


IDPZ '26

## Een Eberhardje als aanleiding voor een gesprek over het leven

Tijdens de Week van de Palliatieve Zorg 2026 trok de Bakfiets van het leven naar Amsterdam Noord. Op de informatiemarkt en op andere plekken in de stad gingen medewerkers en betrokkenen van het Netwerk Palliatieve Zorg Amsterdam & Diemen met Amsterdammers in gesprek over leven, kwetsbaarheid en de toekomst.

De Eberhardjes vormden daarbij een passende gesprekstarter.
De Amsterdamse koekjes werden tijdens de week uitgedeeld aan bezoekers van de diverse markten op straat en in ziekenhuizen.
Op de bekers stond dezelfde vraag die mensen uitnodigde om even stil te staan bij wat voor hen belangrijk is: 'Wat is voor jou belangrijk in het leven? 'En 'Wat als je tijd beperkt zou zijn?'

## Het gesprek begint klein

Praten over de dood of over leven dat korter is vanwege een ernstige ziekte, vinden veel mensen lastig. Toch hoeft zo'n gesprek niet zwaar te beginnen.
Op de markt ontstonden gesprekken vaak heel vanzelfsprekend. Iemand bleef staan voor een kop koffie of thee, zag de vraag op de beker en vertelde wat voor hem of haar belangrijk is. Over elkaar vasthouden, familie, gezondheid en vrienden. Of simpelweg over samen kunnen zijn met de mensen die ertoe doen. Een Eberhardje op tafel bleek soms al genoeg om het gesprek op gang te brengen.

## Van de markt naar het ziekenhuis

In het Antoni van Leeuwenhoek ziekenhuis en op beide locaties van het Amsterdam UMC werden tijdens de Week van de Palliatieve Zorg informatiemarkten georganiseerd. Daar werden de Eberhardjes uitgedeeld aan patiënten, naasten en professionals.
Ook daar stond dezelfde vraag centraal. Want de vraag wat belangrijk is in het leven, is niet alleen relevant wanneer iemand gezond is.

Voor patiënten kan deze vraag aanleiding zijn om stil te staan bij wat voor hen van waarde is en wat zij belangrijk vinden in de tijd die voor hen ligt. Voor professionals kan het een uitnodiging zijn om die vraag mee te nemen in het gesprek met patiënten en naasten.
Zo kwam dezelfde eenvoudige vraag op verschillende plekken in de stad terug: op de markt, bij de bakfiets en in het ziekenhuis.




NETWERK PALLIATIEVE ZORG
AMSTERDAM • DIEMEN




## Van palliatieve zorg naar leven

Het Netwerk Palliatieve Zorg Amsterdam & Diemen laten zien dat palliatieve zorg niet alleen gaat over de laatste fase van het leven. Het gaat ook over de vraag: wat maakt mijn leven waardevol en hoe wil ik mijn tijd besteden als mijn gezondheid kwetsbaar wordt?
Dat vraagt om gesprekken die veel eerder of nu kunnen beginnen.

Wie op tijd vertelt wat belangrijk is, geeft naasten en zorgverleners de mogelijkheid om daar rekening mee te houden. En voor mensen zelf kan het helpen om bewust stil te staan bij keuzes, wensen en wat zij nodig hebben om zo goed mogelijk te leven tot het laatst.

## Een koekje met een boodschap

De keuze voor de Eberhardjes was daarom meer dan een aardigheidje. De woorden ‘zorg goed voor onze stad en voor elkaar’ van Eberhard van der Laan, voormalig burgemeester van Amsterdam sluit goed aan bij de gesprekken die tijdens de Week van de Palliatieve Zorg werden gevoerd.
Goed voor elkaar zorgen begint immers niet pas wanneer iemand ziek wordt. Het begint ook met elkaar kennen, naar elkaar luisteren en weten wat voor de ander belangrijk is.
En misschien is dat precies waar het om gaat. Niet wachten tot er geen tijd meer is om te praten, maar nu al vragen: Wat is voor jou belangrijk in het leven?




NETWERK
PALLIATIEVE ZORG
AMSTERDAM•DIEMEN