

RAPPORT

SAMEN LEZEN IN AZ SINT-LUCAS

2023-2024



INLEIDING

Ik kan niet met zekerheid zeggen wanneer ik voor het eerst met Samen Lezen in contact kwam, maar ik heb zo'n donkerbruin vermoeden dat Prof. dr. Tessa Kerre (UZ Gent) er voor iets tussen zit. Wat we gemeen hebben is een hart voor zorg en een zwak voor literatuur. Als ik haar tegen het lijf loop op een boekvoorstelling, een literair evenement of in de boekhandel, hebben we het geheid over één van onze stokpaardjes. Het was beslist op één van deze ontmoetingen dat Tessa me vertelde over Samen Lezen en haar onderzoeksproject op de oncologische afdeling in UZ Gent.

Benieuwd naar de aanpak en de resultaten van dit onderzoek, schreef ik me in voor de studiedag van Het Lezerscollectief in mei 2022. Daar maak ik voor eerst kennis met Samen Lezen. We lezen Het Raam van Maurice Pons. Het maakt een blijvende indruk. De registers die een verhaal kan opentrekken bij mensen in fenomenaal. We krijgen een persoonlijk relaas van iemands ziekte, maar ook Plato's allegorie van de grot komt aan bod. Het gesprek swingt alle kanten op en toch is er connectie. We openen ramen bij elkaar die allemaal een andere kijk op het verhaal en - bij uitbreiding - de werkelijkheid bieden. Ik ben onder de indruk.

Ongeveer gelijktijdig neem ik deel aan de lezingenreeks Lezen in tijden van zorgzaamheid van de UGent in Bibliotheek De Krook. Ik kom er in contact met literatuurwetenschapper Jürgen Pieters die me vertelt over de opleiding Literatuur en zorg die in het academiejaar 2022-2023 van start gaat. Van zodra het programma online staat, begin ik een charmeoffensief in het ziekenhuis. Na lang aandringen mag ik me inschrijven. Het zal je niet verbazen dat de opleiding het beslissende duwtje in de rug gaf. We leren er dat literatuur op allerlei manieren (zelf lezen, voorlezen, samen lezen, schrijven, gamification ...) van onschatbare waarde kan zijn binnen de zorg. Medestudent Milan Lambrecht, zelf leesbegeleider bij het Lezerscollectief, is een vurige ambassadeur van de methodiek van het Samen Lezen. Ik twijfel niet langer. Kort na mijn examen Literatuur en Zorg leg ik mijn idee voor aan ons

directiecomité: Samen Lezen in AZ Sint-Lucas. Het is juni 2023. Goed vijf maanden later lezen we een eerste verhaal op de PAAZ. Opzet geslaagd.

Lees even mee hoe het proces in ons ziekenhuis verlopen is. Hopelijk inspireert het om in je eigen organisatie met Samen Lezen aan de slag te gaan. Eén advies: Just do it! (ik heet niet voor niets Nike). Zo gek veel organisatie en inspanning vraagt het niet. En je krijgt er ontzettend veel voor terug.

Nike Annys



MY WINGMAN, BIRGITTE

Zonder dr. Birgitte Vangehuchten was ik vast niet in mijn opzet geslaagd. Zij zorgde voor draagvlak bij de artsen. Ze sprong meteen op mijn kar en zo kwam alles in een stroomversnelling.

Birgitte: "Waarom op de kar van Nike? Als anesthesist is het altijd mijn doel om een kwetsbare, angstige patiënt met de glimlach in slaap te laten gaan. Aan de hand van positieve communicatie doe ik mijn uiterste best om op die korte tijd voor de verdoving start de patiënt gerust te stellen.

Ik probeer hem duidelijk te maken dat hij in volle vertrouwen zijn lot in onze handen kan leggen. Alle onrust en angsten loslaten doe je makkelijker als je een verbinding voelt met het team dat voor jou gaat zorgen. En het is nu net het gevoel van vertrouwen en verbinding dat Samen Lezen zo uniek maakt. Uiteraard was ik zeer nieuwsgierig toen Nike mij sprak over dit project. Na wat opzoekwerk hierover was de stap snel gezet!"

HET TEAM



- 1 Nike Annys**
Medewerker communicatie
Coördinator Samen Lezen in AZ Sint-Lucas
Leest met medewerkers
- 2 Birgitte Vangehuchten**
Anesthesist
Leest met jongeren
- 3 Greet De Beule**
Dialyseverpleegkundige
Leest met dialysepatiënten
- 4 Nathalie Guérez**
Ergotherapeut
Leest met geriatrische patiënten
- 5 Leen Seijnhaeve**
Creatief therapeut
Leest met psychiatrische patiënten
- 6 Katrien Vandeveld**
Psycholoog
Leest met oncologische patiënten
- 7 Annelies Vandewiele**
Ergotherapeut
Leest met pijnpatiënten

TIJDSLIJN 2023

April 2023 _ Eerste pitch

Met een eerste, ruwe nota ga ik het idee pitchen bij Henk Maes, diensthoofd patiëntenbegeleiding:

- Vindt hij zich in het idee?
- Hoe kunnen we Samen Lezen uitrollen in AZSL?
- Op welke afdelingen?
- Waar vinden we draagvlak?
- Plan van aanpak bespreken.

Henk stelt voor om samen te zitten met de pastorale dienst en de verantwoordelijke van de vrijwilligerswerking. Het was aanvankelijk de bedoeling om met vrijwilligers te werken. Tijdens een volgend overleg kunnen we afstemmen hoe we dat aanpakken en hoe we selecteren.

April-mei 2023 _ Opmaak nota

Eerste gesprekken met collega's en artsen om af te toetsen of zij interesse hebben om te starten met Samen Lezen op hun afdelingen:

- Evelien Debruyne, verantwoordelijke oncologisch begeleidingsteam
- Dr. David Logé en dr. Griet Brusselmans, pijnkliniek
- Ginette Demeyer, verantwoordelijke geriatrisch zorgprogramma

Alle gesprekken zijn positief. De nota wordt uitgebreid met een eerste plan van aanpak. Inhoud:

- Wat is Samen Lezen?
- Voor wie?
- Onderzoek UZ Gent
- Hoe implementeren in AZ Sint-Lucas?
- Leesbegeleiders: wie?
- Concreet voorstel.

In deze versie van de nota is het plan nog om met 3 vrijwilligers en 1 coördinator te werken. Uitrol op de afdelingen onco, geriatrie en pijnkliniek. Opleiding te volgen bij Avansa, want goedkoper dan Het Lezerscollectief.

25 mei 2023 _ Afstemmen

Nota voorstellen aan Koen Cauberghe (verantwoordelijke pastorale dienst) en Chantal Deboel (verantwoordelijke vrijwilligerswerking), in het bijzijn van Henk Maes (diensthoofd patiëntenbegeleiding). Beiden zijn enthousiast over het idee. We komen het volgende overeen:

- Na akkoord van directie bevragen we onze vrijwilligers: wie is bereid om leesbegeleider te worden en engageert zich om minstens twee jaar met vaste regelmaat een leesgroep te begeleiden?
- Chantal bevraagt of we via vrijwilligersorganisatie Present budget kunnen krijgen om (een deel van) de opleiding te financieren.
- De kapel van het ziekenhuis wordt opnieuw ingericht. Er is een mogelijkheid om een deel voor te behouden voor Samen Lezen en in te richten met zeteltjes.

