

Contact blad



Colofon

Het *Contactblad* is een uitgave van Johanniter Nederland. Het tijdschrift wordt verspreid onder alle vrijwilligers en andere betrokkenen van Johanniter Nederland. Het *Contactblad* verschijnt drie keer per jaar.

Redactie

Fleur de Beaufort, Joke Bos-Sinoo, Sacha Jansen, Katinka Kersting, David van Lennep

Bijdragen

Iedereen is van harte uitgenodigd mee te denken over interessante of zinvolle artikelen in het tijdschrift. We verzoeken u echter niet zomaar kopij in te zenden, maar vooraf even contact op te nemen met de redactie.

Contact

Voor alle zaken betreffende de inhoud van het tijdschrift kunt u contact opnemen met Katinka Kersting.

☎ 070 – 364 9920

✉ kersting@johanniter.nl

Fotografie

Diverse vrijwilligers

Vormgeving

www.makingwaves.nl

Druk

De Hoop Grafisch Centrum, Dordrecht

Johanniter Nederland

Lange Voorhout 48, 2514 EG Den Haag

☎ 070 – 364 9920

☎ 070 – 356 1137

✉ info@johanniter.nl

🌐 www.johanniter.nl

Bankrekening: NL38 ABNA 0258538147

Johanniter Nederland biedt hulp en zorg aan mensen die door ziekte, een handicap, ouderdom of sociale omstandigheden in een afhankelijk-ke positie verkeren. Duizenden vrijwilligers, verspreid door Nederland, zetten zich hiervoor in. Zij zijn actief in zorgcentra, inloophuizen, hospita en bij onze vakantieactiviteiten. Ons doel is mensen plezier te geven en leed te verzachten.



Van de redactie

Het is lente. Narcissen en krokussen hebben zich een weg gebaad uit de bevroren grond naar buiten, de frisse lucht in. Knoppen ontspruiten zich aan struiken en bomen om te groeien tot verse blaadjes en bloemen. Bruin wordt groen en kaal wordt vol. De zon laat zich steeds vaker en langer zien. Donker wordt licht en grijs wordt blauw, nat wordt droog en koud wordt steeds warmer.

Huizen worden opgeruimd, de grote voorjaars schoonmaak, oud wordt weggedaan, stof uit de hoeken gehaald, ramen gezeemd, alles weer fris en fruitig. Vuil wordt schoon en dof wordt helder. De mensen komen weer meer hun huis uit en terrasjes worden bezet. Er wordt meer ondernomen, er komen festivals op de agenda, mensen gaan op pad er is meer te doen in de steden. Binnen wordt buiten.

Lammetjes springen door de wei, veulentjes proberen te lopen, kalfjes spelen met elkaar, pasgeboren vogeltjes piepen in hun nestjes wachtend op het wormpje dat hun moeder mee brengt, zich voorbereidend op de grote duikvlucht die ze eerdaags zullen maken. Er is nieuw leven. Het is een nieuw seizoen, een transformatie van de natuur en een transformatie van het leven, een wederopstanding, zoals bij het paasfeest wordt gevierd.

Wij mensen maken ook deel uit van dit transformatieproces. Na een tijd van bezinning die wij in de winter hebben gehad, wordt het nu tijd om in de praktijk te brengen wat je je zelf hebt voorgenomen om anders te doen, met frisse energie je nieuwe plannen uit te voeren, je zelf beet te pakken, meer onder de mensen te komen, op avontuur te gaan, vakanties en uitstapjes te plannen; het is tijd om in alle luchtigheid te gaan leven en te genieten, met de zon in je hart!

Dat kunt u doen door bijvoorbeeld een uitstapje te maken naar het eiland Tiengemetten, eens te gaan kijken bij landgoed en proeftuin Roggebotstaete in Dronten of een stadsbezoek te plannen naar het mooie gezellige Haarlem, waarover in dit blad meer.

