

Poli Levensvragen en Stervenskunst: bestemd voor patiënten die een gesprek willen over de vragen die zich aandienen bij chronische ziekte, een slechte prognose of "uitbehandeld te zijn" zoals "kan ik wat orde scheppen in het vele dat er in me omgaat? Hoe zie ik de tijd die voor me ligt? Hoe kan ik bij alles wat me overkomt de regie houden? Hoe ga ik om met afhankelijkheid? Hoe kijk ik terug op m'n leven? Hoe wil ik afscheid nemen? Hoe laat ik het leven los?"

Als gevolg van uw ziekte kunnen er veel dingen op u afkomen: onderzoeken, behandeling, beperkingen, onzekerheid. Als u (of een van uw naasten) behoefte heeft om hierover eens rustig met iemand te praten, kunt u een beroep op ons doen. Dit kan ook voor een gebed, de zegen, de doop of een ziekenzegen of -zalving. U kunt uw verzoek doorgeven aan de verpleging of zelf contact met ons opnemen.

Voor dringende gevallen is ook buiten kantoortijd altijd een van ons bereikbaar.

We versturen maandelijks de nieuwe 'Met Hart en Ziel' ook per mail. Indien u deze wilt ontvangen, kunt u zich daarvoor aanmelden via ons algemene emailadres.

Algemeen telefoonnr. T 088 - 320 70 00 (altijd bereikbaar)
Algemeen E-mailadres geestelijkeverzorging@antoniusziekenhuis.nl

De geestelijk verzorgers van het St. Antonius Ziekenhuis zijn:

Pastor Antoine de Haan	T 088 - 320 70 15 a.haan@antoniusziekenhuis.nl
Ds. Simone Visser	T 088 - 320 70 13 s.visser@antoniusziekenhuis.nl
Isl. GV. Jamal Zeamari	T 088 - 320 70 16 j.zeamari@antoniusziekenhuis.nl
Pastor Ramon Goosen	T 088 - 320 70 10 r.goosen@antoniusziekenhuis.nl
Ds. Nienke Overvliet	T 088 - 320 70 11 novervliet@antoniusziekenhuis.nl
Isl. GV Esra Sanli	T 088 - 320 70 17 e.sanli@antoniusziekenhuis.nl
pastor Roos Augustijn-Mulder	T 088 - 320 70 12 ro.mulder1@antoniusziekenhuis.nl
Marije Vermaas MA	T 088 - 320 70 14 m.boer1@antoniusziekenhuis.nl
GV i.o. Esther Schoots	e.schoots@antoniusziekenhuis.nl

Met Hart en Ziel

aandacht voor heel de mens



Maart 2026

Een uitgave van de dienst Geestelijke Verzorging
St. Antonius Ziekenhuis

Wat niet in één dag kan

*Wat niet in één dag kan
kan misschien in veertig dagen.*

*Door vasten
loskomen van wat
ons dreigt te verslaven:
jezelf hoger achten
dan de naaste.*

*Door bidden
opnieuw komen
tot wat dreigt te verdwijnen:
contact houden met de Vader.*

*Door delen
opkomen
voor wat dreigt te verkommeren:
liefdevol zorgen voor elkaar.*

*Wat niet in één dag kan
kan in veertig dagen!*

Antoon Vandeputte

Kerkdiensten

De kerkdiensten vinden zowel in Nieuwegein als in Utrecht plaats in het auditorium en beginnen om 10.00 uur. Vrijwilligers van de dienst geestelijke verzorging komen vragen of u een dienst wilt bijwonen, maar u kunt ook zelf uw wensen kenbaar maken aan de verpleging. Dan kunnen ze daar ook rekening mee houden. Vrijwilligers komen u halen (dat kan met bed of rolstoel) en brengen u ook weer naar uw kamer terug na afloop van de dienst. Elke voorganger brengt zijn of haar eigen 'kleur' mee, maar in onze diensten is vanzelfsprekend iedereen welkom!