Mei-juni 2023_Finetunen nota

De nota wordt verder verfijnd. Ik mis draagvlak bij de artsen en ga het idee pitchen bij Birgitte Vangehuchten, anesthesist. Zij is meteen enthousiast. Op basis van ons gesprek stuur ik het concept bij en vervang ik vrijwilligers door beroepskrachten. Birgitte en ik zijn allebei van mening dat het werken met beroepskrachten heel wat voordelen heeft:

- Het zijn de beste ambassadeurs voor het project. Zij kunnen artsen, collega's en patiënten enthousiasmeren.
- Door hun constante aanwezigheid op de werkvloer kunnen zij makkelijker recruterend.
- Bekendheid met de doelgroep en bijhorende aandachtspunten (bv. dialyse, onco).

Er zijn helaas ook uitdagingen aan werken met medewerkers:

- Is het ziekenhuis bereid om de vormingstijd en -kost op zich te nemen?
- Hebben medewerkers tijd voor Samen Lezen? De meesten hebben een overvol takenpakket.
- Is het ziekenhuis bereid om de uren die medewerkers aan Samen Lezen besteden als arbeidstijd te beschouwen?

Juni 2023_Project voorstellen bij de artsen

Birgitte en Nike are on a mission! Birgitte maakt haar collega's van geriatrie, psychiatrie, oncologie en hart- en vaatziekten warm voor het project. Nike stelt het initiatief voor aan het voltallige team van de pijnkliniek en gaat bij de cardiologen, het oncologisch begeleidingsteam, de verantwoordelijke van de paramedici en de PAAZ op gesprek.

26 juni_Directiecomité

Nike stelt de nota voor op het directiecomité. We krijgen goedkeuring voor:

- Opleiding voor vier medewerkers bij Avansa. Opleiding geldt als arbeidstijd.
- Samen Lezen in AZSL lanceren op de Dag tegen kanker, donderdag 19/10.
- Najaar: starten vaste groep op pijncentrum.
- Coördinatie door de dienst communicatie.

3 juli_Staf zorg

Nike stelt de nota voor op de staf zorg (directeur zorg en de vijf diensthoofden zorg). Zij ondersteunen het project.

13 juli_Gesprek met Tessa Kerre

Prof. dr. Tessa Kerre is de bezieler van het Samen Lezen in UZ Gent. Ik ga bij haar langs om te luisteren hoe zij het hebben aangepakt, hoe de opleiding van de leesbegeleiders werd gefinancierd, hoe ze patiënten 'recruterend', waar ze tegenaan lopen in de uitrol van het project ...

25 juli_Gesprek met Dirk Terry

Dirk Terry komt naar AZ Sint-Lucas voor een eerste gesprek. We hebben het o.a. over de deelnameprijs. Het directiecomité heeft ingestemd met de opleiding van 4 medewerkers bij Avansa. Daar kost de opleiding 360 euro voor 2 personen (300 euro voor de eerste inschrijving, 60 euro voor een extra deelnemer van dezelfde organisatie). Het tarief van Het Lezerscollectief ligt te hoog. We onderhandelen met Dirk over de prijs en komen overeen dat we 300 euro betalen per persoon, zonder overnachting in De Kluizerij. We trekken het aantal deelnemers op naar 8 personen. Als 'tegenprestatie' documenteren we nauwgezet bij hoe het proces in AZ Sint-Lucas verloopt.

31 juli_Goedkeuring budget

Vraag aan algemeen directeur voor extra budget (opleiding van 8 medewerkers ipv 4 medewerkers) wordt goedgekeurd.

September_Samenstelling team

Overleg met de dienstverantwoordelijken: wie kan/mag de opleiding volgen en Samen Lezen uitrollen op de afdeling? Uiteindelijk schrijven 6 medewerkers en 1 arts zich in voor de opleiding. De psychologe van de hartrevalidatie haakt af wegens geen ruimte in haar takenpakket.

6-7-8 oktober_Opleiding Lezerscollectief

Het is eindelijk zo ver! Hoewel we allemaal voor hetzelfde ziekenhuis werken, kennen we elkaar niet echt. We carpoolen en hebben zalige gesprekken in de auto. Over de opleiding niets dan goeds:

Katrien: "Ik wist niet zo goed wat ik moest verwachten vóór de opleiding. Ik veronderstelde dat we technieken gingen leren om een kortverhaal/poëzie te brengen en de tekst te bespreken. Mijn verwachtingen/veronderstellingen werden helemaal overtroffen.

Het eerste puntje (technieken hoe een kortverhaal/poëzie voor te lezen) kwam niet echt aan bod, maar dat was achteraf bekeken ook helemaal goed. Het zou net jammer geweest zijn, moest er nadruk gelegd worden op hoe je een tekst naar voren brengt. Iedereen heeft de vrijheid in de manier van naar voor brengen.

De verwachting van het tweede puntje (technieken hoe de tekst bespreken) is helemaal ingelost. Ik ben helemaal gewonnen en overtuigd van de methodiek achter het "Samen lezen". Overtuigd van de impact die het kan hebben op mensen en meer bepaald in ons geval, de patiënten. De veiligheid die de methodiek in het bespreken van een tekst naar boven brengt, maakt het heel laagdrempelig en tegelijkertijd toch (onbewust en onderliggend) heel therapeutisch."

Greet: "Ik ging naar de opleiding met volgende vragen:

- Welke literatuur kiezen we?
- Hoe en wanneer lezen?
- Wat mag je verwachten van de medewerking van de mensen voor wie je leest?

Mijn grootste vraag was echter hoe je Samen Lezen organiseert voor de dialysepatiënten. We zitten met een vaak oudere populatie, velen zijn anderstalig en onze patiënten zijn zijn verbonden aan een dialysetoestel op 1,5 meter van elkaar. Ze liggen met zes of zeven in gemeenschappelijke zaal, maar sommige willen slapen of iets anders doen. Hoe krijg je hen in godsnaam gemotiveerd om deel te nemen?

Ik vind het alleszins een boeiende, interessante uitdaging om de mens achter de patiënt te zien. Meer en meer is het medische belangrijk, maar om mezelf te blijven motiveren om voor mensen te zorgen is het belangrijk om de patiënt vanuit een ander standpunt te zien."

Birgitte: "Wat hoopte ik te leren? Geduld te hebben, niet voorop te lezen in het verhaal omdat ik zo nieuwsgierig ben! Wat heb ik geleerd? Dat langzaam en samen door de gelaagdheid van een verhaal gaan, genieten is ... Daarvoor doe je het!"

Leen: "Ik moet toegeven dat ik er toch met bang hartje naar toe ging, omdat ik zelf geen grote lezer ben. Ik vond het dan ook een eer dat ik de vorming mocht volgen en Samen Lezen op de PAAZ nadien zou mogen introduceren. Ik hoopte dus vooral om geprikkeld te worden om wat meer een boek open te slaan en er niet alleen tijdens de vakanties eens tijd voor te maken. Het stilstaan, nadenken over tekst, woorden, verhalen, gevoelens die opkomen ... vond ik direct zeer toepasselijk en bruikbaar in onze setting. Ik was dan ook benieuwd naar de aanpak hiervan. Mijn verwachtingen zijn alleen maar overtroffen. Het was geen lang saai weekend waar ik misschien wat voor gevreesd had. Echter wel een boeiende, verrijkende ervaring die doet verlangen naar meer!"

