



In dit nummer onder andere:

Zelfhulpgroep geeft Ik-kracht

De patiënt in het hart van de behandeling

Hooggevoeligheid: probleem of talent?

bij het omslag



De laatste roos

De laatste roos

Ik houd stil bij de roos.
De laatste die nog over is.
Ze blijkt bevroren.
Haar bladeren van rose glas.

Gerangschikt
volgens zo bekende vorm.
Een orde die ik ooit
in mij moet hebben gehad.

Want er was een tijd
dat ik met de zon gelijk opging
en onbekommerd speelde
in zijn licht.

Toen ik nog geen acht sloeg
op de roos in mij.
Met mijn eerste ondeugd
zal haar vergaan zijn begonnen.

Had ik destijds maar bedacht
haar te bewonderen.
Ik heb haar nooit gekend,
en nu ben ik haar kwijt.

Vind ik haar ooit terug?
Meer dan
deze dode bloem van ijs
die eigenlijk geen roos meer is.

Jan Graafland

Illustratie: Anne Müller

in dit nummer

<i>Zelfhulpgroep geeft Ik-kracht</i>	3
<i>De patiënt in het hart van de behandeling</i>	7
<i>Column: Een etiketje wellicht?</i>	11
<i>Hooggevoeligheid: lastig probleem of waardevol talent?</i>	12
<i>Kaleidoscoop</i>	15
<i>Werk aan de winkel</i>	17

colofon

7e jaargang, nr. 1, januari 2011

Redactie Petra Essink (hoofdredactie), Michel Gastkemper (hoofdredactie), Corrian Hukema, Thom Kloes (bestuurslid), Mieke Linders en Aad Meijer.

Redactiesecretariaat Stationsstraat 79G, 3811MH Amersfoort,

Omslag foto Jan Graafland, Weleda Nederland.

Logo Wilfried Nauta.

Vormgeving en druk Zijlstra Drukwerk, Rijswijk.

Opplage 8.000 exemplaren.

ISSN 1574-8723.

Kopijsluiting 19 maart 2011

Advertenties (06) 4862 3741, adverteren@antroposana.nl.

Redactie van tijdschrift redactie@antroposana.nl

Ledenvragen en mutaties leden@antroposana.nl

Overige zaken info@antroposana.nl

Antroposana wordt verzonden in afbreekbaar biofolie, mede gefinancierd door Zijlstra Drukwerk.

© 2011, Antroposana, Amersfoort, alle rechten voorbehouden.

Het tijdschrift Antroposana is het ledenblad van Antroposana, landelijke patiëntenvereniging antroposofische gezondheidszorg

Secretariaat: Stationsstraat 79G, 3811 MH Amersfoort, (033) 42 26 542

(ma t/m do 9-13u), leden@antroposana.nl, www.antroposana.nl

Het lidmaatschap van de vereniging kost € 25,00 per jaar en wordt steeds stilzwijgend met een periode van een jaar verlengd.

Opzegging schriftelijk aan bovenstaand adres, vóór 1 december.

Zelfhulpgroep geeft Ik-kracht

Tekst: Aad Meijer

Illustratie: Anne Müller

Patiënten kunnen hun eigen krachten mobiliseren ter verbetering van hun situatie. Maar daar hebben zij wel vaak hulp bij nodig, individueel of in groepsvorm. Antroposofisch arts Joop van Dam en ervaringsdeskundige Markus van der Valk vertellen over de kracht van zelfhulpgroepen.



Zelfhulp lijkt de wereld te veroveren. 'Doe de internetzelftest' om te ontdekken of je wat mankeert. 'Koop nu je eigen bloeddrukmeter!' of kies voor een cursus mindfulness om beter te leren omgaan met je eigen grenzen. Iemand met een hulpvraag vindt tegenwoordig een woud aan contacten en talloze mogelijkheden om zélf aan de slag te gaan. Lotgenotencontact en zelfhulpgroep maken daar deel van uit. De wetenschappelijke belangstelling naar deze zogenaamde zelfhulpvormen is nog bescheiden. Het Trimbos Instituut volgt met name de initiatieven op het terrein van de verslavingszorg. Van honderden zelfhulpgroepen is nauwelijks bekend hoe ze werken, al volgt het Trimbos instituut al wel initiatieven op het terrein van de verslavingszorg. Veel zelfhulp organiseert zich geheel los van de professionele zorg. Het is een komen en gaan van initiatieven. Dat roept vragen op naar effecten en risico's.

Zelfhulp is in feite de basis van elke vorm van zorg. Het begrip 'zelfhulp' gaat uit van een werkzame kracht in de mens zélf.

Die kracht, het Ik, is de werkelijke factor die ontwikkeling, genezing, op gang brengt. Er is de laatste jaren een toenemende interesse in persoonlijke groei en ontplooiing. In de professionele zorg is het de therapeut die deze interesse aanspreekt door middel van gesprek, medicatie, oefeningen, enzovoort. Buiten de professionele zorg wordt zelfhulp op oneindig veel manieren aangeboden en in praktijk gebracht.

Een laagdrempelige vorm van zelfhulp is het lotgenotencontact waarin deelnemers elkaar ontmoeten om een bepaald probleem te verwerken. Een zelfhulpgroep gaat verder. Daarin werk je aan verandering, bijvoorbeeld van een gewoonte. De zelfhulpgroep die aan de wieg stond van deze ontwikkeling is de AA, de Anonieme Alcoholisten. In Nederland startte de eerste AA-groep in 1948. Een zelfhulpgroep heeft altijd een zogenaamde kartrekker, iemand die zelf het programma met succes heeft doorlopen.

Het geheim van zelfhulp

Binnen is het behaaglijk. Buiten is het novemberkoud. De geur van boenwas hangt nog in de kamer. Joop van Dam schenkt ons thee in.

Wat is het geheim van het succes van zelfhulp?

Markus van der Valk: 'Vanuit het eigen krachtprincipe werken aan jezelf. Dat is wat ik bij Kwintes heb leren kennen. Zoals veel mensen die het Arta-programma hebben doorlopen, wil ik iets aanpakken. (Arta-verslavingszorg is een onderdeel van de Lievegoed Zorggroep, gevestigd in Bilthoven, red.) Iets wat de wereld verder brengt. Ik werk nu als ervaringsdeskundige en zet mijn ervaring in in zelfhulpgroepen voor cliënten uit de langdurige en ambulante zorg. Zij delen hun ervaringen en kennis en nemen op basis van hun eigen motieven deel. Zij komen om ervaring en kennis met elkaar te delen maar ook voor het hebben van contact. Er zijn net zoveel motieven om deel te nemen aan een werkgroep als er deelnemers zijn. En er wordt met name naar mogelijkheden gekeken in plaats van beperkingen.'

Joop van Dam: 'In mijn praktijk als arts heb ik geleerd te vragen naar idealen. Als iemand erachter komt wat hij werkelijk wil, zal hij wegen vinden tot verandering en genezing. Een voorbeeld: Een patiënt, een werkloze schilder, was verslaafd aan slaapmiddelen. Ik kwam op het idee om hem de praktijkruimte te laten schilderen. De uren die hij daar bezig was gebruikte hij geen middelen. Als hij maar aan het werk was, voelde hij zich in zijn element. Uiteindelijk vond hij weer werk en had hij zijn verslaving zelf overwonnen.'



Joop van Dam

Joop van Dam geeft een tweede voorbeeld: 'Antroposofisch arts Willem Zeylmans van Emmichoven werd eens geroepen bij een jonge vrouw die al maanden het bed hield. Specialisten hadden haar onderzocht, maar niets gevonden. Zeylmans vroeg aan de moeder of hij haar dochter onder vier ogen mocht spreken. Na een uurtje kwam hij terug bij de moeder en zei: "Morgen kan uw dochter een uur uit bed. Ze mag dan licht huishoudelijk werk doen. Elke volgende dag mag dat iets langer zijn. Dit poedertje is voor haar constitutie en de kruidenthee voor de obstipatie. Uw dochter kan langzaam herstellen en weer geheel genezen." En dat gebeurde. Na drie maanden was de vrouw weer gezond. Zeylmans had haar in het gesprek gevraagd: "Heeft u wel eens een ideaal gehad?" Waarop de vrouw zei dat zij ooit verpleegster had willen worden, maar dat in het gezin van negen kinderen voor een opleiding geen geld was geweest. Het antwoord van dokter Zeylmans was toen: "U kunt toch nog altijd verpleegster worden?" Toen was de zon opgegaan in haar gezicht; zij had een nieuw doel gevonden om voor te leven. Daardoor kon ze genezen.'

Instappen in je eigen boek

Het is dus een kwestie van instappen. Instappen in een nieuw hoofdstuk van je eigen boek. Als iemand eenmaal de dingen doet die bij hem of haar horen, komt er een stroom op gang. Volgens Joop van Dam stel je in een zelfhulpgroep niet direct de vraag naar wat bij iemand hoort, maar probeer je (samen) op weg te gaan met een thema waarmee je oefent. 'Neem het voorbeeld van een groep patiënten die aan een chronische ziekte lijdt. Dat is meestal een ziekte die niet meer geneest. In zo'n groep gaat het om de manier waarop de patiënt zich instelt ten opzichte van zijn ziekte. Die instelling heeft grote invloed op het verloop.'

Markus van der Valk: 'Ook in de reguliere zorg ziet men de grote betekenis van je eigen houding. Je kunt je bijvoorbeeld "hechten" aan je diagnose. Dan kun je jezelf alleen nog zien als iemand met zo'n diagnose. Je wereld is dan flink gekrompen. Anderen lijden onder het stigma van een ziekte. Bij Kwintess doen we er alles aan om het stigma te bestrijden. En eraan werken dat de cliënt zich niet met een probleem identificeert.'



Markus van der Valk

Slapeloosheid

Waar en voor wie is een zelfhulpgroep een werkzaam middel? Van Dam brengt naar voren dat er aandoeningen zijn die voor een deel te danken zijn aan een ongezonde levenswijze. Deze lenen zich voor deze aanpak.

