laten.
6. Wil je weten hoe iemand er uit ziet? Of waar je vroeger woonde? Koop een mooi **fotolijstje** en zet er je mooiste foto in ter herinnering!
7. Soms zijn er zoveel andere herinneringen, een tekening, een zelfgemaakt borduurplaatje, een ringetje, een sleutelhanger. Bewaar alles in een **bewaarmapje**. Een eigen bewaardoos, bewaarmand, bewaarzak is het mooiste als je die ook zelf hebt kunnen uitkiezen.
8. Zeg het met **bloemen**. Bloemen drukken een gevoel uit, liefde in een rode roos, opnieuw beginnen in een boeket witte margrietjes, etc. De soort bloemen, de kleur, de plaats waar je de bloemen gaat neerzetten, het maakt allemaal uit wat het voor jou betekent.
9. Als iemand dood is, lijkt het alsof hij als een vlinder is weggevlogen naar de zon, naar het licht, waar wij hem of haar niet meer kunnen zien. Kleur een mooie **kleurplaat** van een vlinder. Of van een boom, die sterk is, ook al staat hij in de wind. Kies maar, Een kopietje ervan is zo gemaakt!
10. Een **mandala** kleuren is een rustgevend werkje, heel precies. Maak maar een aantal kopieën ervan, want telkens gebruik je weer andere kleuren!
11. In de tijd van verdriet wil je vast graag naar **muziek** luisteren. Welke muziek kies je? Moet het heel rustige muziek zijn, of juist snelle muziek met een beat, of een Nederlands lied, of new age muziek, of een psalm of gezang? Kies maar. Als het maar bij je past en het goed is om naar te luisteren. En vooral, dat het je helpt rustig te worden.
12. **Geur** is een belangrijke binnenkomer. Geur kan je herinnering ondersteunen, Eau de cologne of een bepaalde parfum, een bepaalde zeepgeur of aftershave, Geur van pas geleden of van vroeger (boenwas, munt, fnesia's, etc.) Jouw lievelingsgeur of de geur die je aan je dierbare doet denken. Kies maar.
13. Dan zijn er nog de doosjes, waar je een papiertje in kan doen, met de reden van je verdriet. Je legt het als het ware weg. Nu even niet!! Je mag het een **tranendoosje** noemen, of een huildoosje, er kan een engeltje in zitten of kleine poppetjes. Daar kun je je verdriet aan vertellen. Maar het kan natuurlijk ook je **knuffel** zijn, met wie je je verdriet kan delen.

Materialen over rouw en rouwverwerking

Boeken:

M. van den Berg	De ballonreis (over de dood van een opa/voor jonge kinderen)
E. Beukema	Dag Manon, daaaag (prentenboek: overlijden van baby / zusje)
Bloe	Verdrietig (over herkennen van emoties + CD met liedjes)
A.Bode & R. Broere	Opa duurt ontelbaar lang (over de dood van een opa)
P. & J. Breebaart	Als je dood bent wordt je dan nooit meer beter? (vanaf 5 jaar)
D. Bruna	Lieve oma Pluis (prentenboek: over de dood van een oma)
M. Delfos	Dood is niet gewoon (vanaf 4 jaar / over de dood van een ouder)
M.Delfos&R.Fiddelaers-Jaspers	Moet ik nu huilen? (rouw bij kinderen/jongeren met stoornis in autismspectrum / voor begeleiders)
I. van Dongen	Dag papa in de hemel (prentenboek: over de dood van een vader)
B. Elias	Ik mis je zo (vanaf 6 jaar)
Y. van Emmerik	Als vlinders spreken konden (teksten voor kinderen die rouwen)
I. van Essen	Ik krijg tranen in mijn ogen als ik aan je denk (ervaringen van kinderen)
R. Fiddelaers – Jaspers	Doodgaan is geen feest (over doodgaan, cremieren, rouwen/vanaf 3 jaar)
R. Fiddelaers – Jaspers	Als ik er niet meer ben (voorbereiding op overlijden ouder / voor begeleiders)
R. Fiddelaers-Jaspers	Als jij er niet meer bent (wanneer vader/moeder doodziek is/ook info voor begeleiders)
H.Hagen & H. Geelen	Stilte aub, ik denk aan de kip (vanaf 5 jaar)
W. Hänel	Niet doodgaan, Abby! (eenvoudig leesboek over hond)
Kijkdoos	Begraven (vanaf 4 jaar platenboek+korte teksten)
Kijkdoos	Verdriet (platenboek +korte teksten over verdriet)
V. Klapwijk	Dag lieve oma (vanaf 5 jaar / verlies, rouwverwerking)
A. Kranendonk	Van huilen krijg je dorst
E. Liddle	Pip en het randje van de hemel (over grote kindervragen)
B. Moeyaert	Missen is moeilijk (verhalen over de tijd na het afscheid / oudere jeugd)
C. Overduin	Kind en verlies, Omgaan met rouwende kinderen (voor begeleiders)
L. Rock	Als afscheid voor altijd is (over afscheid nemen)
I. Sipkes de Smit	Als ik aan je denk, moet ik huilen (gedichten over verlies/ vanaf 6 jaar)
N. Slosse & R.del Moral	Grote boom is ziek (beeldend prentenboek over kanker)
C. van der Sluis	Mijn vader is een wolkenman (leesboek / vanaf 5 jaar)
S. Varley	Derk Das blijft altijd bij ons (prentenboek: over herinneren)
M. Velthuijs	Kikker en vogeltje (prentenboek)
P. Verrept	Ik mis je (over het missen na afscheid nemen)
J. Viorst	Dat is heel wat voor een kat, vind je niet?
J. Vriens	Achtste-groepers huilen niet (leesboek: over leukemie en doodgaan)
H. Wilhelm	Je bent mijn beste vriend (prentenboek: over de dood van een hond)

Andere materialen rouwverwerking:

Kwartet Niet hier, wel dichtbij

Materialen over ziek zijn

Boeken:

A. Bode & R. Broere	Morgen ben ik weer beter (over kind met hartproblemen)
D. Bruna	Betje Big is ziek (prentenboek)
D. Bruna	Nijntje in het ziekenhuis (prentenboek)
A. Civardi	Naar de dokter
A. Civardi	Naar het ziekenhuis
V. den Hollander	Een bed op wieltjes (verhaaltjes die in ziekenhuis spelen)
Kijkdoos	Ziek zijn (voor basisschool - groep 1-4)
Kijkdoos	De operatie (voor basisschool - groep 1-4)
Kijkdoos	De ziekenwagen (voor basisschool - groep 1-4)
S. Kuyper	Ziek zijn (prentenboek)
L. Mitchell	Mam, ik ben ziek
T. Ross	Ik wil niet naar het ziekenhuis (prentenboek serie: de Kleine Prinses)
J. Schretten	Eet jouw dokter ook patat? (consultatiebureau, huisarts, prik)
G. Vincent	Brammert is ziek (prentenboek)
A. Werker	Ziek zijn (prentenboek)

Andere materialen over ziek zijn:

Ziekenboekbeer (beer met doktersspullen om iemand voor te bereiden op dokters- ziekenhuisbezoek)
Houten ziekenhuis + inrichting (ziekenhuis naspelen)
Duplo ziekenhuis (ziekenhuis naspelen)
Dokterskoffertje
Poppenkastpop – verpleegster
Poppenkastpop – dokter
Sesamstraat – Ziek zijn (DVD)

Materialen over andere onderwerpen

Boeken:

J. Green	Ik heb een handicap
Kijkdoos	Mijn zusje is anders (syndroom van Down)
J. Moore – Mallinos	Noa heeft het downsyndroom
J. Moore – Mallinos	Mijn broertje heeft autisme
M. delfos	De wereld van Luuk (autisme)
D. Bruna	Lotje (prentenboek/handicap)
A. Bode & R.Broere	Altijd moeten ze mij hebben (pesten)
A. Bode & R.Broere	Maar jij blijft mijn papa (echscheiding)