Nathalie: "Voor mij was het in het begin wat moeilijk om in te schatten wat ik van de opleiding kon verwachten. Ik stelde mij vooral vragen over hoe gaan we dat kunnen aanpakken op een dienst geriatric en hoe zien we voorlezen? Een volledig boek, een kortverhaal, actua? Dit was mij niet helemaal duidelijk. Ik zat vooral met praktische vragen. De opleiding zelf vond ik vooral heel verrijkend omwille van het feit dat er geen druk werd gelegd om iets in groep te vertellen als je dat zelf niet wil en dat is zeker iets dat ik ga meenemen in mijn leesgroep. Verder vond ik het ook heel interessant dat er gewerkt werd op wat een verhaal of alinea met je doet, wat het voor emoties of herinneringen bij je oproept en dat er geen interpretaties worden opgelegd."



v.l.n.r.: José, Leen, Karolien, Nike, Stijn



v.l.n.r.: Birgitte, Conny, Annelies, Nathalie, Katrien, Nicole

9 oktober_Eerste leessessie op de PAAZ

Leen Seijnhaeve, psychomotorisch therapeut op onze PAAZ, gaat de dag na de opleiding al meteen aan de slag met de patiënten die naar de dagtherapie komen. "Het was een dikke meevaller! Heel tevreden en heel fijn om te doen. Ik had maar een groepje van vier, maar ze vonden het een heel fijne ervaring en een echte meerwaarde. De groep bestond uit drie vrouwen (dertiger, veertiger, vijftiger) en een man van 88 die ervoor koos om enkel te luisteren. Eén lezer, van de man weet ik het niet goed ... de andere geen echte lezers. Ik las het gedicht 'De Wolken'. Er was een lach, een traan, even gevoel dat iemand iets teveel uitwijdde maar ze keerde dan zelf terug naar een woord uit het verhaal en zo is het terug wat kunnen keren naar de anderen en ook naar een ander gevoel. De vrouw die dagelijks leest, leest praktisch nooit gedichten en was er zo van aangedaan! Was echt fijn."

12 oktober_Leessessie op de PAAZ

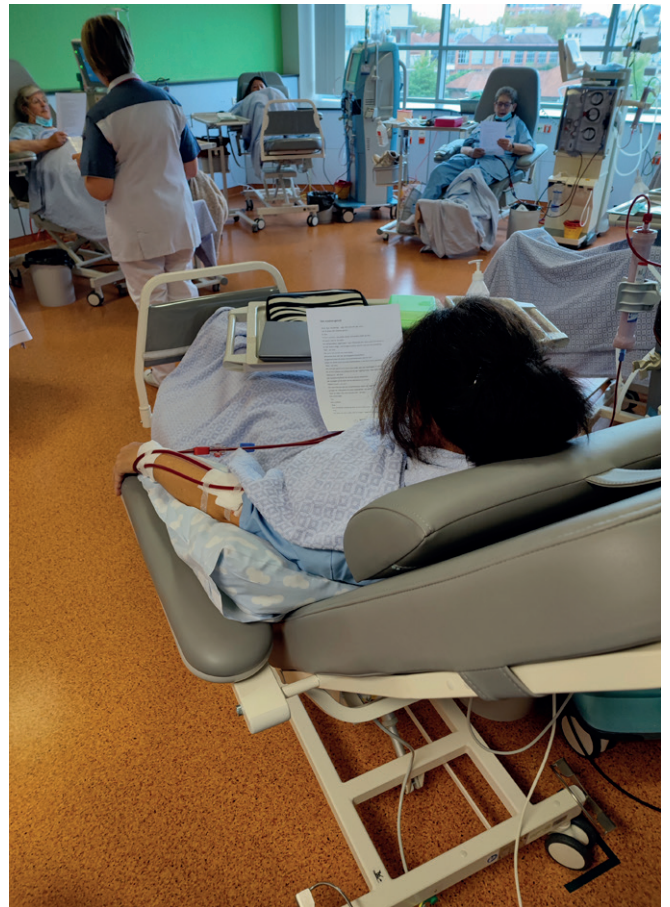
Leen: "Thema in de dagtherapie deze week was zelfbeeld. Eerst was er een uurtje psycho-educatie rond emoties door de psycholoog. Nadien hebben we samen het gedicht 'Ik ben iemand die ...'* van Maud Vanhauwaert gelezen. Enkele patiënten lieten zich helemaal gaan, maar er vallen ook wel zware woorden in zo'n groep, veel donkere zinnen ... Het gedicht deed de groep enorm stilstaan bij hun 'zelf' en het was goed om dat eens te verwoorden. Nadien hebben we de terugkoppeling gedaan naar hun emoties. Het was een erg waardevolle oefening voor iedereen. Ik ben nog wel wat zoekende, maar de meerderheid van de groep was enthousiast en het samen lezen van de tekst ging makkelijk."

Reactie van een deelnemer:

Hee Nike! Ik volg momenteel therapie in het dagcentrum van St-Lucas en we deden vandaag een oefening met Leen die ze haalde uit de driedaagse van SamenLeest. Het was een ontzettend waardevolle oefening voor ons en heb ook maar eens je instagram gedropt 🍪 Dank je wel voor je pleidooi dat lezen therapeutisch is ❤️

23 oktober_Leessessie op dialyse

Samen Lezen is niet zo evident op onze dienst dialyse. De patiënten liggen weliswaar een halve dag op de afdeling, maar de ruimtelijke indeling van de afdeling is niet ideaal voor een leessessie (geluid van dialysetoestellen, alarmen die afgaan, afstand tussen de zetels/bedden ...) en niet iedereen heeft zin om deel te nemen. Greet De Beule, verpleegkundige op dialyse, beslist om literatuur op een andere manier tot bij de patiënten te brengen en gaat in elke zaal (we hebben 4 dialysezalen) een gedicht voorlezen (Het Mooiste Geluid van Evelien De Vlieger). Wie zin heeft, mag een stukje voorlezen. Eén van onze artsen speelt accordeon om het geheel op te luisteren. De patiënten reageren enthousiast en zijn blij met de afleiding. Eén oude dame wil aanvankelijk niet meedoen, maar fleurt helemaal op als ze het gedicht hoort en leest uiteindelijk nog zelf een stukje voor.



November_Samen Lezen op de kinderafdeling?

De kinderartsen zijn enthousiast over het project en willen graag een groepje starten, maar botsen op een aantal moeilijkheden:

- De vrije uren zitten vaak propvol voor ouders van schoolgaande kinderen met hobby's en allerlei andere zaken, het is dus niet zo eenvoudig om de ouders van ambulante patiënten te motiveren om ook nog eens naar het ziekenhuis te komen met hun kind voor een leessessie. Ze moeten ondertussen ook opvang voorzien voor andere kinderen, en kunnen dit er moeilijk bij nemen.
- Onze gehospitaliseerde populatie zou in die zin makkelijker te bereiken zijn, maar dit zijn doorgaans heel jonge kinderen (0-3 jaar), met zeker in deze tijd van het jaar (winter) heel veel baby's met luchtweginfecties. Deze kinderen zijn dus te jong... Uiteraard zijn er ook oudere patiënten, maar de turnover is hier erg groot en de gezondheidstoestand laat het niet altijd toe.