'Sommige gebeurtenissen heb je ook een beetje aan jezelf te danken. In 1975 werd mij gevraagd een groep te begeleiden met slapeloosheid als thema. Ik had daar ook zelf last van. Dat

Het begrip 'zelfhulp' gaat uit van een werkzame kracht in de mens zélf

werd mijn eerste zelfhulpgroep. Zes keer in totaal, één keer per week kwam de groep bij elkaar. De eerste vraag die ons bezighield was: hoe zit je werkdag in elkaar? Dat kwam bij iedereen neer op: op tijd opstaan, ontbijten, drukke werkdag en aan het einde van de dag: hè, hè uitpuffen, eindelijk pauze. Als dan de nacht kwam en men het bed instapte kon geen van allen inslapen. De nabespreking wees uit dat niemand overdag een pauze inlaste. En dat is nu juist de oorzaak van niet kunnen loslaten. Je komt na zoveel ononderbroken activiteit niet los van je lichaam. Dus spraken we af dat iedereen zou proberen midden op de dag een kwartier rust te nemen. Het mocht alles zijn: plaatjes kijken in een boek, een wandeling maken in het park, een plant bekijken. Het was voor sommigen moeilijk om zo'n rustmoment te creëren. Een van de deelnemers, een vrouw van zeventig, had zich voorgenomen een kwartiertje in een stoel te gaan zitten en niets te doen. Dat lukte lange tijd niet. Na een paar minuten vond ze al dat ze nog dat telefoontje was vergeten te doen of dat lijstje af moest maken. Het ging dus steeds mis met dat voornemen. Tot zij na vijf dagen zich voornam: "Het kan mij niets schelen of het niet lukt, ik ga toch weer in die stoel zitten." En ze ging zitten en viel al snel in slaap. Toen ze na vijf minuten weer wakker werd, had ze het gevoel dat zij een heel etmaal had geslapen. Zo ontspannen was ze geweest. Ze vertelde later dat ze zich in jaren niet zo vrij had gevoeld, omdat ze had gedaan wat ze zelf wilde! Alle anderen slaagden na enkele weken in het inrichten van een pauze. Met als gevolg dat na zes weken bij iedereen de slapeloosheid was overwonnen. Die eerste groep was een succes.'

Trekken van de kar

Van der Valk noemt enkele voorwaarden voor een zelfhulpgroep. 'Er moet discipline zijn. Afspraken moeten helder zijn. Wanneer beginnen en eindigen we? Ook is een vorm van

verslaglegging nodig. De groep heeft geen leider, wel een kartrekker. De kartrekker leidt dus niet, maar bekijkt vanuit de zijlijn of iedereen aan bod komt. Wat ik doe is mijn eigen ervaringen inzetten bij het gesprek. Je moet het spreken voordoen. Dat opent uiteindelijk de onderlinge communicatie. Door het stellen van vragen kun je het gesprek in goede banen brengen. Herstel is een uniek, persoonlijk proces. Zodra een ander zou bepalen wat je wel of niet kan, stagneert het. Het vertellen van het eigen verhaal is het belangrijkste. In de langdurige zorg kunnen mensen vaak hun verhaal niet kwijt.'

Joop van Dam brengt naar voren dat je het in de groep niet over de problemen van de deelnemers hoeft te hebben. 'Het gaat erom dat je iets doet waardoor ze creatief worden. Probeer een nieuw weggetje te banen naar de toekomst. Dat geeft de mogelijkheid anders met een vraagstuk om te gaan. Rudolf Steiner geeft in Omgaan met stress en nervositeit wegen aan om te oefenen met het gewoontelevens. Zo kun je iets aan je handschrift veranderen of een afspraak met jezelf maken, bijvoorbeeld iets veranderen in je manier van lopen. Door zulke kleine ingrepen in je gewoontelevens ontstaat een nieuwe verbinding van de wil met de levenskrachten. Voordat het gaat werken moet je zulke wilsoefeningen wel een tijdje volhouden.'

Terughouding

'Wat ongelooflijk werkt zijn ook de oefeningen van terughouding, zoals het afzien van de vervulling van een bepaalde wens. Zo'n voornemen moet natuurlijk niet ten koste gaan van andere mensen. Het afzien van iets sterkt de wil en maakt ons wat minder afhankelijk van onze eigen willekeur. Een ander voorbeeld van terughouding kan zijn het niet-oordelen. Het oordelen over anderen doen we vaak om onszelf tegenover hen te beschermen. Negen van de tien oordelen kunnen achterwege blijven. Door zulke oordelen terug te houden, zet je de ander niet op afstand en kom je nieuwe dingen te weten. Het terughouden versterkt de eigen aanwezigheid.'

Markus van der Valk: 'Bij Kwintes is er een radicaal onderscheid tussen zorg en herstel. Kwintes behandelt niet. Behandeling ligt in handen van medisch deskundigen; herstel is het proces van jezelf ontwikkelen vanuit voortschrijdend inzicht en ervaring. Wij faciliteren het proces van herstel door met de cliënt op zoek te gaan naar bronnen van steun. Dat heeft als doel de emancipatie van de cliënt. Dat woord sluit mooi aan bij dat

*Iemand die de dingen
doet die bij hem of
haar horen,
brengt een stroom op gang*

zelfstandig worden en het ik versterken, bijvoorbeeld in het omgaan met grenzen en beperkingen. Daarmee verminder je de afhankelijkheid van zorg. Mensen moeten zo volledig mogelijk kunnen deelnemen aan de samenleving.' Joop van Dam vindt dat een mooie doelstelling: 'In die werkwijze leeft al een prachtig beeld van de mens.'

David McGavin

Joop van Dam vertelde antroposofische artsen in Engeland ooit over het doen van oefeningen met patiëntengroepen. In de werkgroep was er een arts die zo enthousiast werd over de principes van zelfhulp dat hij een zelfhulpgroep vormde over 'omgaan met stress en nervositeit'. In de loop der jaren zijn honderden mensen door deze groep gegaan. Uit die eerste werkgroep is een geheel nieuwe beweging ontstaan. Deze arts, David McGavin, is de oprichter van het Blackthorn Medical Centre in Maidstone in Kent. Hij en zijn team werken daar met chronische patiënten die schilderen, muziek maken en werken in de moestuin. Het Centrum ontving in 2001 de Prince of Wales' Foundation for Integrated Medicine Integrated Healthcare Award. Wie meer wil weten over deze beweging kan een bezoek brengen aan de internetsite: <http://www.nosetonose.info/articles/davidmcgavin.htm>

Herstel is een uniek, persoonlijk proces

Het gesprek over zelfhulp krijgt een toetje, een handreiking voor harde werkers in de zorg, het onderwijs, het bedrijfsleven maar ook in het drukbezette huishouden met kinderen. 'Sta en loop altijd op twee benen. Een voor je werk, het andere been is voor jezelf. Doe met dat been iets wat helemaal uitsluitend voor jou zelf is! Dat behoedt je ervoor dat je jezelf voorbij kan lopen.'

Deelnemers aan het gesprek

Joop van Dam. Antroposofisch arts. Werkgebieden: therapeutica, artsenopleidingen, vrijescholen, Antroposofische Vereniging, Arta, werkplaats voor verslavingszorg. Markus van der Valk. Medewerker 'herstel' en ervaringsdeskundige bij Kwintes, instelling voor geestelijke gezondheidszorg en maatschappelijke opvang.

Informatie

Rudolf Steiner, Omgaan met stress en nervositeit, Uitgeverij Pentagon 2009 (origineel: Nervosität und Ichheit)
Stichting Zelfhulp, Netwerk Zuidoost-Brabant, (040) 2118328
<http://www.zelfhulpnetwerk.nl> ●

Omgaan met stress en nervositeit

In de voordracht gehouden op 11 januari 1912 in München bespreekt Rudolf Steiner het verschijnsel nervositeit. Tegenwoordig gebruikt men meestal het woord stress als verzamelnaam voor onder andere spanning en nervositeit. Zowel op individueel niveau als in het openbare leven neemt Steiner een toegenomen 'soort nerveuze drukte' waar. Een belangrijke oorzaak ziet hij in de zwakke verbinding die algemeen bestaat tussen het hoofd en het hart, tussen de werkelijke eigen belangstelling en het uitvoeren van een handeling. Hij gaat uit van de vier wezensdelen in de mens, het ik, de (ziels) beleving, de levenskracht en het fysieke lichaam. Bij nerveuze verkramping regeert het fysieke lichaam, onafhankelijk van de verzwakte levenskracht en de beleving. Ter zelfopvoeding en opvoeding reikt hij zeven 'kleine oefeningen' aan. Door bewustwording, door zich herhaaldelijk beeldmatig voor te stellen wat men doet, kan een nieuwe gewoonte worden aangeleerd die het geheugen scherpt en de levenskracht doet toenemen. Dit kan bijvoorbeeld door het verplaatsen van voorwerpen, het achterwaarts doordenken van gebeurtenissen, door kleine veranderingen aan te brengen in schrijfgewoontes of houding, alsook door het herzien van de manier waarop besluiten worden genomen, door af te zien van sommige wensen en door terughouding van oordelen. Bij het gedurende enige tijd volhouden van de oefeningen zullen het ik en de wil sterker worden, waardoor de (ziels)beleving gunstig wordt beïnvloed, wat effect heeft op de levenskracht en daarmee op het fysieke lichaam. De balans tussen de wezensdelen wordt zo hersteld en ziektebeelden die in verband staan met het nerveuze kunnen worden voorkomen of afgezwakt.

*Rudolf Steiner, Omgaan met stress en nervositeit, 2009
Uitgeverij Pentagon Amsterdam*

Mieke Linders

De patiënt in het hart van de behandeling

Therapeuticum Aurum in Zoetermeer

Tekst: Michel Gastkemper

Foto's: Marc Obbens

'Therapeuticum Aurum is een gezondheidscentrum voor antroposofische en reguliere geneeskunde voor Zoetermeer en omstreken. Huisartsen, assistentes, verpleegkundigen, therapeuten en vele patiënten werken er samen.' Zo luiden de beginzinnen op de website van dit therapeuticum. Hoe ziet dat er in de werkelijkheid uit, hoe gaat het er toe? Michel Gastkemper bezoekt Aurum op een koude dag in de winter.



In de wachtkamer zit een moeder met haar jonge dochtertje. Het speelt met het speelgoed uit de kast aan de muur en plaatst dat op het tafeltje speciaal voor kleine kinderen. Moeder vertelt dat ze hier is voor een kennismakingsgesprek met de antroposofisch huisarts. Ze wil voor haar dochtertje kiezen voor de vrijeschool, het iets oudere broertje zit daar al op. Die school bevalt haar goed, ook de filosofie erachter. De natuurlijke manier van doen en het stimuleren van de eigen ontwikkeling van haar kinderen spreken haar aan. Voor haar gevoel is het dan beter dat ook de huisarts vanuit deze blikrichting naar haar kinderen en haarzelf kijkt. Dan werkt dat ondersteunend voor de schoolkeuze. Even verderop zit een vrouw van middelbare leeftijd te wachten op haar beurt. Ze komt al zes jaar naar Aurum, namelijk de tijd dat ze in Zoetermeer woont. De antroposofische geneeskunde kent ze al langer: ook in haar vorige woonplaatsen Rotterdam, Groningen en Den Haag had ze een antroposofisch arts. Ze woont in Oosterheem, op een half uur fietsen, maar dat heeft ze ervoor over.