	Nieuwegein	Utrecht
1 maart	pastor Roos Augustijn Dames/Herenkoor Vianen	Paulina Dorsman-Born Orgel: Jannes Eshuis
8 maart	pastor Frans Overbeek Joyful Noise	pastor Ramon Goosen Orgel: Henk Nijenhuis
15 maart	ds. Simone Visser Herenkoor Nicolaas Nieuwegein	ds. Nienke Overvliet Piano: Jan Kruit
22 maart	pastor Peter Barmantlo SAM Nieuwegein	Sico de Jong Orgel: Jannes Eshuis
29 maart	pastor Antoine de Haan Herenkoor St Caecilia Cabauw	ds. Simone Visser Orgel: Marcel Bruins

Collectiedoel

In de 40-dagentijd (van 18 februari tot 15 april) is de collecte bestemd voor steun aan de mensen in Gaza via Kerk in Actie. Giften kunnen ook worden overgemaakt op NL89 ABNA 0457 457 457 t.n.v. Kerk in Actie te Utrecht.



Hoe laat je je zorgen achter je?

Ik had het met mijn kleinzoon over een abonnement op de Kidsweek, een weekkrant voor jonge kinderen. Hij is 7 jaar en kan inmiddels goed lezen, dus dat leek hem wel interessant. Maar ik zei er wel bij, dat je soms niet vrolijk wordt van al het nieuws uit onze wereld. Dat ik in de auto meestal luister naar NPO Radio 1, de nieuwszender. Maar dat ik, als ik daar moe van ben, kies voor NPO Klassiek. Dat geeft meer rust in mijn hoofd. En dat zijn opa ook somber kan worden van al dat akelige nieuws, maar dat het hem dan helpt om zijn kleinkinderen te zien. Daar wordt hij meteen weer vrolijk van. Zo moet je je eigen manier hebben om het vol te houden met al het nieuws dat op je af komt. En niet alleen met het algemene nieuws, ook met het persoonlijke leed waar je mee te maken kan krijgen. Al die zorgen en angsten nemen ruimte in in ons hoofd. Ruimte waardoor wij de goede dingen niet scherp meer kunnen zien. Al die negatieve gedachten beletten ons om met onze aandacht te zijn bij het lekkere eten op ons bord, de lieve mensen om ons heen, de mooie natuur.

Als ik dit schrijf is het bijna woensdag 18 februari, Aswoensdag. Het begin van de Vastentijd of 40-dagentijd. En toevallig dit jaar ook het begin van de Ramadan. Voor veel mensen is deze periode een tijd van bezinning. Stil staan bij wat echt belangrijk is. Vroeger at je in de vastentijd geen koek of snoep en dronk je geen alcohol. Tegenwoordig vasten mensen op heel verschillende manieren. Bijv. door in deze periode minder bezig te zijn met hun mobiele telefoon of geen TV te kijken. Zo word je je meer bewust van vaste patronen en kun je erover denken of je bepaalde dingen in je leven wilt veranderen.

In ons ziekenhuis hebben we voor deze periode een speciaal project gemaakt. In het Stiltecentrum liggen kaartjes, waar je iets op kunt schrijven en daarna kun je die kaartjes ophangen op een prikbord.

- Het kaartje met de steen is symbool voor de last die je los zou willen laten. Wat zou je willen minderen?
- Het kaartje met het hart staat symbool voor wat jij zou willen delen. Wat wens je een ander toe? En hoe kun jij van betekenis zijn voor iemand anders?
- Het kaartje met de druppel of de traan staat symbool voor jouw gebed, jouw diepste wens. Wat leeft in je hart en zou je graag toevertrouwen aan iets of iemand die groter is dan jij?

Het project biedt zo de mogelijkheid om tastbaar te maken wat er van binnen leeft, en dat ook achter te laten. Zorgen krijg je niet zomaar weg. Sommige zorgen zijn gewoon ook veel te groot. Je kunt ze eigenlijk alleen met vertrouwen en hoop te lijf gaan. Als je durft te leven op dit moment en met vertrouwen naar de toekomst kijkt. Het helpt daarbij als er iemand of iemand is die naar je luistert. Die tegen je zegt: "wat er ook gebeurt, ik blijf bij je. Ik zal je helpen."

Ik wens u een goede 40-dagentijd of Ramadan toe!

Nienke Overvliet