We bekijken de mogelijkheid om een groep te starten op zaterdag met jongeren met een eetproblematiek.

November_Opmaak communicatiemateriaal

We ontwerpen een flyer en affiche en maken een pagina aan op onze website (www.azstlucas.be/samenlezen) met meer info over Samen Lezen, contactgegevens en de agenda.

De flyers gebruiken we om patiënten warm te maken om deel te nemen aan de leessessies. De affiches kunnen we personaliseren met de data van geplande reeksen. Er is een flyer voor de doelgroep kinderen en jongeren en één voor volwassenen.



22 november_Leessessie op de PAAZ

Leen: "Het Samen Lezen valt hier enorm in de smaak op de PAAZ. Wel altijd een andere groep, maar degenen die er vorige week bij waren, zaten er gisteren allemaal terug!"

24 november_Aanvraag mecenaatsfonds

Onze Sp-diensten zijn vragende partij om te starten met Samen Lezen en op geriatrie zou wat ondersteuning welkom zijn, dus we doen een aanvraag bij het mecenaatsfonds om de opleiding van twee extra vrijwilligers te betalen.

25 november_Eerste leessessie met jongeren met eetstoornissen

In samenwerking met de kinderartsen en prof. dr. Barbara De Clercq (psycholoog) starten we een leesgroepje met jongeren met eetstoornissen. Birgitte en Nike begeleiden de sessie. Barbara De Clercq neemt ook deel aan de sessie. De zes meisjes die deelnemen zijn tussen de 12 en 17 jaar. De meeste meisjes komen ambulantly, één meisje is nog opgenomen.

We voorzien géén koekjes en enkel water in functie van de psychologische veiligheid. Er wordt aan de deelnemers gevraagd om het 10-uurtje dat de meesten nog moeten innemen volgens een bepaald kcal-schema al op te eten voordat het leesuur start, zodat ze elkaar niet triggeren in negatieve gedachten, de stress rond eten kan vermeden worden en we vooral kunnen inzetten op positieve verbinding.

We lezen 'De Koninklijke Pesterijen' en het gedicht 'Als uit een kaal ei'. De tekst is achteraf gezien te moeilijk voor deze doelgroep. Sommige meisjes zijn nog te jong, voor anderen is het nog moeilijk om zich te concentreren. Desondanks hebben we een tof en verfrissend gesprek over de tekst (heerlijk hoe zij deze tekst anders interpreteren dan volwassenen). Het gedicht valt ook goed in de smaak, de meisjes praten open over wat denken en voelen naar aanleiding van dit fragment:

*Als alles weg is,
als alles nieuw wordt, waarom luistert
de spiegel dan zo langzaam als ik erin kijk?*

Om af te sluiten lezen we het gedicht samen, elk afwisseld één zin. Een bijzonder moment!

De sessie is iets vroeger afgelopen dan gepland en de meisjes vragen ons om de zaal te verlaten, zodat ze wat beter kunnen kennismaken. Dat doet ons heel erg deugd, omdat die sociale verbinding bij meisjes met eetstoornissen vaak wegvalt en ze zich blijkbaar veilig genoeg voelen om al meteen connectie te maken

Barbara De Clercq: "Het was een heel mooie ervaring! Ik neem twee dingen mee:

- Bij tieners mag de tekst niet al te complex zijn, zowel qua grammaticale opbouw als inhoudelijke verhaallijnen (de integratie van verschillende perspectieven is nog moeilijk voor hen).
- Het tussentijds stilstaan bij wat er werd gebracht biedt op gefocuste wijze een bron van reflectie; het kort samenvatten van wat er precies gebeurde is voor tieners hierbij een goede tussenstap.

Vanuit groepsdynamisch perspectief denk ik dat het 'afwisselend een zin lezen' tot sterke verbinding leidt, een gedicht leent zich hier goed toe (bij een verhaal zou ik dit eerder niet doen).

Tot slot denk ik dat patiëntjes met een eetproblematiek een heel goede doelgroep zijn voor Samen Lezen, omdat zij bij uitstek op zoek zijn naar verbinding weg van het eetprobleem. Het feit dat ze samen kunnen lezen met leeftijdsgenoten die dezelfde strijd leveren of hebben geleverd maakt de drempel lager om deel te nemen aan iets in groepsverband (zoals een van de meisjes me achteraf zei: "Ik had veel minder stress om naar hier te komen, dan om naar school te gaan. Hier weten de anderen wat ik voel en denk zonder dat ik het moet uitleggen"). Tegelijk is het voor hen een bijzonder goede oefening om in het sociale verkeer te navigeren, met gerichte uitnodiging tot 'iets vertellen, iets durven delen' in een veilige groep en over een veilig onderwerp."

28 november_Eerste leessessie op het pijncentrum

Annelies Vandewiele, ergotherapeut: "Het was de MAX!! Echt superleuk om te observeren wat het doet met de deelnemers, maar ook om zelf te geven. Anders dan de meeste andere therapieën die ik geef, was deze sessie licht, leuk, opgewekt, gezellig en verwarmend. Er waren 5 deelnemers. 1 man, 4 vrouwen, verschillende leeftijden. Sommigen kenden elkaar uit een andere groepssessies, anderen niet. Ik had hen uitgenodigd omdat ik dacht dat ze baat zouden hebben bij de sociale verbinding die voortvloeit uit Samen Lezen. Ik las het verhaal "De Koninklijke Pesterijen" en bijhorend gedicht "Tetris" uit het boek Even zijn wij samen meer. Er kwamen zoveel reacties, reflecties naar het eigen leven en de maatschappij ook. En vooral, er werd zooveeeeeeeeeel gelachen. Collega's hoorden ons blijkbaar tot op 't eind van de gang. Nadien bleven mensen ook met elkaar babbelen en eigen verhalen uitwisselen. Verbindend werkt het dus zeker. De koffie/thee/koekjes werden geapprecieerd, de uitnodiging voor de sessie zeker ook."

11 december_Medische avond voor artsen van AZ Sint-Lucas

Om de artsen te enthousiasmeren en vertrouwd te maken met de methodiek, organiseren Birgitte en Nike een medische avond voor de artsen. Alle artsen krijgen een persoonlijke uitnodiging en we voorzien accreditatie in de rubriek Ethiek en Economie.



Shared reading: een introductie

Zes medewerkers en één arts volgden recent een opleiding bij Het Lezerscollectief om met Shared Reading aan de slag te gaan in AZ Sint-Lucas. Shared Reading of Samen Lezen is een methodiek waarbij we literatuur gebruiken om mensen te verbinden. Aan de hand van zorgvuldig gekozen literaire teksten brengen we de deelnemers 'op verhaal'.