Er komen ook vrijwilligers aan het woord, die op hun beurt een bijdrage leveren aan het verbeteren van de kwaliteit van leven van mensen die dat nodig hebben, die een beetje luchtigheid en zon brengen!

Lees erover en laat u inspireren. Wij wensen u een mooi voorjaar!

SACHA JANSEN

Inhoudsopgave

De praktijk

Vrijwilligerswerk is meer dan bloemen verzorgen of een kopje koffie inschenken. Emotionele steun, een luisterend oor wordt ook verwacht, omdat mensen de neiging hebben hun verdriet en zorgen te delen met een betrekkelijk onbekende. Niet makkelijk voor de vrijwilliger, maar een heel mooi aspect van het werk dat veel voldoening kan geven.

Tiengemetten

Eiland Tiengemetten, een prachtig stuk natuur in Zuid-Holland, behorende bij de gemeente Korendijk, dankt zijn naam aan zijn vroegere afmetingen, namelijk: 10 gemet (een gemet is ongeveer 4 hectare). Een aantal Johanniter vrijwilligers is op deze bijzondere plek actief.

Van twee kanten

In deze rubriek zetten we meestal het verhaal van een vrijwilliger naast het verhaal van iemand voor wie deze vrijwilliger zich inzet. Deze keer doen we het anders. We spraken de familie van Ittersum-Labrie in Ommen.

En verder

4 Onze vakantieman • **5** Herijking vakantieweken • **8** Feestelijk einde van het lustrumjaar • **9** Gedicht • **10** Gluren bij de burens • **12** Ga eens de grens over! • **13** Johanniter Schoolplein • **14** Te doen in Haarlem • **20** Puzzel • **21** Korte berichten • **23** Agenda, Spelduitreikingen • **24** In contact met...



➤ Onze vakantieman

Albert Star Busmann is medewerker vakantieweken van Johanniter Nederland, ofwel onze 'vakantieman'. Hij doet alle voorbereidende werkzaamheden en daarnaast is hij degene die meestal de telefoon opneemt. Velen van u hebben hem dus gesproken. Wij willen u graag laten kennismaken met de persoon achter de stem.



'Achter de schermen regel ik van alles voor de vakantieweken. Zo zorg ik ervoor dat gasten en vrijwilligers die zich aanmelden, worden ingeschreven en ingedeeld. Bij de vrijwilligers hebben we daar nu een heel handig online systeem voor, zodat de mensen zelf kunnen zien welke weken vol zitten en in welke weken we voor welke functies nog vrijwilligers nodig hebben. Dat scheelt mij veel werk. Bij de gasten ligt het iets ingewikkelder. Zij geven bij aanmelding aan naar welke week hun voorkeur uitgaat, maar vervolgens moet ik bekijken of ze ook daadwerkelijk in die week geplaatst kunnen worden. We willen namelijk dat mensen die veel zorg nodig hebben gelijkmatig over de verschillende weken verdeeld zijn. Anders is het niet te doen voor de vrijwilligers.'

Indeling

'Ik doe dit werk nu voor het derde jaar en inmiddels kan ik op basis van de informatie in het aanmeldformulier wel inschatten hoeveel zorg en begeleiding een gast nodig heeft. Bij twijfel houd ik ruggenspraak met de hoofdverpleegkundige van de commissie vakantieweken. Helaas kan ik niet altijd iedereen de week van keuze geven. Soms zit de week vol, soms heeft iemand te veel zorg nodig voor juist die week. Mensen zijn dan vaak teleurgesteld, maar meestal kan ik ze wel overhalen mee te gaan met een week waarin voor hen wel een goede plek beschikbaar is.'