Prikkenspreekuur

In de wachtkamer zit ook iemand voor het 'prikkenspreekuur'. Die neemt plaats op de stoel het dichtst bij de deur naar de rechtervleugel van het gebouw, nadat zij gevraagd heeft of er niet iemand vóór haar een prik komt halen. Het is komen en gaan op die plek van mannen en vrouwen, van jong en oud (maar toch vooral wat ouder), die een voor een door de verpleegkundige worden gehaald. Tussen half negen en half tien kunnen zij de antroposofische prik krijgen die hun door de huisarts is voorgeschreven.

De wachtkamer heeft iets van een huiskamer, met in het midden een tafel met daarop lectuur en stoelen eromheen, met twee kleinere lage tafeltjes en twee kasten aan de muur met folders. Langs de twee muren staan rijen houten stoelen. De achterwand is van glas en gericht op het zuidwesten, waarbij je uitkijkt op de tuin. De muren zijn wit, de gordijnen oranje.



Met het zonlicht lijkt een rustige, zelfs bedachtzame sfeer naar binnen te schijnen. Net als de patiënten die plaatsnemen: ze zitten rustig en stil, of praten zachtjes met elkaar, alsof ze zich bezinnen op een belangrijk ogenblik dat zo zal aanbreken.

In het gesprek dat ik vroeg die ochtend met hem heb, benadrukt dokter Marco Ephraïm het gezamenlijk zoeken met de patiënt. De dokter helpt de patiënt de beste oplossing te vin-



den voor het probleem waar de patiënt mee komt of de ziekte waaraan deze lijdt. Het probleem eerst goed in kaart brengen vraagt vaak extra tijd. Daarom duurt elk consult bij hem een kwartier, in plaats van de standaard van tien minuten. Maar, voegt hij eraan toe, dat is individueel: zijn collega artsen kunnen andere keuzes maken. Sommigen houden bijvoorbeeld tien minuten aan, maar dan wordt de patiënt dikwijls gevraagd met niet meer dan één vraag te komen. Er zijn in Aurum vier vaste artsen werkzaam, daarnaast meestal twee huisartsen in opleiding en een co-assistent. Zij hebben allemaal hun werkplek in de linkervleugel van het gebouw. In de rechtervleugel zijn de therapieruimtes te vinden, evenals op de bovenverdieping. In totaal werken er in Therapeuticum Aurum 37 mensen!

Hofjes

Bij aankomst in alle vroegte die ochtend in de straat Frits de Zwerverhove kon ik aan het gebouw niet aflezen dat het therapeuticum zo groot is. Van voren bekeken maakt het namelijk een bescheiden indruk. Er is trouwens een uitstekende tramverbinding vanaf station Zoetermeer: in een mum van tijd ben je bij halte Buytenwegh. Daar is een winkelcentrum waar je even doorheen moet, dan over de Titus Brandsmahove, en linksaf de Frits de Zwerverhove in. De namen zeggen het al: een wijk met hofjes, of beter: hoven. En plotsklaps staat daar als het ware in het midden, als op een eilandje, een gebouw

met heel aparte vormen en kleuren. Het heeft een onmiskenbaar antroposofisch-organische uitstraling.

Even een hek door en een grote deur van hout en glas openen, vervolgens schuift de glazen tussendeur vanzelf weg, en dan sta je al binnen in de hal. Links is de receptie. In de wachtkamer in het verlengde van de hal zitten een paar mensen. Ervoor gaat een trap naar boven. Links en rechts zijn gangen achter een glazen deur. Het maakt dat je je midden in het gebouw voelt. En waarschijnlijk is dat ook zo.

Kort na mij komt dokter Ephraïm binnen, met een flinke tas aan zijn hand. Het is nog voor achten. Hij gaat eerst naar zijn spreekkamer. Later zal hij uitleggen dat in dit nieuwe gebouw, inmiddels acht jaar oud, de vertrekken van artsen en therapeuten duidelijk gescheiden zijn. In het vorige gebouw zat het allemaal door elkaar en toen het aantal medewerkers groeide, ging dat chaotisch werken. Nu zitten de therapeuten in de vleugel aan de overkant van de hal. 'Wat niet wegneemt dat de samenwerking intensief is, bijzonder hecht zelfs,' zegt Ephraïm. 'Want artsen en therapeuten ontmoeten elkaar wekelijks tijdens de patiëntenbespreking. Om tot de kern van iemands probleem door te dringen wordt een patiënt in drie opeenvolgende keren steeds intensiever besproken. Zo komen we samen tot een nauwkeurig aangepast behandelaanbod.'

Bij deze besprekingen zijn gemiddeld tien medewerkers

Aurum doet mee in het reguliere opleidingscircuit en plukt daar ook zelf de vruchten van

aanwezig, van wie twee artsen. Maar ook belangrijk zijn de individuele contacten met therapeuten tussen de bedrijven door. In zulk kort overleg wordt vaak snel en intuïtief een veelbelovende aanpak voor de patiënt geboren.

De verhouding tussen de verwijzingen door de artsen naar behandelaars en therapeuten binnen of buiten het therapeuticum is volgens Ephraïm ongeveer fifty-fifty. En de vraag hoeveel mensen dagelijks de drempel van het therapeuticum overgaan, beantwoordt hij met 'gemiddeld meer dan honderd'.

Cockpit

Direct grenzend aan de hal is een glazen wand, waarachter de doktersassistenten zitten. 'De cockpit,' noemt Ephraïm het. En dat is niets teveel gezegd, met twee assistentes voor de 'front office': patiënten ontvangen en te woord staan, telefoon aannemen, afspraken maken en patiënten wegwijs

In kort overleg wordt vaak snel en intuïtief een veelbelovende behandeling geboren

maken, en drie assistentes voor de 'back office': administratief werk op de achtergrond, zoals telefoneren, post verwerken, formulieren invullen en zorgen voor de betalingen. Echt het centrum van constante bedrijvigheid. De spreekkamers van de vier artsen in de linkergang ademen allemaal een andere sfeer, afhankelijk van de persoonlijke kleur die de gebruiker eraan heeft weten te geven. Ze kijken uit op de tuin, die achter het gebouw ligt. In de gang rechts zijn kamers te vinden voor uitwendige therapie, fysiotherapie, bewegingstherapie, met in het midden een kamer met een heus bad. Twee kamers er omheen dienen als 'uitrustkamers'. Ook is er een

medewerkerskamer, waar de medewerkers hun koffiepauze houden en zich even in alle rust kunnen terugtrekken. Dan de trap op naar boven. Maar niet nadat Ephraïm me heeft gewezen op een plek op de vloer vlak voor de trap, een kleine plaat van steen en metaal in een vijfhoekige vorm. 'Hieronder ligt de grondsteen', vertelt hij mij. Het moet precies het midden van het gebouw zijn. Destijds hebben de Aurum-medewerkers een tekst gemaakt die hun intenties uitspreekt en deze in een speciaal gevormde en in de fundamenteën verankerde 'grondsteen' opgeborgen. 'Elke maandagmorgen om half negen zeggen we gezamenlijk deze spreuk. Dat wil



De wachtkamer voelt aan als het hart van het gebouw, met de patiënten in het midden

zeggen: wie erbij kan zijn', voegt Ephraïm er aan toe. En wijzend naar de kapstok naast de toegangsdeur, waar een klein bordje op de plank staat: 'Wie de tekst is vergeten, kan hem daar vinden!'

De trap leidt naar een gang boven, waar meteen links de deur is te vinden naar de gezondheidszorg-psycholoog. Zij huurt een ruimte in het therapeuticum. Er kan uiteraard ook naar haar verwezen worden. Zij is niet antroposofisch geschoold, maar voelt wel affiniteit met deze benadering.

Op de bovenverdieping is een grote en lichte kamer, bestemd voor euritmie-, muziek- en spraaktherapie. Maar de kamer is zo ruim, dat hier ook de vergaderingen van de medewerkers van het therapeuticum worden gehouden. Tevens maakt de Antroposofische Vereniging gebruik van deze ruimte voor haar maandelijkse 'klassenuren', bijeenkomsten met meditatieve inhoud. Zij bevindt zich midden boven de hal en is flink hoog, want zij reikt tot aan het hoogste punt van het gebouw. We gaan nog verder en komen uit bij de kunstzinnige therapie. Maar eerst passeren we een gong van brons, zelf handmatig gedreven door de medewerkers. 'Dat was goed voor de teambuilding', zegt Marco Ephraïm.

Taart

Juist vandaag is er taart van doktersassistente en praktijk-ondersteuner Truus Looijaard. De zaterdag ervoor was ze bij Aurum officieel 12,5 jaar aaneengesloten in loondienst. Blij verrast werd ze door het boeket bloemen dat ze thuis aan

der Schuit volmondig beamen. Zij komt net van een opleidersbijeenkomst in Leiden, waar die ochtend intervisie plaatsvond over de begeleiding. Nu zij terug is, kan de huisarts in opleiding die haar vanochtend verving, naar haar eigen opleiding gaan om verder in haar beroep geschoold te worden en praktijkervaringen uit te wisselen. Van der Schuit benadrukt dat helemaal wordt meegedaan in het reguliere opleidingscircuit, waarvan Aurum zelf ook de vruchten plukt, getuige de belangstelling van jonge artsen voor deze werkplek. Zijzelf put haar inspiratie vooral uit de medische achtergronden van de antroposofische, die zij hoopt over te kunnen dragen; haar speciale belangstelling hebben geneeskrachtige planten en de tuin van Aurum.

Alle medewerkers dragen hun steentje bij aan de zorg voor de patiënten en aan het geheel van het therapeuticum. Van degenen die hier het langst werken moet verpleegkundige Margriet van Paassen even genoemd worden, vandaag is zij er echter niet aanwezig. Zij is erbij sinds het allereerste begin, en was betrokken bij de oprichting in 1980.

Voorjaar 2010 werd het dertigjarig jubileum van Therapeuticum Aurum gevierd. Men heeft alles keurig voor elkaar, tot een mooi uitgevoerd en dik, eigen halfjaarlijks tijdschrift aan toe, dat aan patiënten, leden en belangstellenden wordt toegezonden en ook op de website te vinden is: Nieuwsbrief Aurum.