Samen Lezen is goed ingeburgerd in andere zorgcontexten zoals woonzorgcentra, instellingen voor bijzondere jeugdzorg, CGG's, zorgcentra voor mensen met fysieke of mentale beperking, gevangenissen ... AZ Sint-Lucas is het eerste Vlaamse ziekenhuis dat deze methodiek zo grootschalig uitrolt. Onze vers opgeleide leesbegeleiders gaan aan de slag met Samen Lezen op de PAAZ, het pijncentrum, dialyse, geriatrie, oncologie en kinderziekten.

We introduceren jullie graag in deze bijzonder eenvoudige, maar krachtige methodiek. Voor de sessie van maandag 11 december is er nog plaats.

Programma

- Introductie over Shared Reading: krachtlijnen, effecten en waarde van samen lezen.
- Dompel je onder in de praktijk – een leessessie.

Spreker: Dr. Birgitte Vangehuchten, anesthesist.

Afspraak op **maandag 11 december 2023 van 19u tot 21u** in de lounge (straat 75) van AZ Sint-Lucas. Accreditering voor artsen is aangevraagd in de rubriek economie en ethiek.

Inschrijven kan op het nummer 09 224 50 05 of via nike.annys@azstlucas.be.

Er zijn niet veel inschrijvingen en uiteindelijk zijn er maar 4 deelnemers: een nuclearist, een neuroloog, een klinisch bioloog en onze directeur facility en technieken. Er is wijn en er zijn hapjes. We lezen 'De Koninklijke Pesterijen' en het gedicht 'Tetris'. We hebben ontzettend veel plezier en onze neuroloog ziet meteen de waarde van Samen Lezen voor haar patiënten. Te bekijken om op termijn te starten met een groep op de Sp-diensten.

De volgende dag mailen we nog wat heen en weer over het verhaal. Het is blijven hangen!

12 december_Leessessie op het pijncentrum

Annelies: "Ik las de tekst 'Vleugels' en het gedicht 'Fantaseren'. De deelnemers vonden het weer heel gezellig en er werd nadien nog lang doorgebabbeld onder elkaar over persoonlijke zaken ... verbindend. Het viel mij wel op dat een ander soort tekst ook een andere sfeer met zich meebrengt. Ik had even schrik dat, ook door de persoonlijke verhalen, iedereen met een zwaar gevoel zou vertrekken. Maar zelf vonden ze het blijkbaar wel fijn dat ze konden uitwisselen ... Het mag er allemaal zijn!"

14 december_Try-out met medewerkers

Samen Lezen past mooi in het wel-in-je-vel-plan voor medewerkers dat o.a. focust op sociaal welzijn. Om de dienst P&O, die de programmatie van de activiteiten binnen het wel-in-je-vel-plan organiseert, te laten kennismaken met Samen Lezen organiseert Nike een try-out. Doel: in het voorjaar starten met een leesgroep die bestaat uit medewerkers/artsen.

Vijf collega's nemen deel aan de try-out. Het begin verloopt een beetje stroef, maar de groep komt op dreef naarmate het verhaal vordert. Ze zien allemaal de waarde van Samen Lezen en we spreken af dat we bekijken om volgend voorjaar een reeks in te plannen voor medewerkers.

Wrap-up 2023

We sluiten 2023 af met drie diensten die actief Samen Lezen:

- PAAZ
- Pijncentrum
- Kinderziekten

Te plannen in 2024:

- Geriatrie
- Artsen/medewerkers
- Sp-diensten
- Oncologie

TIJDSLIJN 2024

26-28 Januari 2024_Opleiding twee extra vrijwilligers

We versterken ons team met twee extra vrijwilligers. Voor sommige collega's is het namelijk niet altijd makkelijk om tijd vrij te maken voor het Samen Lezen. Vooral op geriatrie en oncologie is extra ondersteuning welkom. We selecteren twee kandidaten:

- **Trees Coucke** is met pensioen na een loopbaan als verpleegkundige en docent aan de hogeschool in de opleiding verpleegkunde. Ze volgde samen met Nike de opleiding Literatuur en Zorg aan de UGent. Trees wil graag lezen op de geriatrie of onze revalidatieafdelingen.
- **Nicolas Opsomer** wordt naar voor geschoven door één van onze kinderartsen. Hij was enthousiast over het Samen Lezen met jongeren met een eetstoornis en wou graag zijn steentje bijdragen. Hij wil graag Samen Lezen met kinderen of op oncologie.

Nicolas Opsomer: "Ik heb de opleiding als bijzonder verrijkend ervaren. Natuurlijk wist ik niet helemaal wat te verwachten en ik ben met de minuut enthousiaster geworden wanneer ons verteld werd over de idee achter Samen Lezen. Maar ik vind het ook heel boeiend voor de begeleider zelf. Het is fantastisch om bezig te kunnen zijn met literatuur en in de teksten te duiken en om dit te delen met anderen. Ik heb nog heel weinig ervaring, maar ik vind al dat je er veel van terug krijgt. Natuurlijk zaten we in de opleiding met gelijkgestemde geesten, wat het wel wat gemakkelijker maakt. Het zal vermoedelijk wat uitdagender zijn in de leesgroep zelf. Maar vroeg of laat verwacht ik wel dat er mooie dingen uit zullen voortkomen."



Trees Coucke: "Het was een mooie ervaring om drie dagen met boeken en lezen bezig te zijn en dat in een prachtige, erg rustgevende omgeving. Het eten was heerlijk en de zon zorgde, samen met de houtkachel, voor een deugddoende warmte. De kleine groep gaf ons de gelegenheid elkaar snel te leren kennen waardoor er spontaan een gevoel van veiligheid ontstond. Door in de ervaring te gaan ondervonden we wat samen lezen veroorzaakt en hoe het beklijft. Al bij al een mooie, zinvolle en goed gestructureerde opleiding met warme en betrokken mensen om ons te begeleiden."

25 maart 2024_Opstart geriatrie

Op 25 maart start het duo Guérez (ergotherapeute) + Trees Coucke (vrijwilliger) met Samen Lezen op de geriatrie. Van de dienstverantwoordelijke van de paramedici krijgen we een aantal praktische afspraken mee:

- De groep beperken tot **4 à 5 patiënten**, gezien we vaak te maken hebben met hardhorige mensen of mensen met een beperkte visus. Ook mensen met een beperkte cognitie zijn vaak in een te grote groep afgeleid en kunnen dan "storend" gedrag vertonen, zoals beginnen praten tegen iedereen of zelfs roepen. Hoe groter de groep, hoe moeilijker het wordt om de focus en de interactie te bewaren.
- Voorkeur om **op de afdeling te blijven** en geen patiënten van verschillende afdelingen samen te brengen op één locatie. Dit zijn de bezwaren:
 - Infuuspompen die in alarm gaan: verpleging van andere afdelingen zijn niet op de hoogte van specifieke instellingen van deze patiënt.
 - Medicatie die op specifieke tijdstippen toegediend moet worden. De verpleging kan zich niet verplaatsen.
 - Toiletbezoeken: wat met patiënten die al dan niet mogen steunen? Gebruik van een tillift zal de opzet van de leesgroep verstoren.
 - Wat als de patiënt onwel wordt op een andere afdeling? De patiënt is daar medisch niet gekend en de verpleegkundigen van de andere afdeling kunnen het dossier niet raadplegen.
- Er zijn risico's verbonden aan **koffie en koekjes**:
 - Patiënten met slikproblemen. Voor sommige patiënten moet de drank ingedikt worden, maar soms maken patiënten ons wijs dat indikken niet hoeft, omdat ze dit niet aangenaam vinden. En dan is er gevaar voor slikpneumonie.
 - Diabetes of een voedselallergie
- De **familie** opbellen om te verwittigen dat het bezoek pas later kan komen, is niet haalbaar. Sommige patiënten zullen hun bezoek verkiezen boven de leessessie.

