



Sunny Sunday..bewoonster, vrijwilligster, verpleegkundige en bezoeker spelen rummikub.

## Vanuit het hospice



Een van onze oudste vrijwilligers mevrouw van de Werf-Polak (97) heeft onze zilveren Menora weer schitterend opgepoetst ter ere van Rosj HaSjana.

Op 15 mei jl. bestond het hospice alweer 8 jaar! Waar blijft de tijd...De eerste zeven jaar hebben we ons vooral geconcentreerd op het optimaliseren van de zorg voor de bewoners. Dat is ons gelukt met steun van iedereen die in het hospice werkt of bij ons betrokken is, zoals onze donateurs. Maar het kan altijd beter.... We zijn dan ook heel blij dat we nu in de gelegenheid zijn nog meer kwaliteit toe te voegen. Mede door een geweldige gift van de (Ancient Order of) Foresters Amsterdam was het mogelijk de tuin geheel te renoveren en een tuinhuisje te plaatsen. Toen we in 2007 opengingen stond het hospice er wel, maar al onze wensen hebben we toen niet kunnen realiseren, daarvoor was geen geld. De tuin is nu een plek van rust door de vele hoekjes waar men zich kan terugtrekken met elkaar of alleen. Nieuw is ook dat we samenwerken met een andere thuiszorgorganisatie, waarvan de verpleegkundigen hun deskundigheid, opgedaan in andere hospices, naar ons meebrengen. Het is een nieuwe start en een frisse kijk op onze visie waarin de bewoner en diens leven centraal staat. Er ligt weer een nieuw (joods) jaar voor ons en laten we elkaar vooral kwaliteit en tijd van leven toewensen.

**Ik wens u allen Sjana Towa, een goed en zoet Nieuwjaar 5776!**

Sasja Martel, *directeur*



De Hebreeuwse chocoladeletter Chai zal ook dit jaar weer te koop zijn voor €10 in het hospice en op diverse andere locaties.

De chocolade letter Chai bestaat uit 2 letters die samen het woord Chai maken wat "leeff" betekent. De handgemaakte kosjere letter, dit jaar uitsluitend verkrijgbaar in puur, is gemaakt van fairtrade pure chocolade met een cacao gehalte van 70% en wordt exclusief voor het hospice gemaakt. De helft van de opbrengst is bestemd voor ons unieke huis.

Sasja Martel, directeur van Joods Hospice Immanuel, nam in 2010 het initiatief om samen met Roland Vos van Roland Vos Catering & Events de Hebreeuwse chocoladeletter weer nieuw leven in te blazen. Verzenden is mogelijk (er worden wel verzendkosten van €3 berekend)

**Bestellingen tot 1 december uitsluitend per mail: [chocoladeletterchai@gmail.com](mailto:chocoladeletterchai@gmail.com).**

# Fysiotherapie..... in een hospice?

**D**at is de meest gestelde vraag van mensen in mijn directe omgeving wanneer ik zeg dat ik werkzaam ben in het Joods Hospice Immanuel in Amsterdam. Men denkt dat je er als fysiotherapeut weinig kunt betekenen. Het tegendeel is waar. Het is juist erg bevredigend voor bewoners, die uiteraard in samenspraak, zelf bepalen of en welke therapie gegeven wordt. Vaak is deze therapie niet direct gericht op het verminderen van klachten. Het doel van fysiotherapie in het hospice is dan ook een ander dan in de praktijk op de hoek van de straat. Want de belangrijkste regel in het hospice is "kwaliteit van leven verbeteren". Soms vindt degene die behandeld wordt het prettig om alleen maar aangeraakt te worden. Ik geef dan een massage. Dit werkt ontspannend en deze ontspanning verbetert vervolgens de kwaliteit van leven.

In Joods Hospice Immanuel is er plek voor acht bewoners. De dagelijkse zorg wordt verleend door twee vrijwilligers, twee wijkverpleegkundigen en de hospice arts. Zij staan altijd voor de bewoners klaar wanneer dit nodig is. Verder zijn de coördinator en de directeur aanwezig. Als fysiotherapeut ben ik er drie keer per week om therapie te geven aan de mensen die dat willen en aankunnen.