Aurum betekent goud. En ik kan er niets aan doen, maar het is vandaag alsof er een gouden glans over Aurum hangt. Goud is van oudsher het metaal van het hart, van de zon ook, het middelpunt van ons zonnestelsel. Dat is de indruk die ik heb bij dit bezoek, en die bevestigd wordt door wat ik te zien en te horen krijg. De wachtkamer voelt aan als het hart van het gebouw, met de patiënten in het midden.

In de spreekkamer mag ik er even bij zijn, als een patiënt met fibromyalgie een nieuwe behandeling begint en haar eerste injectie krijgt. Zij lijdt al lang aan deze vorm van hinderlijke pijn waarvoor moeilijk een oorzaak te vinden is. Deze mevrouw brengt bijzonder duidelijk onder woorden hoe zij haar eigen situatie ziet: een mens heeft niet alleen een lichaam, maar bezit ook een geest. 'De ziel van de individuele mens vormt de verbinding tussen beide. Dat kan ook niet anders: je wilt toch zelf meewerken aan het verbeteren van je gezondheid? Dat betekent de mens in zijn geheel erbij betrekken. Dat daar rekening mee wordt gehouden in mijn behandeling, daarvoor ben ik hier in Aurum.' ●

Je wilt toch zelf meewerken aan het verbeteren van je gezondheid

de deur bezorgd kreeg! Nu trakteert ze de medewerkers op taart. Ze was hier trouwens al veel eerder werkzaam. Zij was de eerste assistente van Jeroen van Houten, die medio jaren tachtig begon als eerste in Zoetermeer gevestigde antroposofische huisarts.

Sindsdien zijn er diverse huisartsen en therapeuten gekomen en gegaan. En dat gaat nog steeds door, want Aurum kent een paar jonge artsen, doorgestroomd vanuit eigen opleidingsplaatsen. Dat kan antroposofisch huisarts Jeannette van

Een etiketje wellicht?

Tekst: Thom Kloes

Waarschijnlijk bent u niet dagelijks met deze vraag bezig, maar soms kan hij ieder van ons overvallen: wat is antroposofische geneeskunde eigenlijk?

Ook mij overkomt het wel eens dat iemand me daarmee aanschiet. Dat is dan toch even schrikken. Iets te berde brengen uit 'die Erweiterung der Heilkunst nach geisteswissenschaftlichen Erkenntnissen' werkt niet. Dat weet ik inmiddels zeker. De vragensteller wil niet terug naar 1925. En het woord 'eigenlijk' dat zo achteloos aan zo'n vraag gekoppeld is, verraaft dat wat hem betreft een kort antwoord gewenst is. Zeer kort eigenlijk; een etiketje volstaat wellicht.

Daarmee hebben vragenstellers ons lelijk tuk. Want in kernachtige bewoordingen zijn wij niet zo goed. We benaderen het onderwerp liever principieel en zo niet, dan zijdelings. Het is allemaal niet eenvoudig uit te leggen. Dat bleek weer eens tijdens de BNR uitzending 'peptalk' enkele maanden geleden. Het thema was 'er is niets mis met alternatieve geneeswijzen'.

Bij zo'n onderwerp nodig je als radiomaker natuurlijk een erkend tegenstander uit. Die werd gevonden in de altijd bereidwillige Rob Koene, bestuurslid van de vereniging tegen de kwakzalverij. En ook een voorstander nodig je uit. Dat was tot mijn verrassing Madeleen Winkler, voorzitter van de antroposofische artsvereniging.

Een speelveld dat vuurwerk belooft. Maar dat viel tegen.

Rob Koene stelde de spelregels: alleen de reguliere universitaire geneeskunde kan genezen. De hele rest is flauwekul, inbeelding van goedgelovige mensen. Zogenaamde resultaten van alternatieven zijn te danken aan het placebo-effect of aan spontane genezing. Klaar. Uit. Onderzoek of ervaring dat anders uitwijst kan niet kloppen.

'Dat is uw vooroordeel' zei Madeleen. Rob: 'Nee mevrouw, dat is een feit'. Madeleen: 'Er is een schat aan wetenschappelijk onderzoek dat aantoonst dat...' Rob (onderbreekt): 'Die is er niet mevrouw, het spijt me'.



Toch was het niet Rob Koene die het haar moeilijk maakte. Dat was meer het publiek, de bellers en twitteraars die hun persoonlijke ervaringen met rijpe en groene genezers voor het voetlicht brachten. Een bont gezelschap van gelovigen en ongelovigen. 'Ik geloof er in, want ik werd ineens beter door mijn buurvrouw die aan Reiki doet.' 'Nee, ik geloof er niet in, want iemand die borsten wil vergroten door handoplegging, da's bedrog.'

Om de draad bij te verliezen en stil van te worden.

'Mevrouw, voelt u zich nog wel thuis in dit gezelschap?' vroeg de presentator. Een vraag waarmee hij de vinger op de zere plek legde.

Daar ligt het probleem: antroposofische geneeskunde is niet 'alternatief'. Toch schaart de bevolking haar daar in meerderheid wel onder. Kwakzalverijbestrijders kunnen we met gelijke munt betalen, en soms van harte met hen instemmen. Maar tegelijkertijd worden we op internet medeverantwoordelijk gehouden voor de resultaten van gebedsgenezers en bloesemtherapeuten. Want het alternatieve kleeft ons aan, de geur zit in onze overjassen, in onze wollen truien, in onze sokken. Hiertegen helpen geen duizend beschouwingen over het mensbeeld, zelfs niet als we dat menskunde noemen, of over het wezen van de mineralen.

Hiertegen helpt wel, laten zien wat we doen en wat we daarbij denken.

Het kan ook helpen de komende tien jaar niet te spreken van 'antroposofische geneeskunde', maar van 'een antroposofische verruiming van de geneeskunde'.

Nu we het toch over etiketten hebben ●

*Illustratie: 'Twijfel', van Renaud Reynders,
<http://users.telenet.be/renaudreynders>*

Hooggevoeligheid: lastig probleem of waardevol talent?

Tekst: Petra Essink

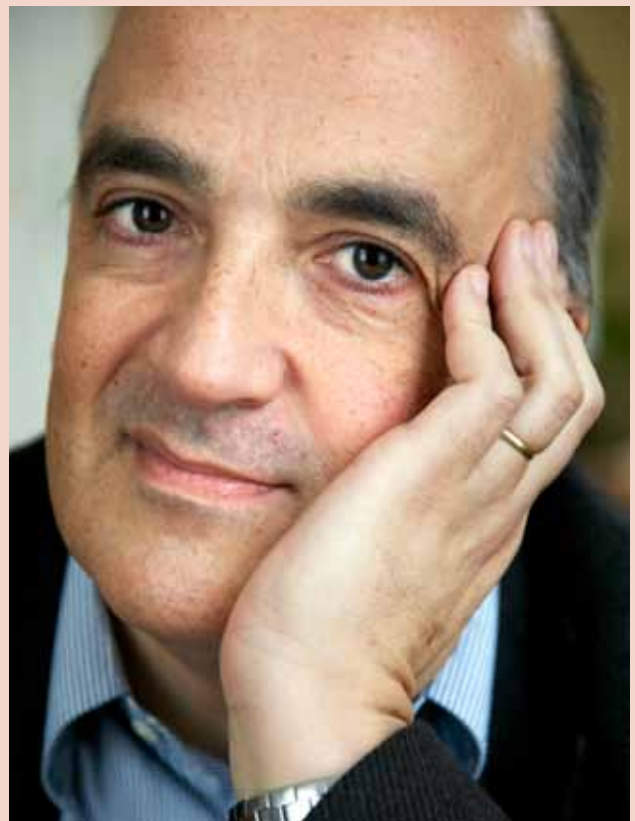
Foto's: Hapé Smeele

René Slot is al 25 jaar arts. Sinds 2001 is hij consultatief arts, wat betekent dat hij meer tijd heeft voor de gehele mens in de consulten antroposofische en complementaire geneeskunde. Door de jaren heen heeft hij een voorliefde ontwikkeld voor het werken met kinderen. Veel van de kinderen die zijn praktijk bezoeken hebben fysieke of emotionele klachten die terug te voeren zijn op een bepaalde vorm van hooggevoeligheid. 'Ik wil ouders helpen voorwaarden te scheppen waarbinnen deze, veelal bijzondere kinderen, zich zo ongestoord mogelijk kunnen ontwikkelen.'

'Je moet oppassen dat je niet alle hooggevoelige kinderen op een hoop gooit', zegt René Slot. 'De medische wereld heeft natuurlijk de bekende en vaak goed bruikbare indelingen: er zijn ADHD- en de ADD-kinderen, kinderen met een storing in het autistische spectrum. Daarnaast heb je ook nog de hoogbegaafde kinderen. Vanuit een andere hoek wordt er de laatste jaren veel geschreven over hooggevoeligheid en er verschijnen legio boeken over nieuwtijdskinderen die ook wel sterrenkinderen of indigokinderen worden genoemd, vanwege de bijzondere indigo kleur die sommige mensen waarnemen in de aura's van deze kinderen. Ik zie dat het aantal kinderen en dus ook gezinnen, dat te maken krijgt met, zoals ik dat noem, "hooggevoeligheidsproblematiek" sterk is toegenomen.'

Hooggevoelig, overprikkeld en getraumatiseerd

René vervolgt: 'Je hebt eigenlijk drie groepen hooggevoelige kinderen. De eerste groep is in aanleg al bijzonder sensitief te noemen. Het zijn kinderen die intuïtief heel veel aanvoelen. Ze merken, meestal eerder dan andere gezinsleden, dat bijvoorbeeld "mama niet gelukkig is" of dat wat papa zegt niet overeenstemt met "wat hij van binnen bedoelt". Vaak wordt hun gevoel en hun weten over mensen en situaties ontkend door juffen of ouders, omdat die een minder goede toegang hebben naar de wereld achter het uiterlijke gedrag. Die kinderen ervaren dan een pijnlijke discrepantie tussen de uiterlijke wereld om hen heen en zoals zij die van binnen ervaren en kunnen daardoor onzeker en verward raken. Een tweede groep krijgt overgevoeligheidsklachten door de leefstijl thuis en buitenshuis. Voeding, vooral suikergebruik en kleurstoffen in de voeding, maar ook een overdaad aan "beeldschermuren" kan kinderen onrustig maken. Het is beter hen om die reden overprikkeld te noemen in plaats



van hooggevoelig, al vertonen ze dikwijls hetzelfde rusteloze gedrag. Daarbij moet wel vermeld worden dat veel hooggevoelige kinderen helemaal niet onrustig zijn. Met een dieet met beperkt suikergebruik en zonder kunstmatige toevoegingen en met een strakker tv- en computerbeleid kun je al een groot deel van hun overprikkeld gedrag wegnemen. Ook is het vaak zo dat de hooggevoeligheid van een kind wordt overschaduwd door zijn of haar overprikkeldheid. Een derde groep kinderen raakt in de loop van zijn of haar leven hooggevoelig door traumatische gebeurtenissen. Zij

hebben een deel van hun vertrouwen verloren en zitten daarom slecht in hun onderlijf. Ter compensatie zitten ze veel meer in hun hoofd, ze nemen van alles waar en hebben de neiging veel te piekeren. Ik kijk altijd goed naar de individuele verhalen, want ieder kind en ieder gezin vraagt zijn eigen soort aanpak en behandeling.'