April 2024_Evaluatie na drie leessessies op geriatrie

Nathalie: "Van de drie sessies die we gepland hadden, was er eentje succesvol. Eenmaal niet gelukt omdat de doelgroep op straat 44 niet geschikt was, de andere keer omdat de geïnteresseerden allemaal onverwachts bezoek hadden of zich niet goed voelden."

Trees: "Bij de sessie die goed ging, waren er 5 mensen, waarvan één koppel. Van zodra ik zat (Nathalie was op weg om nog iemand bij te halen) begon het gesprek al. Ik vroeg of men vaak even stilzit om met elkaar te praten en het antwoord was negatief, maar dat men daar veel behoefte en deugd van heeft. De vrouw van het koppel vertelde al snel dat ze ontslagen zouden worden en naar een WZC 'moeten' verhuizen. Voor mij natuurlijk een gelegenheid om in te gaan op dat 'moeten'. Er zijn veel tranen gevloeid, maar veel mensen hebben eens hun hart kunnen luchten en dat was positief. Ook Nathalie had een goed gevoel, maar was ook wat onder de indruk van de vrijgekomen emoties en verhalen. De tekst hielp ons verder en we hebben gepraat over afhankelijk zijn, machteloosheid, eenzaamheid, zich 'overgeven' ..."

23 april 2024_Samen Lezen met medewerkers en artsen op Vlaanderenleestdag

We organiseren een pop-up leessessie voor medewerkers en artsen. Heel succesvol is het niet, maar er komen twee artsen en drie medewerkers. De artsen, een maag-darmspecialist en een gynaecoloog, vinden het een heerlijk concept.

7 mei 2024_Samen Lezen in de vormingskalender voor medewerkers

Onze personeelsdirecteur geeft de goedkeuring om Samen Lezen op te nemen in ons wel-in-je-vel-plan (ziekenhuisbreed plan voor medewerkers en artsen met opleidingen en workshops rond welzijn en veiligheid). We plannen een eerste reeks Samen Lezen in het najaar. De data worden opgenomen in de vormingskalender van het ziekenhuis:

- **Reeks 1:** 12, 19 en 26 september van 12:00 - 13:00 uur
- **Reeks 2:** 6, 13 en 27 september van 14:30 - 15:30 uur

17 mei 2024 _ Boekenpakket Vlaanderenleestdag

We winnen een boekenpakket van iedereenleest met onze post op sociale media over Samen Lezen op Vlaanderenleestdag. We ontvangen het komende jaar vier boekenpakketten. Er is opnieuw een grote vraag naar een ziekenhuisbibliotheek (die werd afgeschaft tijdens COVID), dus misschien is dit een eerste, kleine aanzet om de boekenkarretjes die rondgaan op de afdelingen terug op te starten.



14 juni 2024 _ Sessie Samen Lezen op geriatrie

Trees: "Op geriatrie 4 lukte het om drie mensen samen te zetten, maar voor we begonnen vertrok al iemand omdat ze bezoek had. Samen met de twee anderen en met Nathalie hadden we een aangename sessie waarbij beide dames zegden dat het deugd had gedaan. Opnieuw geslaagd dus. Volgende week hebben we geen sessie maar daarna ongeveer wekelijks, veel hangt af van de beschikbare mensen."

juni 2024_Samen Lezen dialyse

Op dialyse blijkt de infrastructuur en organisatie van de afdeling toch voor praktische problemen te zorgen bij het Samen Lezen: de afstand tot de leesbegeleider is te groot, er zijn te veel omgevingsgeluiden en patiënten moeten te luid praten om hoorbaar te zijn voor de groep. We zoeken technische oplossingen:

- Samenlezen via Teams van het ziekenhuis. Helaas krijgen we rood licht van onze dienst IT om 8 accounts aan te maken die we op tablets kunnen gebruiken. We zagen nochtans wel een mogelijkheid om zo via koptelefoons met headset met elkaar te praten.
- Tip van Dirk Terryn en te bekijken: silent disco systeem + loopmicro.

Ondanks de pogingen van Birgitte en het aanvankelijke enthousiasme van de artsen, lijkt het toch maar niet te lukken op dialyse. Greet, de leesbegeleider van dialyse, vindt het ook moeilijk om het Samen Lezen op te nemen tijdens haar werkuren. De dienst is onderbemand, dus ze voelt zich daar niet goed bij.

26 juni 2024_Samen Lezen op geriatrie

Trees: "Maandag was er een sessie op geriatrie maar uiteindelijk was er maar één dame en die zou Nathalie alleen doen. Intussen zou ik naar oncologie gaan waar een dame ook een één op één sessie zag zitten. Maar toen ik daar aankwam was ze net terug van een onderzoek en ze was daar erg door benomen. Ze wou liever geen sessie en even alleen zijn."

Augustus 2024_We strikken Bart Moeyaert

We spelen met het idee om een project in te dienen bij de Warmste Week. Het thema voor 2025 is eenzaamheid en niets is zo verbindend als Samen Lezen! Om onze artsen, medewerkers, patiënten, mantelzorgers en buurtbewoners warm te maken voor dit initiatief en als startschot van het Samen Lezen tegen eenzaamheid, willen we een lezing organiseren met een auteur. Het is onze natte droom om daar Bart Moeyaert voor de strikken. Uiteraard slaagt onverdroten Birgitte erin om hem te strikken.

September 2024_Samen Lezen met medewerkers en artsen

Onze reeks Samen Lezen met artsen en medewerkers gaat van start. Nike is leesbegeleider van dienst. Het is een eclectisch groepje van medewerkers en artsen uit verschillende departementen. De sfeer is meteen heel gemoedelijk en er wordt voluit gepraat en hard gelachen. Na de sessies mailen de deelnemers elkaar nog met grapjes of bedenkingen die alluderen op de tekst. Na afloop van de reeks is de groep unaniem: er moet een nieuwe reeks komen!

Griet Brusselmans: "Dankjewel Nike! Het was een heel fijn moment in mijn dag. :)"

2 September 2024_Indienen dossier Koning Boudewijnstichting

We dienen een dossier in bij de Koning Boudewijnstichting voor het project 'Samen Lezen tegen eenzaamheid. Onze motivatie:

Onderzoek wijst uit dat eenzaamheid niet alleen een negatieve invloed heeft op de mentale gezondheid, maar ook op de fysieke gezondheid van mensen. Als zorginstelling zien wij dagelijks de impact van eenzaamheid op onze patiënten. Dit heeft ons ertoe gebracht een nieuw initiatief op te zetten: maandelijkse 'Samen Lezen' sessies, waarbij patiënten worden uitgenodigd om in een veilige en ondersteunende omgeving samen te komen en literatuur te lezen en te bespreken.