Als iemand in het hospice komt ga ik niet meteen langs, maar pas na twee of drie dagen, om de nieuwe bewoner de kans te geven te wennen aan zijn of haar nieuwe omgeving. Allereerst stel ik me voor, vertel wat ik doe in het hospice en hoe vaak ik aanwezig ben. Hierna wordt er besloten welke therapie er wordt gekozen. Het is bijzonder om te zien hoe verschillend men reageert op mijn bezoek. Van mensen die niks van fysiotherapie moeten weten tot zij die gelijk allerlei mooie doelstellingen opstellen. Met hen die nog nooit eerder kennis hebben gemaakt met fysiotherapie, of met degenen die er niet zoveel mee hebben, bespreek ik wat er zoal mogelijk is. Als het de bewoner wat lijkt, gaan we over tot therapie. Zo niet, dan scheiden onze wegen. Bij ons in het hospice handelen we immers altijd naar de wens van de bewoner.

Er zijn veel verschillende vormen van therapie. Van bijvoorbeeld oefentherapie voor het verbeteren van de looptechniek of loopafstand tot die voor het van lig naar zit komen of draaien in bed. Vaak lukt het met wat tips en trucs iemand efficiënter, makkelijker en veiliger te laten bewegen. Op deze manier is het mogelijk eigenwaarde en zelfvertrouwen te verbeteren, doordat meneer of mevrouw bijvoorbeeld weer zelfstandig naar het toilet kan en niet iedere keer om hulp hoeft te vragen. Indirect kan het er ook aan bijdragen dat er gemakkelijker zorg gegeven kan worden. Het is ook belangrijk dat oefentherapie efficiënt is en niet onnodig veel energie kost. Het zou anders voor de bewoner averechts kunnen werken. Ik kan ondersteunen bij de behandeling of preventie van oedeem, pijnlijke verstijfde gewrichten of doorligwonden door de ledematen van de op bed liggende persoon passief te bewegen. Dit stimuleert de doorbloeding en verbetert zo de genezing of preventie van deze aandoeningen. Mijn ervaring is dat men deze behandeling als prettig en ontspannend ervaart, dit is zeker voor een hospice bewoner een fijne bijkomstigheid.



**Bas ter Hoeven**

Een veel voorkomende kwaal bij mensen die langdurig op bed liggen, is kortademigheid door de opeenhoping van slijm in de luchtpijp. Met het aanleren van hoesttechnieken is het mogelijk zelfstandig dit slijm weg te werken, wat vervolgens voor wat meer ademvrijheid zorgt. Als iemand angstig of zenuwachtig is probeer ik met ontspanningstechnieken zoals ademhalingsoefeningen of massage wat ontspanning te creëren.

Iedere woensdag vindt er in het hospice een multidisciplinair overleg (MDO) plaats waarbij aanwezig zijn de hospice arts, verpleegkundige, fysiotherapeut, coördinator, directeur en incidenteel gasten van buitenaf zoals huisartsen, apothekers etc. Tijdens dit overleg bespreken we iedere bewoner, om zo de zorg nog verder te verbeteren. Ook is er tijdens dit overleg ruimte voor suggesties, wanneer er dingen zijn die door mijn collega's zijn opgemerkt en mogelijk niet door mijzelf.

Mijn ervaring is dat er genoeg te doen is voor een fysiotherapeut in een hospice en dat dit door de bewoners als zeer prettig wordt ervaren. Ik merk dat bewoners zowel fysiek als mentaal opknappen als er met een doel voor ogen wordt gewerkt.

**Bas ter Hoeven**

Fysio- en manueel therapeut Joods Hospice Immanuel  
Mobilis Fysiotherapie B.V.



**15 mei was een feestelijke dag.** Ons hospice bestond 8 jaar. De woonkamer was met slingers versierd en natuurlijk was er taart. In de avond hebben we met ruim 80 vrijwilligers en medewerkers een bijzondere (oneg) Sjabbatavond gevierd: lekker eten, warmte en gezelligheid.



**Op 3 juni kwamen alle aangesloten instellingen van o.a. het Palliatieve Netwerk Amstelland Meerlanden bijeen in Haarlem om hun commitment aan de palliatieve zorg te bekrachtigen middels het tekenen van een convenant.** Voorzitter Samu de Leeuw tekende namens het hospice.

# Vrijwilligersdag Joods Zorgcircuit



Naar de voorstelling van Anne.



Koffie met taart.

Op zondag 31 mei was er een vrijwilligersdag voor alle vrijwilligers van het Joods Zorgcircuit. Bijna 200 vrijwilligers, werkzaam bij de joodse zorginstellingen in Nederland waren aanwezig. De dag begon feestelijk met koffie en taart. Vervolgens waren er 6 verschillende workshops, van zingen tot luisteren, uiteraard alles met een

joods tintje. Het middagprogramma bestond uit de keuze voor een heerlijke kosjere lunch bij H'Baron, opgeluisterd door live muziek. Of voor de boeiende voorstelling van Anne, inclusief een lunchpakket. Het was een succesvolle dag en men voelde zich als vrijwilliger echt even verwend en in het zonnetje gezet. Terecht!