Gezien worden

'Gezien worden in wie je bent en gezien worden in je talenten, al is het maar door de buurvrouw, is essentieel om je te kunnen ontwikkelen tot een vrij mens', zegt René Slot. 'Hooggevoelige kinderen voelen zich vaak onvoldoende gezien en begrepen. Ze uiten dat door bijvoorbeeld heel druk te gaan doen of juist door heel stil en teruggetrokken en soms zelfs depressief te worden. Het is belangrijk dat ouders echt durven te luisteren naar hun kind. De grondtoon van ouders naar hun

met genoemde therapieën en antroposofische medicijnen, in combinatie met dieet- en opvoedingsadviezen, lukt het soms ook zonder ritalin.'

Wereldverbeteraars

'De meer intuïtieve hooggevoelige kinderen willen de zin zien van iets. Ze stellen altijd vragen naar de essentie van de dingen. Daarnaast hebben ze de neiging zich snel verantwoordelijk voor iets te voelen. Dat kan positief uitpakken, maar ik zie regelmatig dat ze al jong te veel verantwoordelijkheid op hun schouders nemen. Bij scheidingen zie je soms dat kinderen het gevoel hebben dat ze voor broertje of zusje moeten zorgen, of voor mama of papa. Vaak gebeurt dat onbewust en maakt het deel uit van de gezinsdynamiek. Een enkel gesprek is dan genoeg om de verantwoordelijkheid terug te geven aan vader, moeder of de juf. Als het kind inziet dat hij of zij iets

'Je moet oppassen dat je niet alle hooggevoelige kinderen op een hoop gooit'

kinderen zou die van respect moeten zijn, hoe wezensvreemd sommige gedragingen hen ook kunnen voorkomen. Veel kinderen die op mijn spreekuur komen, kunnen al een heel traject gegaan in het reguliere circuit. Een groeiend aantal van hen slijkt medicijnen zoals Ritalin om wat rustiger te worden. In de gegeven gezinsomstandigheden en ook gezien de wereld waarin we leven, kan dat soms noodzakelijk zijn. Zelf ben ik, als consultatief arts, niet de aangewezen persoon om medicijnen uit te schrijven. Een consultatief arts mag wel geneesmiddelen voorschrijven. Net als een huisarts. Echter, ik kies ervoor om de reguliere behandelingen (bijvoorbeeld allopathische middelen voor de hoge bloeddruk, Ritalin, enzovoort) door de eigen huisarts of specialist te laten voorschrijven, omdat die ook de 24-uurs zorg moeten verzorgen. Eén van de therapieën waar ik regelmatig kinderen naar doorverwijs is dramatherapie. Ze krijgen dan bijvoorbeeld de opdracht het eenvoudige zinnetje "Ik ben hier en ik blijf hier" op allerlei verschillende manieren te zeggen, te zingen, te roepen of te stampen. Ik ben altijd verbaasd als ik hoor hoe goed dat werkt. Anderen verwijs ik door naar kunstzinnige therapie of eurythmie therapie. Verder kunnen antroposofische, natuurlijke geneesmiddelen behulpzaam zijn bij het reguleren van de suikerspiegel, het verbeteren van de concentratie, de stemming en het zelfvertrouwen. Daarnaast geef ik voedingsadviezen. Ik probeer mensen altijd bewust te maken van de heftige werking van suiker. Ik kom zulke verbeteringen tegen als gezinnen stoppen met suiker! Door behandeling

niet meer hoeft te dragen zie je het ontspannen. Hooggevoelige kinderen zijn vaak origineel en zitten vol met plannen. Het zijn dé wereldverbeteraars in spé, mits ze goed begeleid worden. Veel kunstenaars en mensen die met vernieuwende en/of zingevingsprojecten bezig zijn, waren vroeger hooggevoelig. Die volwassenen hebben, vaak door schade en schande, geleerd hun hooggevoelige aanleg te zien, te waarderen en op een positieve manier in te zetten.'

Projectjes doen

'Hooggevoelige kinderen zijn ook snel verveeld', stelt René Slot. 'Ze beginnen met enthousiasme aan iets nieuws, maar het ontbreekt ze doorgaans aan doorzettingsvermogen om dingen tot een goed eind te brengen. Daarin zouden ze gestimuleerd moeten worden. Ouders zouden, samen met het kind, af en toe eens zo'n fantastisch idee moeten oppakken. "We gaan dit afmaken" zou het motto moeten zijn. Ik zie geregeld ouders die te beschermend zijn. Die snel iets zielig of te moeilijk vinden voor hun kind. Die kinderen ontwikkelen daardoor een lage frustratietolerantie, wat in de puberteit voor emotionele problemen kan zorgen. Kinderen moeten leren dat een project ten uitvoer brengen, iets op aarde zetten, vrijwel nooit zonder frustratie, pijn of verveling gaat. Ze moeten in hun jeugd al ervaren dat die dingen bij het leven horen en dat ze daar mee om moeten leren gaan. Ook leerkrachten zouden zich bewust moeten zijn van de waarde van en het tot een goed eind voeren van projecten. Vaak is

“het maken van iets” de beste en effectiefste weg om tot zelfkennis te komen en uiteindelijk ook om de zin in te zien van dingen. Het ik, het meest eigene van een kind, leeft namelijk in de wil en die wil gebruik je als je iets doet.’

Eigenmaken moet je zelf doen

‘Kinderen zijn enorme informatiesponzen. Ze nemen van alles in zich op, zowel aan indrukken als aan voeding. Wat we nog wel eens over het hoofd zien is dat alles wat je “inneemt” ook verteerd moet worden. In deze tijd worden veel dingen kant en klaar voorgeschoteld. Zo is een film kijken toch een heel andere activiteit dan zelf lezen of voorgelezen worden. In een film is het verhaal al voorverteerd, dat wil zeggen: in beelden gegoten. Daardoor is er geen noodzaak meer zelf innerlijke beelden op te bouwen. Voor veel sterk gevormd modern speelgoed geldt hetzelfde en ook voor veel kant en klare voedingsmiddelen. Kinderen worden opgezadeld met “vreemde beelden en stoffen” die ze zich maar moeilijk eigen kunnen maken. Gezond speelgoed laat nog wat aan de fantasie over en gezonde voeding laat onze darmen werken. Samengevat: hoe meer voorverteerd iets is, hoe minder “voeding” iets kan zijn.’

Hooggevoeligheid en vrijeschoolonderwijs

‘Of de vrijeschool voldoende is uitgerust en voorbereid om de toenemende stroom hooggevoelige kinderen op te kunnen vangen? Ik ken het leerplan van de vrijeschool niet voldoende om daar een eenduidig antwoord op te geven. Ik denk ook niet dat dat er is. Het mooie aan de vrijeschool is dat je er op verschillende lagen wordt aangesproken, zowel in het voelen,

*‘Gezien worden in wie
je bent en in je talenten
is essentieel’*

het denken als het willen. Dat is positief voor hen die in eerste instantie intellectueel niet heel sterk zijn, maar zeker ook voor de hoogbegaafde kinderen. Een evenwichtig mens maakt op al die drie gebieden een ontwikkeling door. Natuurlijk valt of staat het bij wat een juf aankan en ook wat een klas kan hebben. Sommige kinderen vragen meer individuele aandacht en begeleiding en als school moet je dan eerlijk zijn

Nieuwetijdskinderen worden ook wel sterrenkinderen of indigokinderen genoemd

en toegeven dat dat kind in die klas niet goed tot z’n recht komt. Op de vrijeschool is over het algemeen de kans groter dat er iets in het kind geraakt wordt waar het, soms pas veel later in het leven, mee aan de slag kan.’ ●

René Slot houdt spreekuur in Arnhem, Deventer en Zwolle en geeft lezingen over wilsontwikkeling, voeding, persoonlijke ontwikkeling, etc. Zijn boek over de wil, getiteld ‘De Wil is een Pijl’ wordt volgend jaar uitgegeven. Voor meer praktijkinformatie kijk op: www.dokterslot.nl

Met toestemming overgenomen uit De Seizoener, jaargang 6, winter 2010



Afscheid Diederick Sprangers



Diederick Sprangers heeft afgelopen herfst laten weten dat hij zijn redacteurschap van Antroposana wil beëindigen. Diederick was er van het begin van het tijdschrift bij, waardoor hij tien jaar lang mede voor de inhoud verantwoordelijk is geweest. Hij blonk uit door zijn gedegen aanpak en zijn vakkennis van met name genetische manipulatie en elektromagnetische straling. Het spijt de redactie zeer dat hij zijn vertrek aankondigde, maar voor Diederick, met de beslistheid die hem eigen is, was het duidelijk: aan alles is er een begin en ook een einde, en dat laatste is nu aan gebroken. Wij wensen hem alle goeds op zijn verdere wegen!

Michel Gastkemper, hoofdredactie

Het licht brandt in Eindhoven

Eindhoven heeft de status bereikt van een volwaardige afdeling van Antroposana. Gedurende meer dan een jaar heeft een initiatiefgroep het fundament gelegd. Op 22 februari treden we voor het eerst naar buiten als afdeling en nodigen we leden en belangstellenden in de regio uit voor de eerste bijeenkomst. Voor het programma, zie de agenda elders in dit blad.

Deze plaatselijke afdeling is geheel onafhankelijk van het therapeuticum Mercurius en van andere zorgverleners,

maar streeft wel een goede samenwerking na. Het is ook een kroon op het werk van Jan Frima, die zich sinds mensenheugenis heeft ingezet voor het patiëntenbelang in Eindhoven. Wij hopen op plaatselijk niveau een bijdrage te leveren aan de verdere ontwikkeling van de antroposofische gezondheidszorg, als deel van de landelijke vereniging Antroposana.