Literatuur is een krachtig middel om mensen samen te brengen. Door samen te lezen en ervaringen te delen, kunnen patiënten zich verbinden met anderen en de sociale isolatie doorbreken.

Deelnemers worden actief uitgenodigd door onze artsen en medewerkers, die hen identificeren als kwetsbaar voor eenzaamheid. Met dit project willen we een veilige en ondersteunende omgeving bieden waar eenzame patiënten zich gehoord en begrepen voelen.

Waar we traditioneel focussen op medische zorg en individuele begeleiding, zetten we met 'Samen Lezen tegen Eenzaamheid' in op patiëntenbeleving. We brengen patiënten samen op een manier die verder gaat dan de gebruikelijke zorgcontacten en creëren een nieuw platform voor dialoog en gedeelde ervaringen. Dit initiatief verrijkt onze bestaande zorgaanpak door mentaal welzijn op een unieke, laagdrempelige manier te bevorderen.

24 September 2024_Goedkeuring Koning Boudewijnstichting

We krijgen een mail met fantastisch nieuws: "Ik heb het genoegen u mee te delen dat de jury beslist heeft uw project te selecteren. Wij vragen u dit nieuws discreet te behandelen tot na de communicatie van VRT op maandagochtend 30 september."

We krijgen 2269 euro steun van de Koning Boudewijnstichting.

17 september 2024_Feedbackmoment met leesbegeleiders

We zijn nu ongeveer één jaar bezig met Samen Lezen in het ziekenhuis. Tijd om te luisteren hoe het op de verschillende afdelingen loopt.

Annelies, pijnkliniek:

- Drukke agenda, dus werken met reeksen.
- Het Samen Lezen komt bovenop de dagelijkse taken, dus wel pittig.
- Annelies selecteert de patiënten en nodigt hen persoonlijk uit. Er is geen 'open' aanbod.
- De groep bestaat gemiddeld uit 4 tot 5 deelnemers.
- Samen Lezen wordt enthousiast ontvangen. Deelnemers willen terugkomen.

Katrien, oncologie:

- Ook hier komt het Samen Lezen bovenop het dagelijks werk, dus moeilijk te organiseren.
- Dagziekenhuis onco:
 - Het aanvankelijke plan om te lezen tijdens het wachten op de uitslag voor de start van de chemotherapie, blijkt geen goed idee te zijn. Patiënten zijn angstig en zenuwachtig en kunnen hun aandacht er niet bij houden, terwijl wij net dachten dat het hen zou verstrooien.
 - Samen Lezen tijdens het toedienen van de chemo kan een-op-een, maar niet in groep. Dat is logistiek te ingewikkeld.
- Opgenomen patiënten: een-op-een-sessies genieten de voorkeur in functie van o.a. infectiepreventie, comfort voor de patiënt.
- Algemeen: oncopatiënten zijn al heel vaak in het ziekenhuis en zien het niet zitten om nog eens extra te komen voor het Samen Lezen.
- Revalidatieprogramma: er wordt 1 proefsessie opgenomen in het revalidatieprogramma voor oncopatiënten. Wie zin heeft in meer, kan aansluiten bij de open groep.

- Katrien is afhankelijk van de medewerking van de verpleegkundigen op de afdelingen. Als zij patiënten niet informeren, heeft Katrien te veel werk om hen warm te maken voor de sessies.

Nathalie en Trees, geriatrie:

- Nathalie is werkzaam op een acute geriatrie met een grote turnover, dus het contact met de patiënten is vluchtig en dat maakt het moeilijker om met hen over Samen Lezen te praten. De patiënten zijn ook vaak behoorlijk onder de voet.
- 'Er is altijd iets': net bezoek, geplande onderzoeken, te moe vandaag, geen zin in groepsactiviteiten ...
- Ideaal is 4 tot 5 deelnemers in een sessie.
- Teksten zijn bij voorkeur niet te lang in functie van de concentratie.
- Leesbegeleider moet luid en duidelijk praten, want er zijn redelijk wat deelnemers met gehoorverlies.
- Hulp van Trees is zeer welkom. Het ontzorgt Nathalie. Als er dringende zaken tussenkomen, kan Trees overnemen.

Leen, PAAZ:

- Loopt goed. Samen Lezen is opgenomen in het therapieschema van de opgenomen patiënten en de patiënten die naar de dagtherapie komen.

Greet, dialyse:

- Samen Lezen staat on hold door praktische obstakels.
- Greet heeft zo goed als geen ruimte om tijdens de werkuren een sessie te begeleiden.

Nike en Birgitte, jongeren met eetstoornissen en medewerkers en artsen:

- De jongerengroep komt niet meer samen. We waren afhankelijk van de medewerking van de psychologe die de meisjes selecteerde en contacteerde. Herhaaldelijk aangeboden om de organisatie over te nemen (o.a. het contact met de meisjes om nieuwe sessies aan de te kondigen), maar zonder resultaat. Ondanks de uitermate positieve reacties van de deelnemers, blijkt men op de kinderafdeling de waarde toch niet helemaal te zien.
- Samen Lezen met artsen en medewerkers is altijd leuk. Het is serieus trekken om aan voldoende deelnemers te komen en op het laatste moment haken mensen vaak af, maar wie wel komt, vindt het een bijzonder waardevol en ontspannend intermezzo tijdens een drukke werkdag.

Van Nicolas hebben we jammer genoeg nooit meer iets vernomen. We deden herhaaldelijke pogingen om hem te bellen en mailen, maar we kregen hem nooit te pakken.

November 2024_Ontwerp kaartje Samen Lezen

We ontwerpen een kaartje om reclame te maken voor het Samen Lezen tegen eenzaamheid.



December 2024_Brief aan de koningin

In een zotte bui schrijven we een brief naar koningin Mathilde, met de vraag om samen met een paar te komen Samen Lezen in het paleis (zie bijlage voor brief). De hofdame van de koningin stuurt ons een bedanking voor de brief, maar deelt ook mee dat de koningin helaas geen tijd heeft om op onze vraag in te gaan. Het was het proberen waard.

21 december 2024_Warme Winteravond met Bart Moeyaert

Zo'n tachtig mensen komen luisteren naar de hartverwarmende lezing van Bart Moeyaert. Dirk Terryn vertelt vooraf kort iets over Samen Lezen. De opbrengst van de lezing gaat integraal naar de Warmste Week.



22 december 2024_Opbrengst WW afgeven

Het ziekenhuis verdubbelt de opbrengst van de tickets, zodat we maar liefst 3.277 euro kunnen overmaken aan de Warmste Week. Birgitte en Nike gaan het bedrag 'overhandigen' in het Warmste Dorp in Brugge.

TERUGBLIKKEN OP 2024

Katrien: "Mensen staan vaak aanvankelijk sceptisch tegenover het idee van samen lezen, wat het moeilijk maakt om hen te overtuigen. Dit geldt zeker voor patiënten die regelmatig in het ziekenhuis moeten zijn, zoals kankerpatiënten (dagelijks, wekelijks, driewekelijks, maandelijks ...). Patiënten die in actieve behandeling zijn, voelen zich vaak moe, ervaren ongemakken en hebben dan weinig zin om nog iets extra's te doen – zeker niet in het ziekenhuis zelf, waar ze hun behandelingen krijgen. Ook deelname aan groepsactiviteiten schrikt soms af, uit angst om ziek te worden door een verminderde immuniteit. En toch is samen lezen een fijne en gezellige activiteit.

