



Sander Strating waakt 's nachts bij patiënten, meestal in hun eigen huis. (Foto: Anke Olthof)

'De familie is vaak zo dankbaar'

do 3 jun 2021, 9:03

Zwolle - Sander Strating (41) uit Zwolle waakt bij mensen die op sterven liggen. Daarmee is hij een steun voor de terminaal zieke én voor diens omgeving. Hij doet dit vrijwilligerswerk via ZwolleDoet! en is actief in Kampen, Zwartewaterland, Zwolle en Hattem. "Dit werk is zó waardevol." Deel 1 van een serie van drie waarin vrijwilligers vertellen over hun werk bij de vrijwillige terminale thuiszorg.

"Mijn interesse werd gewekt toen ik in een huis-aan-huisblad las over de boekpresentatie van een vrijwilligster terminale zorg. Haar verhalen raakten me."

"In die tijd coachte ik managers om zo efficiënt mogelijk om te gaan met tijd en geld. Daar haalde ik, ook door privéomstandigheden, geen voldoening meer uit. Ik besloot me meer te richten op omgaan met rouw en verlies en meldde me aan bij ZwolleDoet!."

Luisteren

"Tijdens de training, die iedere vrijwilliger verplicht volgt, leerde ik het belang van luisteren. En om je eigen ideeën aan de kant te zetten. Het is zo belangrijk dat die laatste fase verloopt volgens de wens van de terminale patiënt en de familie. Uiteraard kwamen er ook praktische zaken aan bod: wat doe je als iemand naar de wc moet? Hoe help je een patiënt uit bed?"

Waardevol

"Ik waak 's nachts bij patiënten. Meestal in hun eigen huis. Vaak hangen er foto's aan de muur waarop de patiënt in de kracht van zijn of haar leven te zien is. Dat doet me altijd wat."

"Het is heel bijzonder om op zo'n intiem moment, de fase waarin iemand gaat sterven, een leven, een familie binnen te stappen. Partners en kinderen kunnen de zorg vaak écht niet meer aan als wij worden ingeschakeld. Ze zijn zo dankbaar als ik kom."

"Laatst zei iemand tegen me: 'Ik heb in weken niet zo goed geslapen'. Dat maakt dit werk heel waardevol en zinvol. Het relateert ook. Soms wind ik me op over iets en dan denk ik: is dit nu de moeite waard om boos over te worden? Nee dus, er zijn belangrijkere dingen."

'op de training leerde ik het belang van luisteren'

Verrijking

"Tijdens een rustige nacht klap ik mijn laptop nog weleens open of lees ik wat. Is een patiënt onrustig, dan probeer ik hem gerust te stellen door te praten, muziek op te zetten of gewoon zijn hand vast te houden. Voor medische zorg kan ik altijd terugvallen op de Thuiszorg. Ik doe dit vrijwilligerswerk nu vijf jaar. Inmiddels heb ik een gezin en ben ik iets minder inzetbaar, maar gelukkig kan ik dat zonder me bezwaard te voelen aangeven. Ik zou het in ieder geval niet willen missen. Het is een verrijking van mijn leven."

Ben jij een stabiel persoon en voel je je goed als je er kunt zijn voor een ander? Misschien is dit vrijwilligerswerk iets voor jou. Neem contact op met ZwolleDoet! via 038 - 422 52 00 of app naar 06 - 390 080 72.