Namens de Initiatiefgroep
Henk Verboom, voorzitter

Grote uitbreiding Leendert Meeshuis

Het Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport (VWS) heeft ingestemd met een uitbreiding van het Leendert Meeshuis met 36 plaatsen. Door deze uitbreiding kan zorg worden geboden aan in totaal 110 bewoners. Het Leendert Meeshuis hoopt op korte termijn, binnen enkele maanden, de deuren te openen voor nieuwe bewoners. Er zullen enkele ruimtes tijdelijk worden herverdeeld en door te verbouwen kunnen extra bewoners opgenomen worden.

Een belangrijke verbetering is de herinrichting van de afdeling voor somatische bewoners, met meer mogelijkheden om het wonen en de zorg kleinschalig te organiseren. Tegelijk wordt met de eigenaar en andere huurders op het Berg en Bosch terrein een oplossing gezocht om tijdelijk, vanaf begin 2011, extra huisvesting te realiseren.

Dit zal de opmaat vormen voor totale vervangende nieuwbouw van het Leendert Meeshuis. Sinds 2008 is de overkoepelende Stichting Antroz, antroposofische woonzorggroep, in de gemeente De Bilt dringend op zoek naar een locatie voor vervangende nieuwbouw van het woonzorgcentrum. De gemeente De Bilt ontwikkelt momenteel een plan om het

voormalige maïsveld naast het J.J.P. Oudkwartier in de wijk De Leijen Zuid te bebouwen. Daarbij heeft het College van B&W haar voorkeur uitgesproken verder te gaan met de ontwikkelingsvisie waarin een woonzorgcomplex in combinatie met woningbouw is opgenomen. Woonstichting SSW wordt dan de verhuurder van het woonzorgcomplex, Antroz de huurder.

1 miljoen handtekeningen voor Eliant

Eliant heeft het doel van 1 miljoen handtekeningen bereikt! Wij danken alle ondersteuners voor hun groots engagement, zonder welk dit doel nooit bereikt had kunnen worden. Wereldwijd hebben meer dan 1,1 miljoen mensen de noodzaak onderschreven dat er in de Europese wet- en regelgeving basisvoorwaarden moeten worden gecreëerd, die keuzevrijheid en keuzemogelijkheden garanderen. Dus ook voor vanuit de antroposofie geïnspireerd onderwijs, gezondheidszorg, landbouw en voeding.

Uit de EU-lidstaten komen 1.001.671 handtekeningen, waarvan 163.269 uit Nederland (stand 13 december 2010). Daarmee hoort de Alliantie ELIANT tot de eerste initiatieven, die het benodigde miljoen in het kader van het Europese Burger Initiatief (European Citizen Initiative, ECI) in Brussel kan overhandigen.

Het is nog niet precies bekend wanneer de handtekeningen aan de Commissie kunnen worden overhandigd. Zo gauw dat wel het geval is, volgt informatie hierover op de website www.eliant.nl en op de website www.antroposana.nl. Tot aan de definitieve overhandiging zijn handtekeningen zeer welkom. Hoe meer handtekeningen, hoe groter het politieke gewicht van Eliant!

Apeldoorn, v.a. 10 januari elke maandagochtend (uitgezonderd vakanties) **Activiteitenochtend.** Mogelijke activiteiten: muziek, schilderen, tekenen, boetsen, zingen, spel, beweging, verhalen of gedichten. Begeleiding steeds door een van de therapeuten. Gezelligheid staat voorop! Aanmelden niet noodzakelijk; wel op tijd komen!

Tijd: 10.00-12.00 uur. Plaats: Therapeuticum De Es, Glazeniershorst 159, Apeldoorn. Info: Ineke Lage-weg, (055) 53 36 868. Kosten 5 euro per ochtend.

Apeldoorn, v.a. donderdagochtend 13 januari om de week (niet in schoolvakanties)

Oudergroep voor ouders van jonge kinderen tot 4 jaar. Kinderen met hun ouders zijn welkom. Het zijn werkgroepen om de moed te hervatten en te houden, om op te voeden en om raad te vragen aan elkaar en experts met behoud van de intrinsieke ouderrol.

Tijd: 9.30-11.00 uur. Kosten 5 euro per keer. Plaats: Therapeuticum De Es. Kosten 8 euro p.mnd incl. sap, koffie, thee. Info Annette de Graaf, annette.de.graaf.chello.nl

Apeldoorn, v.a. dinsdagavond 18 januari eenmaal in de 3 weken

Laagdrempelige ouder-Werkcolleges.

In principe ook in therapeuticum De Es.

Tijd: 19.30-11.00 uur. Hier wordt gewerkt met thema's. Kosten 20 euro p.p. of 30 euro per stel per avond of 100 euro p.p. of 150 euro per stel voor alle avonden (totaal 7 avonden). Veel meer info op de site www.therapeuticum-de-es.nl en via email met Annette de Graaf: annette.de.graaf@chello.nl of (06) 1092 4402.

Apeldoorn, vrijdagavonden v.a. januari 2011

Vervolg Cursus Levensmotieven. In tien stappen met elkaar op zoek naar betekenis en zingeving in de levensloop. Door Gert Siebes en Leo van der Gugten.

Plaats: De Drempel, Centrum voor Zingeving, Arnhemseweg 125, 7331 BE Apeldoorn. Er zijn nog enkele plaatsen vrij!

Apeldoorn, 3 februari

Info-avond over zorg en behandeling van mensen met de ziekte kanker. Door huisarts Liesbeth Kuhlemaijer. Bijzondere aandacht voor medicijn Iscadur. Tevens introductiecursus voor vrouwen met kanker, uitleg over landelijk initiatief 'Frey'a' door Helga Scheltinga en Ineke Lageweg. Plaats: Therapeuticum De Es. Aanvang 20.00 uur. Vrijwillige bijdrage.

Groningen, 12 februari en 23 april

Het leven bestaat uit processen van opbouw en groei en processen van afbraak en verwelken.

Deze dagen willen we ons verbinden met de dans van het seizoensverloop van het leven en proberen om dit dieper in ons zelf te gaan ervaren. Dit doen we door met elkaar te oefenen, te mediteren en ervaringen uit te wisselen. Cursusleiders: Bart ten Berge (www.inner-growth.org) en Pauli van Engelen, antroposofisch verpleegkundige. Tijd:

10.00 – 16.30 uur Om 9.45 ben je welkom en is de koffie klaar. Kosten: € 85 per dag (incl. lunch) Plaats: Therapeuticum Lemminkainen, Noorderhaven 32. Info en opgave: Bart ten Berge: balthazar58@hotmail.com of Pauli van Engelen 050-5735639 of via email: paulivanengelen@hetnet.nl

Eindhoven, 22 februari

Een informatie- en discussieavond, georganiseerd door de initiatiefgroep Antroposana Eindhoven e.o. met voordachten van Jacques Meulman: Waarom antroposofische gezondheidszorg? en Lia Kemmerink, directeur van Antroposana: Het belang van Antroposana voor patiënten. Aansluitend forumdiscussie met beide sprekers, Nand van der Pluim, huisarts, Claudia Schmid, lid initiatiefgroep. Gespreksleiding Karin Lamers.

Tijd: 20.00-22.00 uur. Plaats: Novaliscollege, Sterrenlaan 16, 5631 KA, Eindhoven. Info: Henk Verboom, (06) 1505 4471 of henkverboom@hetnet.nl.

Eindhoven, 3 maart

Een positief licht op dementie. Voordracht door Franco Mosca, psychiater. Hij studeerde Geneeskunde en Filosofie en is verbonden aan Huize De Sterrewijzer in België (Olen). Het behoort tot de grote drama's van de moderne geneeskunde dat men vanuit een materialistisch mensbeeld aan ziekte geen zinvolle betekenis, laat staan spirituele betekenis kan geven. Dat ziekten als kanker of dementie een zinvolle biografische kentering kunnen voltrekken voor het diepste wezen van de mens, kan men binnen het huidig medisch denkkader niet invullen. Daardoor mist men het wezenlijke startpunt van waaruit een ruimere zorg-horizon zou kunnen ontstaan. Als 'mens' moet de arts toegeven dat een zware ziekte dikwijls onverwachte dimensies van de innerlijke rijkdom te voorschijn brengt. Deze voordracht zal omlijst worden met een muzikale bijdrage van Onyx. Tijd: 20.00-22.00 uur. Plaats: Novaliscollege, Sterrenlaan 16. Kosten: 7,50 euro, incl. koffie/thee Info: Henk Verboom, (06) 1505 4471 of henkverboom@hetnet.nl.

Apeldoorn, 11 maart 2011

De Klareson Klankenstoel. De door Carla Thierry zelf gebouwde klankstoel brengt een breed palet aan klanken voort van door haar zelf gebouwde instrumenten. Als u meer wilt weten over de werking van de stoel, komt u naar de presentatie in therapeuticum De Es! Aanvang 20.00 uur. Info en aanmelding: www.klareson.nl of mail naar carlathierry@klareson.nl.

Alkmaar, 6 april

Slapen en slaapproblemen, lezing door dr. Jos Dries, antroposofisch huisarts. Slapen is in deze tijd voor veel mensen een probleem. Wat is slapen en wat kunt u zelf doen om dit te verbeteren als u problemen heeft met slapen? Organisatie: Antroposana afdeling De Wilg. Toegang gratis voor leden Antroposana, niet-leden: 5 euro. Tijd: 20.00 uur. Plaats: Queeste, Frieseweg 109, (072) 562 51 75.