Degenen die al eens een sessie hebben gevolgd, waren enthousiast en vonden het waardevol en prettig. Wel moet ik daarbij zeggen dat dit tot nu toe steeds mensen waren die niet (meer) in behandeling waren.

Zelf worstel ik met het integreren van samen lezen in mijn takenpakket (ik combineer de functies van projectmedewerker en psycholoog). Zoals eerder beschreven, blijkt het moeilijk om oncologische patiënten tijdens hun behandeling te motiveren om deel te nemen aan een sessie. Een-op-een-sessies zijn zeker een mogelijkheid, maar in de praktijk krijgt het gesprek over hoe iemand zich voelt vanzelfsprekend voorrang, waardoor er vaak geen tijd meer overblijft om samen te lezen. Bovendien zie ik enkel patiënten binnen de pelviene gynaecologische oncologie, waardoor eventuele één-op-één-sessies beperkt blijven tot deze specifieke groep. Collega's zouden uiteraard kunnen nagaan of er interesse is bij hun patiënten, maar ikzelf heb niet de mogelijkheid om aparte individuele samenlees-sessies te organiseren. Daarom zou een extra vrijwilliger die zich hierop kan focussen heel welkom zijn.

We geven echter niet op. Binnen het zorgprogramma oncologie overwegen we om een sessie Samen Lezen standaard op te nemen in de pakketten We-Care en B-Care, onze revalidatieprogramma's voor mensen die uit behandeling zijn of een onderhoudsbehandeling volgen. Naast

fysieke revalidatie maken deelnemers hier ook kennis met bijvoorbeeld mindfulness, sessies rond terugkeer naar werk, relaxatie,... We hopen bovendien dat meer een-op-een-sessies via mond-tot-mondreclame de interesse voor groepsessies kunnen vergroten – vooral gericht op nazorg, wanneer mensen minder vaak naar het ziekenhuis hoeven en zich fysiek en mentaal beter voelen."

Leen: "De sessies worden door de PAAZ patiënten steeds goed onthaald. De laatste keer hebben we nog even extra tijd vrijgemaakt om de ervaringen te delen. De externen waren toen zeer open en positief aanwezig. Uiteraard weet je nooit wie voor je zit en wat hun levensverhaal is, maar ik merk dat dit Samen lezen voor vele introvertere mensen de kans is om ook even hun gedachten via een ander kanaal te kunnen uiten. Niet via een rechtstreekse vraag maar op hun moment, vanuit hun gevoel, wanneer zij er de nood voor voelen. De stiltemomenten worden soms ook als heel waardevol beschouwd. Bovendien is iedereen vrij om te luisteren, te delen, te denken. Soms komen er zware verhalen naar boven, levensverhalen, verlieservaringen, maar evengoed zijn er nostalgische momenten en wordt er eens goed gelachen! Het is een plek waar er naar elk verhaal, elke gedachte wordt geluisterd. Er mogen verschillende meningen zijn, het is geen debat maar een plek waar je vrij je mening mag delen. Er wordt geluisterd, niet geoordeeld.

Als leesbegeleider moet je wel op tijd weten bij te sturen. Of het nu iemand van de PAAZ is of iemand extern, iedereen heeft zijn levensverhaal, zijn karakter. Het uitwijden kan soms eens maar moet op tijd gecoupeerd worden. Vanuit de ervaring op de PAAZ ben ik dit wel al wat gewoon maar het blijft wel een aandachtspunt om bij de start hier hen al even attent op te maken."

NAWOORD

Samen Lezen in het ziekenhuis blijft een uitdaging: het vraagt volharding en veel overtuigingskracht. Onze leesbegeleiders die ook als medewerkers in het ziekenhuis werken, zijn het Samen Lezen zeer genegen en willen graag bijdragen, maar hun drukke takenpakket laat dat niet altijd toe. Ondanks de bereidwilligheid van leidinggevenden blijft de praktische invulling lastig en voelen begeleiders soms een schuldgevoel tegenover collega's. Toch hebben vaste medewerkers een unieke kracht: zij kennen hun patiënten en kunnen hen makkelijk enthousiasmeren om deel te nemen.

Persoonlijk haal ik veel voldoening uit het begeleiden van sessies, maar ik besef dat niet iedereen dat enthousiasme deelt. Van de negen opgeleide leesbegeleiders zijn er inmiddels drie niet meer actief, wat de noodzaak onderstreept om nieuwe vrijwilligers op te leiden en vaste medewerkers beter te ondersteunen.

In 2025 en daarna willen we het project Samen Lezen tegen eenzaamheid verderzetten. Momenteel organiseren we twee sessies per maand met een 'open' groep van patiënten, buurtbewoners, vrijwilligers ... Dat willen we graag uitbreiden. Daarnaast streven we naar groei binnen het ziekenhuis, met onder andere meer sessies op geriatrie, een nieuwe reeks voor medewerkers en artsen en de introductie van Samen Lezen op de SP-afdelingen.

Ik ben de directie enorm dankbaar voor de vrijheid die ik krijg om dit project uit te werken. Het vertrouwen dat ze bieden, maakt het mogelijk om Samen Lezen te laten groeien en een betekenisvolle impact te hebben.



BIJLAGE 1

Brief aan de koningin



Gent, 17/12/24

Aan Hare Koninklijke Majesteit de Koningin

Koninklijk Paleis
Brederodestraat 16
1000 Brussel

Contactpersoon

Birgitte Vangehuchten
birgitte.vangehuchten@azstlucas.be
T +32 477 33 13 20

Betreft: Samen lezen, ontmoetingen tussen de regels

Aan Hare Majesteit de Koningin,

Op zaterdag 21 december geven we in ons ziekenhuis AZ Sint-Lucas Gent het startschot voor ons project Samen Lezen tegen eenzaamheid.

Dat doen we met een lezing van auteur Bart Moeyaert. Hij zal ons die avond meenemen in zijn verhalen.

Naast een geslaagde operatie of het instellen van de juiste behandeling met medicatie, is bewezen dat ook Samen Lezen voor veel patiënten heilzaam is.

Het recept is immers eenvoudig: op regelmatige basis samenkomen, twee keer per maand. Een kort verhaal en gedicht innemen op anderhalf uur. En tussendoor slurpen van een kopje koffie, smullen van koekjes en nieuwe mensen leren kennen.

Al snel ervaar je hoe Samen Lezen verslavend kan werken: gezond uitkijken naar verhalen en gezellig samenzijn. Een remedie tegen eenzaamheid.

Bij deze dan ook mijn vraag: mogen wij met een aantal artsen en collega's van ons ziekenhuis in het nieuwe jaar op bezoek komen, om samen met u te proeven van Samen Lezen?

Met vriendelijke groeten,

Dr. Birgitte Vangehuchten

Anesthesist
AZ Sint-Lucas Gent



vzw AZ Sint-Lucas & Volkskliniek, Groenebriel 1, 9000 Gent | T 09 224 61 11 | E info@azstlucas.be | www.azstlucas.be