Laura Maaskant

LEEF!



Op donderdag 6 augustus was de Laura Maaskant (21 jaar) in het hospice te gast. Zij heeft sinds haar vijftiende kanker en ongeneeslijk ziek. Haar levensverhaal ontroerde en raakte ons diep. Overeenkomstig de visie van ons hospice kiest ook zij voor kwaliteit van leven. Ze publiceerde in mei 2014 haar debuutroman "Leef". De titel geeft precies weer waar haar boek over gaat: hoe ze leeft en intens geniet van iedere dag die haar gegeven is.



In juli is de tuin onder handen genomen en geheel nieuw ingedeeld, betegeld en beplant. Het is een echte make-over met een prachtig tuinhuisje van glas waar een bewoner heerlijk kan vertoeven, alleen of met het bezoek. Dit is mogelijk gemaakt dankzij een ruime gift van de (Ancient Order of) Foresters Amsterdam.

## Sasja Martel, Aleta Zwitter en Cylla Friedberg (vlnr) tijdens Post EAPC symposium



De presentaties die Nederlandse vertegenwoordigers op het eerder gehouden Congres van de Europese Association for Palliative Care (EAPC) gaven werden op 4 juni 2015 tijdens het 6de Post EAPC symposium in Utrecht herhaald. Deze bijeenkomst werd georganiseerd door Palliatief, de Nederlandse vereniging voor professionele palliatieve zorg. Sasja Martel, Irit Suissa en Cylla Friedberg bezochten namens het hospice de bijeenkomst. Cylla Friedberg is een van de vaste waarnemende artsen in het hospice. Zij is internist en opgeleid tot specialist ouderengeneeskunde. We zijn erg blij dat ze bij het team van hospice artsen hoort!

## HBO verpleegkundigen leren van het hospice

Een van de coördinatoren, Irit Suissa, heeft op 28 mei jl. op de Hogeschool van Amsterdam bij de opleiding HBO-Verpleegkundige 4 gastcolleges gegeven over palliatieve terminale zorg. Ongeveer 80 studenten maakten kennis met de visie en werkwijze van het hospice. De studenten waren erg enthousiast en stelden allerlei vragen over hoe terminale zorg eruitziet in ons hospice. Mede hierdoor gaat een student met ingang van september een half jaar stage lopen bij ons.



Er is op het dak en aan de voorkant van het huis (aan de straat) sedumbedekking aangebracht. De bewoners op de tweede verdieping genieten nu van meer groen en hebben een schitterende tuin voor hun raam. Bovendien komen er op een sedumdak meer insecten, waaronder vlinders, af.

## Nieuwe Vrijwilligers gezocht

In het hospice zijn ca. 80 vrijwilligers werkzaam, rond het bed maar ook voor allerhande zaken die komen kijken bij het runnen van een hospice. Zoals het gaat bij een vrijwilligersorganisatie komen en gaan mensen. Zodra we minimaal 6 nieuwe vrijwilligers hebben starten we een basiscursus waarna men aan de gang kan in het hospice.

## Nieuw verpleegkundig team



Na 8 jaar samen te hebben gewerkt met thuiszorgorganisatie Amstelring is het hospice met ingang van 1 juli 2015 in zee gegaan met thuiszorgorganisatie *de ZorgSpecialist*. Vanaf deze datum leveren zij de verpleegkundige zorg in het hospice. Wij wensen het nieuwe team, dat samen met de vrijwilligers voor onze bewoners zorgt, veel succes toe op deze voor hen nieuwe werkplek!

## Televisie opnames

Een televisieploeg uit België heeft opnames gemaakt in het hospice. Er zijn gesprekken gevoerd met vrijwilligers, verpleegkundigen en andere medewerkers. Het meest indringend was het gesprek met een (inmiddels overleden) bewoner. Hij vertelde hoe essentieel zijn verblijf hier voor hem was. Al met al een mooi portret over ons unieke huis. De documentaire zal op 1 september worden uitgezonden op de Belgische zender Canvas. We gaan ons best doen de uitzending op onze website te zetten, zodat u de documentaire op een later moment kunt bekijken.

# Hoe kunt u aan het Joods Hospice Immanuel schenken?

## Een gift zelf overmaken

U kunt zelf een gift overmaken aan het hospice.

## Gift via een automatische incasso

Door het hospice te machtigen voor uw gift ondersteunt u structureel ons werk. U kunt kiezen voor een eenmalige gift, een machtiging per maand, kwartaal of jaar. Wij sturen u graag een machtiging toe. Uiteraard kunt u de machtiging op elk moment stopzetten.