Plaatselijke afdelingen van Antroposana, januari 2011

Aquamarijn (Arnhem) Gerard Rotteveel (tijdelijk)

T: 026-3512712 E: g.rotteveel50@upcmail.nl

Artaban (Hoorn) Piet van Vuure

T: 0229-214894 E: artaban@antroposana.nl

Artemis (Amersfoort) Teddy Vogel

T: 033-4632775 E: t.vogel@wanadoo.nl

Duindoorn (Den Haag) Daniëla Oele

T: 070-3548737 E: duindoorn@antroposana.nl

Egelantier (Bergen) Etty Hebers

T: 072 589 73 83 E: egelantier@antroposana.nl

Eindhoven e.o. Jan Frima

T: 040-2450147 E: jfrima@kpnplanet.nl

Frysland (Leeuwarden) Ria Dijkstra

T: 058-2664746 E: rietje_50@hotmail.com

Gouda vacant

Helianth (Rotterdam) Nynke Roukema

E: helianth@antroposana.nl

Hesperis (Amsterdam) Frank ten Have

T: 023-5478098 E: hesperis@antroposana.nl

Jaspis (Driebergen-Zeist e.o.) Bernard Heldt

T: 030-6953621 E: bernard@heldt.nl

De Keerkring (Haarlem) Bert van Westerop

T: 023-5272576 E: bvancouver@telfort.nl

De Linde (Tilburg) Richard Fischer

T: 013-4685371 E: ricfisch@gmail.com

De Maretak (Zoetermeer) Yvonne Meppelink

T: 079-3413100 E: yvonnemep@kpnmail.nl

Meander (Breda) Hans van Gennip

T: 076-5878834 E: hansvangennip@gmail.com

Noordelijke afdeling (Groningen) Cia ten Brinke

T: 050-5263160 E: cia.tenbrinke@live.nl

Saga (Apeldoorn) Elisabeth Duisterhof

T: 055-5214161 E: e.duisterhof.assie@gmail.com

Symphytum (Vlaardingen) Fred Blikkenhorst

T: 010-4743334 E: fred@blikkenhorst.nl

De Wilg (Alkmaar) Gerda Schoen

T: 072-5625175 E: antroposana-alkmaar@live.nl

Zonneweg (Dordrecht) Thea van Veen

T: 078-6814535 E: secretariaat.zonneweg@antroposana.nl

Regio's van Antroposana

Regio Centrum, Bernard Heldt

T: 030-6953621 E: bernard@heldt.nl

Regio Noord, vacant

Regio Noord-West, vacant

Regio Oost, vacant

Regio West, vacant

Regio Zuid (Brabant), Jan Frima

T: 040-2450147 E: jfrima@kpnplanet.nl

Regio Zuid (Limburg), Johan Littel

T: 045-5215407 E: johanlittel@xs4all.nl

Gastvereniging

VOAG (Leiden)

Tromp de Vries, T: 071-5416732 E: trompdevries@casema.nl



seizoentafel
handwerk
kaarten
vilt en wol
webwinkel
www.atelierkeet.nl

Atelier Keet
Rijnlaan 235
8032MZ Zwolle
06-43494991



gun uzelf
en uw geliefden
heerlijke kwaliteit
en aandacht
aromatherapie | geurverspreiders | natuurparfums | verzorgingsproducten

www.weldaad.nl
info@weldaad.nl
038 454 2102

genieten van geuren

BOEKWINKEL OP HET WEB
WWW.ABC-ANTROPOSOFIE.NL
SNELLE LEVERING – RUIME KEUZE



mode en basics
van biokatoen
Demeterwol
hennep, zijde, linnen
biologische babyuitzet

Obilot Natuurtextiel

www.obilot.nl
0575 - 517091

sinds 1982 – Groenmarkt 1 – Zutphen

Welkomstbrochure Antroposofische Vereniging

Met een nieuwe welkomstbrochure nodigt de Antroposofische Vereniging in Nederland (AViN) iedere belangstellende van harte uit kennis te maken met wat de antroposofische vereniging te bieden heeft. De brochure bevat enkele verhalen van mensen die door de antroposofie geïnspireerd zijn en geeft boeken-tips. U kunt de welkomstbrochure telefonisch bestellen, (030) 69 18 216 of per e-mail: secretariaat@antrop-ver.nl.

speeldag

voor (groot)ouder en kind

elkaar op een nieuwe manier meemaken



speel wie je bent

Roelant en Madeleine de Vletter-Wulff
tel (0525) 620 808 www.speelwiejebent.nl



Boreas

*is een naam van de wind uit het Noorden
waar een groep vogels heen vliegt
in V-vorm, als een kunst.
Waar ook het reiskompas naar wijst
van een groep mensen
die gaan reizen als vorm van kunst...*

Stichting Boreas-reizen

is een reisbureau, enthousiast geleid door Ir. A.P. Woutersen en Drs. A.J. Woutersen-van Weerden. Elke reis hebben ze zelf verkend, tot in perfectie georganiseerd en leiden ze samen. ... leuke hotels... deskundige voordrachten... kleine groepen... ... vreugde... betaalbaar en... ANVR en SGR:
De kunst van het reizen, met de antroposofie als basis !

Boreas-reizen in 2011

- **Bourgondië:** 22 april – 1 mei
Cisterciënzers, Tempeliers en wijn
- **Ierland:** 19 – 29 mei
Wieg van de Europese mysteriën
- **Thüringen:** 11 – 19 juni
Luther, Bach, Goethe, Schiller en Novalis
- **IJsland:** 2 – 13 juli
Naar vier "oergebieden"
- **Chartres:** 17 – 21 juli
Bron van inspiratie, vroeger en nu
- **Noorwegen:** 7 – 18 augustus
Natuur, Peer Gynt en Vikingen
- **Italië:** 2 – 12 september
Verdi, Franciscus en Giotto

en kom naar de **Boreas dag**. Zondag 16 januari
14.00h. Woonoord Kraaybeek, Driebergen.
Inloop vanaf 13.30h.

Vraag onze reisbrochure !

Informatie, reisbeschrijvingen en boekingen: WWW.BOREAS-REIZEN.NL of bel 0343 412 477

Van bestuur en directeur

Nu we over de drempel van het oude naar het nieuwe jaar gestapt zijn, kijken we kort terug op wat in de laatste ledenraadsvergadering van 27 november 2010 geklonken heeft. Daarna richten we onze aandacht vol energie op wat er in 2011 van ons gevraagd wordt en waar we met Antroposana en de antroposofische gezondheidszorg aan het eind van 2011 zullen staan. De zorgverzekeringen en de Wet cliëntenrechten zorg zullen ook dit jaar onderwerpen zijn waarbij we uw belangen blijven behartigen. Het bestuur en de directeur wensen u een goed jaar toe.

Lia Kemerink, directeur

Ledenraad



Het ochtendprogramma van de ledenraadsvergadering van 27 november 2010 was tweeledig. Eerst kwamen afdelingszaken aan bod. De afdelingen was gevraagd hun PR-materialen zoals nieuwsbrief, folder of uitnodiging van lezingen mee te brengen, zodat dit ter inspiratie door anderen ingezien kon worden. In het tweede deel van de ochtend stonden de eerder geformuleerde verwachtingen van afgevaardigden centraal, die zij ten aanzien van de missie en taken van Antroposana genoemd hebben. Nu lag het accent bij de vragen wat tot nu toe gedaan is, of we op de goede weg zijn en wat er verder nog gebeuren moet. Uit de genoemde aandachtspunten was een indeling in vier thema's gemaakt:

1. Aard, inhoud en continuïteit van de antroposofische gezondheidszorg
2. Organisatie en communicatie landelijk
3. Organisatie en communicatie plaatselijk
4. Ledenwerving en PR

Elk thema is in een subgroep besproken en heeft geleid tot aanbevelingen aan het bestuur. In een extra vervolgbijeenkomst voor afgevaardigden zullen de onderwerpen: samenwerking, visie/missie, continuïteit en toegankelijkheid antroposofische gezondheidszorg verder uitgewerkt worden.

In het huishoudelijk programma 's middags zijn het werkplan en de begroting voor 2011 goedgekeurd. Antroposana is officieel twee afdelingen rijker geworden: de Noordelijke afdeling Groningen en afdeling Eindhoven e.o. hebben hun status 'in oprichting' met goedkeuring van de ledenraad verruild voor de status van volwaardige afdeling. Het enorme enthousiasme en de grote betrokkenheid van afgevaardigden bij wat er landelijk leeft – en van bestuurders bij wat er in de afdelingen speelt – maakt de ledenraadsvergadering tot een inspirerende en zinvolle verenigingsactiviteit, een waar draagvlak voor de vereniging.

Meer aandacht patiënt

De discussie welke koers Antroposana de komende jaren zal varen, is essentieel voor het bestuur om de vereniging nog steviger te funderen in het systeem van de (antroposofische) gezondheidszorg. Het geluid van de patiënt of burger, vertegenwoordigd door een organisatie, wordt steeds vaker gehoord door de directe zorgverleners. Ook in de wetgeving en zorgfinanciering zien we een verschuiving van aanbod naar vraag. Kijk maar naar de Wet Cliëntenrechten Zorg, waarover hieronder meer. Initiatieven zoals 'De Zorgkaart Nederland' en 'Consument en

de Zorg' van de koepel van patiëntenorganisaties NPCF hebben een hoog bezoekersaantal en worden door het ministerie van VWS gefinancierd. Het aantal collectiviteiten op ziektekostenverzekeringen groeit fors, want de verzekeraars willen binding met hun afnemers. Dit is niet alleen een ontwikkeling in de politiek en in de reguliere zorgmarkt, ook in het antroposofische zorgcircuit wint de patiënt terrein. Zo sprak ik onlangs een afgevaardigde in een afdeling, die me verheugd meldde een plek veroverd te hebben aan de onderhandelingstafel van een plaatselijk multidisciplinair zorgteam.

Frisse wind

Met een nieuwe hoofdredactie, Petra Essink en Michel Gastkemper, die als nieuwkomers fris tegen ons tijdschrift aankijken, kan het niet uitblijven dat dit tegen het licht gehouden wordt. De tijd lijkt rijp voor een frisse wind door het tijdschrift. In de bestuursvergadering van december is met de hoofdredactie hierover gesproken; een en ander zal dit voorjaar vorm krijgen. Mooi, hoe organisch de gesprekken in het bestuur over koers en strategie samenvallen met op stapel staande veranderingen aan ons vaandel, het tijdschrift dat u nu in handen heeft.

Zorgverzekeringen

De aanvullende polissen worden ieder jaar opnieuw door de zorgverzekeraars tegen het licht gehouden om de hoogte van de premie en de vergoedingen in het volgende jaar vast te stellen. Het bestuur van Antroposana heeft het afgelopen halfjaar verder geijverd voor een goede aanvullende verzekering in 2011 waarin antroposofische therapieën en antroposofische en homeopathische geneesmiddelen vergoed worden. Het resultaat hebben leden kunnen lezen in onze brief van

november en staat op de website: de collectieve Antroposanapolis bij De Amersfoortse vergoedt onder andere alle antroposofische therapievormen. De antroposofische geneesmiddelen van Wala en Weleda die via Duitse apotheken geleverd worden, komen eveneens voor vergoeding in aanmerking, alsmede de behandeling in vijf buitenlandse klinieken. Ook Menzis vergoedt de antroposofische therapievormen en -geneesmiddelen. Kijk voor exacte vergoedingen altijd in de polisvoorwaarden. In 2011 zetten het bestuur en de werkgroep Zorgverzekeringen Antroposana hun werk voort. Zolang niet alle antroposofische therapieën in de basisverzekering zijn opgenomen, blijft het nodig te lobbyen voor (behoud van) deze vergoedingen in de aanvullende verzekeringen. Het liefst bij zo veel mogelijk verzekeraars, want dan hebt u de keuze.