## Via uw testament

U kunt geld nalaten aan het Joods Hospice via uw testament. Uw nalatenschap komt geheel ten goede aan het hospice, omdat wij als goed doel (ANBI) geen erfbelasting (voorheen successierechten) hoeven te betalen.

## Schenken met optimaal belastingvoordeel – overeenkomst periodieke gift.

Vanaf 1 januari 2014 is het niet meer nodig een notaris in te schakelen om een periodieke gift vast te leggen.

*Met een periodieke schenking verplicht u zich om minstens vijf jaar achter elkaar een vast bedrag (de hoogte maakt niet uit) te schenken. De verplichting stopt als u als schenker tijdens deze periode zou komen te overlijden. De schenking is volledig aftrekbaar!*

Voortaan kunt u zelf een overeenkomst periodieke gift downloaden van de site van de belastingdienst. U vult de overeenkomst in, stuurt het ons op en wij vullen de ontbrekende gegevens op het formulier aan en sturen het u terug.

Zowel u als wij horen een kopie van de overeenkomst te bewaren voor het geval de Belastingdienst hierom vraagt. Om de gift aftrekbaar te laten zijn, moet u de periodieke gift jaarlijks verantwoorden in uw aangifte inkomstenbelasting.

Uiteraard helpen wij u graag! Wij kunnen het formulier toesturen en ondersteunen met het invullen.

Afhankelijk van uw inkomen kunt u tot maximaal 52% van uw gift terug krijgen.

## Heeft u iets te vieren en weet u geen cadeau omdat u alles al heeft?

Geef het hospice uw cadeau! Organiseert u binnenkort een feest zoals een jubileum, verjaardag of bruiloft en draagt u het Joods Hospice een warm hart toe? U kunt een bijdrage vragen voor het hospice. Wij hebben een mooi certificaat dat wij u kunnen sturen. Een origineel manier van uw verjaardag vieren: briden voor het hospice.

## Wilt u iets concreets schenken?

Het hospice is deels afhankelijk van donaties, maar er zijn ook bedrijven of particulieren die ons steunen middels het leveren van bloemen of levensmiddelen. In overleg met ons hoort u over alle mogelijkheden.

**Meer informatie over schenken aan het hospice kunt u krijgen bij Marco de Groot, penningmeester Stichting Vrienden Joods Hospice Immanuel of bij Sasja Martel, directeur van het hospice. Tel. 020-4420676 of [Vrienden@joodshospiceimmanuel.nl](mailto:Vrienden@joodshospiceimmanuel.nl).**

**Deze Nieuwsbrief werd gesponsord.  
Wilt u ook een Nieuwsbrief sponsoren?  
Neem dan contact met ons op.**

## Colofon

### Stichting Joods Hospice Immanuel

Amstelveenseweg 665  
1081 JD Amsterdam  
T (020) 4420676  
E [info@joodshospiceimmanuel.nl](mailto:info@joodshospiceimmanuel.nl)  
[www.joodshospiceimmanuel.nl](http://www.joodshospiceimmanuel.nl)

### Stichting Vrienden Joods Hospice Immanuel

Amstelveenseweg 665  
1081 JD Amsterdam  
Info: 020-4420676  
Donaties: ABNAMRO NL59ABNA0455444277  
*Als u een gift overmaakt dan svp bij de omschrijving uw postcode en huisnummer vermelden. De bank vermeldt uw adres niet meer.*

### Bestuur Joods Hospice Immanuel

Samu de Leeuw (voorzitter)  
Dennis Leib (penningmeester)  
Marion van Geuns (lid)  
David Dresden (lid)

### Bestuur Vrienden Joods Hospice Immanuel

Bram Haas (interim voorzitter)  
Marco de Groot (penningmeester)  
David Dresden (lid)  
Marion van Geuns (lid)  
Samu de Leeuw (lid)

### Directie en staf

Sasja Martel (directeur)  
Ruben van Coevorden  
(hospicearts/medisch adviseur)  
Cylla Friedberg (hospicearts)  
Nannette Blitz-Verdooner  
(coördinator)  
Debora Walg (coördinator)  
Irit Suissa (coördinator/fondsenwerving)  
Jansje Stodel (donateursadministratie)

### Redactie

Samu de Leeuw, Sasja Martel,  
Jansje Stodel, Irit Suissa

### Fotografie

Sasja Martel, Irit Suissa e.a.

### Grafische vormgeving

Luna 3, Utrecht

### Druk

Grafische Industrie de Marne