Wet cliëntenrechten zorg

Het wetsvoorstel Wet cliëntenrechten zorg (Wcz) is in juni 2010 in de Tweede Kamer besproken, maar met veel – door de indieners te verrichten – huiswerk teruggestuurd. Op 10 december gaf het ministerie van VWS tijdens een bijeenkomst voor organisaties die van VWS subsidie ontvangen, uitleg over deze wet en wilde ze met ‘het veld’ hierover in gesprek om tot een beter wetsvoorstel te komen. Omdat deze wet zo belangrijk gaat worden in de zorg en dit jaar aangenomen zal worden, schenken we er aandacht aan. Met de Wcz heeft het kabinet de ambitie de individuele en collectieve rechtspositie van de cliënt te verduidelijken, versterken en verankeren in

Cliënt

Met ‘cliënt’ bedoelt het ministerie van VWS: iedereen die een beroep doet op geneeskundige, langdurige of preventieve zorg.

één wettelijke regeling. De Wcz is een vervolg op het in 2008 opgestelde programma ‘zeven rechten voor de cliënt in de zorg’ en dient een aantal bestaande wetten en artikelen over de zorgrelatie tussen cliënt en zorgverlener te vervangen. Hiermee ontstaan richtlijnen voor samenwerking in de zorg en voor kwaliteit, komt er een code voor letselschade en voor geschillen en wordt de governancecode vernieuwd. Deze laatste betreft het organiseren van goed bestuur, inclusief de taken van de raad van toezicht en toezicht van inspectie.

De belangrijkste wijzigingen kort samengevat:

- a. meer rechten voor cliënten,**
- b. meer waarborgen voor goede zorg.**

Ad a. meer cliëntenrechten:

- gaan gelden in alle zorgrelaties, ook in de langdurige zorg,
- recht op keuze-informatie,
- recht op informatie over incidenten,
- onafhankelijke geschilleninstantie en naleving van rechten wordt gemakkelijker afdwingbaar,
- meer bevoegdheden voor cliëntenraden en betere financiering.

Ad b. meer waarborgen voor goede zorg:

- in het bestuur van een zorgvoorziening komt ‘kwaliteit van zorg’ in de portefeuille van één bestuurder,
- besturen krijgen meer sturingsmogelijkheden richting zorgverleners (aanwijzingsbevoegdheid en opzeggen arbeids- en toelatingsovereenkomst bij disfunctioneren),
- zorgverleners moeten verantwoording afleggen aan het bestuur,
- meer verantwoordelijkheden voor en meer eisen aan toezichthouders,
- het wordt gemakkelijker om wettelijke eisen te stellen aan de kwaliteit van zorg,
- de inspectie gaat ook toezien op

Contact

Antroposana heeft verschillende e-mailadressen, waar u naar kunt schrijven (naast papieren post). Wilt u uw correspondentie aan het juiste adres richten?

Dank voor uw medewerking!

Voor de ledenadministratie:

leden@antroposana.nl

Voor redactiezaken van dit tijdschrift:

redactie@antroposana.nl

Voor overige zaken:

info@antroposana.nl

Internet: www.antroposana.nl

Telefonisch kunt u Antroposana bereiken:

ma-do 9-13 uur, (033) 42 26 542.

naleving van cliëntenrechten en treedt op als de veiligheid of de zorg ernstig bedreigd wordt,

- de inspectie kan ingrijpen bij excessen bij aanbieders van alternatieve behandelwijzen.

Op mijn vraag tijdens de bijeenkomst waarom alleen alternatieve behandelwijzen bij dit laatste punt genoemd worden, was het antwoord dat ‘vooral wordt toegezien op het door alternatieve behandelaren afhouden van cliënten van reguliere zorg’.

Het uitgangspunt van VWS dat de cliënt centraal staat, staat symbool voor de omslag in het denken over de regie en de sturing van de zorg, namelijk van aanbieder naar cliënt. Daar houden we straks, na goedkeuring door de Tweede en Eerste Kamer, het kabinet graag aan! De intentie vanuit de cliënt te denken lijkt met deze wet wel aanwezig, maar of de bureaucratie geen belemmering zal zijn... Nu is het afwachten of de politiek en de gevestigde maatschappelijke organisaties meegaan.

Op onze site kunt u de sheets van de presentatie op 10 december van VWS nalezen; een papieren versie kunt u telefonisch bestellen bij ons secretariaat.

de Zonneboom
Cultuur Kunst Educatie
voor Ontwikkeling en Werk

Ons nieuwe aanbod is uit: o.a. Ontdek de elementen, Zing je eigen lied, Schilder vanuit inspiratie (o.a. Kandinsky, Het Altaar van het Lam)

Antroposofie en Manicheïsme met Christine Gruwez, zaterdag 26 maart

Open dagen (van tevoren aanmelden).
Vrij Kunstzinnige Jaren - open dag zondag 13 maart
Moed - Inspiratie - Vrijheid. Voor werk én toekomst

Academie voor Sociale Kunst - open dag zaterdag 9 april
Versterk je persoonlijkheid - nieuwe inzichten voor het sociale en beroepsleven

Impuls!!! - open dag zaterdag 9 april
Werk aan de wereld - werk aan jezelf

Complete aanbod bekijken of aanmelden? www.zonneboom.nl

De Zonneboom • De Laat de Kanterstraat 5 • 2313 JS Leiden
E: info@dezoneboom.nl • I: www.dezoneboom.nl • T: 071 512 3137

Wollen ondergoed voor jong & oud

Sokken, maillots, pantoffels, lamsvachten en veel meer.

Kijk op: www.winterlok.nl

Wolletjewinterlok | Weerdingerweg 3 | 7872 TC Valtho | Tel: 0591-51 35 56 | info@winterlok.nl



Centrum Sociale Gezondheidszorg

Toegankelijke brochures over gezondheid van lichaam, ziel en geest belicht vanuit de antroposofie.

Kijk op
www.gezichtspunten.nl
telefoon: 0321-339966
fax: 0321-339774

Artsen & Therapeuten Uw praktijk in deze rubriek opnemen? Bel 06 486 237 41 of mail adverteren@antroposana.nl

Antroposofische geneeskunde

Roermond/Melick/Nuenen

Lou Crijns

Consultatief antroposofisch arts
Spreekuur volgens afspraak
T: 0475 520 980

Rotterdam

Aart van der Stel

Antroposofisch en consultatief arts
Boy Edgarstraat 208
3069 ZA Rotterdam
spreekuur volgens afspraak
T: 06 463 116 86

Zaanstreek

'Raphael', Centrum voor antroposofische gezondheidszorg in de Zaanstreek

Tjotterlaan 14c, 1503 LB Zaandam
T: 075 612 1028

Muziektherapie

Dearsum

Anne Marie van Hoven

Numer 32, 8644 VS Dearsum
T: 0515 336 570
www.ruimte-muziek.nl

Den Haag

Praktijk Muziek Speciaal

Praktijk voor Kunstzinnige Therapie Muziek, specialisme: kind en jeugd.
Zonnebloemstraat 44, 2565 RZ Den Haag
T: 070 388 1201

Groningen

Gooyke van der Schoot

Balans-Muziek, praktijk voor muziektherapie.
Gerard Doustraat 91, 9718 RH Groningen
T: 050 527 8453
www.Balans-Muziek.nl

Noordgouw

Connie Alblas

Klinker Klankwerk & Muziektherapie
Ring 32, 4317 AB Noordgouw
T: 06 403 666 47, 0111 712 045
muziek@deklinker.net
www.deklinker.net

Chirofonetiek

Zutphen

Angelique Petersen

Praktijk voor Chirofonetiek
Burgemeester Dijkmeesterweg 14,
7201 AL Zutphen
T: 0575 515 332
www.praktijkvoorchirofonetiek.nl

Psychosociale therapie

Arnhem

Hilde Hooiberg

Praktijk voor levens- en zingevingsvragen
www.digame.nu
T: 026-3621761 en 06 273 11 283

Arnhem/Nijmegen

Herman Klaassen

Biografisch ouder- en gezinscoach.
Praktijk voor hulp aan passend moeder-zijn en vader-zijn in deze tijd.
Boomkruiper 13, 5831 DX Boxmeer
T: 048 557 8778 of 06 293 311 70
E: h.a.m.klaassen@hetnet.nl

Bedum

Margje Vos

Praktijk voor Psychosynthese & Biografische coaching, Kwaliteit en bezieling in Leven, Werk en Relatie
Thesingerweg 1, 9781 TR Bedum
T: 050 301 0867 www.margjevoss.nl

Heemstede/Zaandam

Drs. Lucia Pultrum

Praktijk voor werk- en levensvragen.
Individuele psychosociale therapie, biografisch werken, jobcoaching, loopbaanbegeleiding, relatietherapie, zingevingsvraagstukken.
T: 023 545 0373
www.luciapultrum.nl

Kunstzinnige therapie - spraak

Zeist

Marion Maas

Kunstzinnig therapeut spraak, coaching en drama.
Molenweg 34, 3708 SC Zeist
T: 030 691 91 92

Euritmitherapie

Rotterdam

Katrin Beise

Euritmitherapeute in het Therapeuticum Helianth,
Vredeman de Vriesstraat 19-23, 3067 ZJ Rotterdam
T: 010-2263788 of 06-44124050
www.euritmierotterdam.nl

Zutphen/Warnsveld

Wieger Veerman

Praktijk voor euritmitherapie
Sint Martinusstraat 9, 7231 CK Warnsveld
T: 0575 572 124

Kunstzinnige therapie - beeldend

Wageningen

Elske Hoen

Nienke van Hichtumstraat 20, 6708 SE Wageningen
T: 0317 412 996
info@elskehoen.nl
www.elskehoen.nl

Overige therapieën

Vlaarding

Inge van Hoorn

Praktijk voor Fysiotherapie
Therapeuticum Symphytum
Robert Schumanring 17 3137VB
Tel: 010-7523844 en 06-25505928
www.fysiotherapieantroposofie.vpweb.nl

Den Haag

Ilmatar

Praktijk voor spel- en opvoedingsondersteuning
Micheline Mets, Van Bylandtstraat 59,
2561 GJ Den Haag
T: 06 499 121 44 (tussen 8u.30 en 9u.30 en voice mail)
info@spelenopvoeding.nl
www.spelenopvoeding.nl

Arnhem

Praktijk Marianque den Draak

Haptotherapeute op antroposofische basis.
T: 026 442 28 24
Burgemeestersplein 13, Arnhem
www.PraktijkDenDraak.nl