Gasten

'Het leukste aan deze baan vind ik het contact met mensen. Gasten bellen regelmatig met vragen

als: Kan ik in dezelfde week als mijn vriendin? Mag ik nog op de reservelijst? Welke uitjes worden er georganiseerd? Wat wordt er de hele dag gedaan? Is er wel genoeg verzorging voor mij? Hoe moet dat als ik 's nachts wakker word en ik wil iets eten? Voor veel mensen is het een hele onderneming om met vakantie te gaan. Ze maken zich, begrijpelijk, vaak zorgen over van alles en aarzelen dan gelukkig niet om de telefoon te pakken. Het is aan mij om ze gerust te stellen. En soms bellen mensen ook gewoon om een praatje, want veel van onze gasten zijn in het dagelijks leven eenzaam. Op mijn geduld en inlevingsvermogen wordt vaak een beroep gedaan in deze functie.'

Vrijwilligers

'Ook met de vrijwilligers heb ik veel contact en het leuke is dat ik ze steeds beter leer kennen. Ik heb enorm veel respect voor hen. Door hun inzet zorgen ze ervoor dat de gasten een fijne vakantie hebben. Ze geven een week van hun vrije tijd, zonder dat daar iets tegenover staat. Het zijn ook allemaal aardige mensen, die vrijwilligers. Dat kan ook eigenlijk niet anders.'

Ervaring

'Door dit werk kan ik me beter inleven in hoe ouderen en mensen met een beperking zich voelen. Een vakantie betekent voor hen: een week plezier hebben, de zorgen vergeten, eenzaamheid opzij zetten, iets om naar uit te kijken, een lichtpuntje in hun leven. Dat vertellen ze me ook. Het is heel fijn als je iemand kunt bellen met de boodschap: 'U kunt toch mee, want er is een plaatsje vrij gekomen'. Daar word ik zelf ook blij van. In deze baan ben ik heel vaak een 'goed nieuwsbrenger'. Dat is heel dankbaar werk! ➤

➤ Herijking vakantieweken

In 2017 hebben we stilgestaan bij het zestigjarig bestaan van de Johanniter vakantieweken. Dit jubileum was een aanleiding om terug te blikken. Maar over het algemeen kijken we liever vooruit en staan we bij voorkeur niet stil. In dit licht zijn we bezig met een 'herijking' van de Johanniter vakantieweken.

Johanniter vakantieweken onderscheiden zich in de markt door het hoge aantal vrijwilligers dat meegaat, waardoor we veel liefde, warmte en aandacht kunnen geven. Kenmerkend voor onze weken zijn ook bepaalde tradities, die door de gasten en de vrijwilligers gekoesterd worden. Toch kunnen we niet alles klakkeloos bij het oude blijven houden. De maatschappij verandert en hier hebben ook wij mee te maken. Door veranderende regelgeving op het gebied van zorg en welzijn verandert bijvoorbeeld onze doelgroep. Mensen uit zorginstellingen (waar onze gasten veelal vandaan kwamen) hebben nu meer zorg nodig dan twintig jaar geleden. Hoe gaan we dat faciliteren als ook onze vrijwilligers steeds ouder worden? Tegen deze vele andere vragen lopen wij steeds vaker aan. Daarom willen wij maatregelen nemen om de Johanniter vakantieweken toekomstbestendig te maken.

In gesprek

Een oud beproefd concept als de Johanniter vakantieweken laat je niet zomaar los. Daarom hebben we op een aantal punten bekeken: Hoe doen we het nu? Waar zijn veranderingen wenselijk? Welke oplossingen zouden er hiervoor kunnen zijn? Hierover zijn wij vervolgens in gesprek gegaan met een groot aantal ervaren vrijwilligers.

Betrokkenheid

Deze 'herijkingsbijeenkomst' was op zich al bijzonder. Maar liefst dertig vrijwilligers waren bereid om hier een hele zaterdag aan te besteden. Dit was voor ons van onschatbare waarde en toont eens te meer hoe betrokken de vrijwilligers zijn. In groepjes werd over verschillende deelonderwerpen gesproken, die vervolgens aan het hele gezelschap werden gepresenteerd. De uitkomsten van deze dag hebben ons veel materiaal gegeven om mogelijke aanpassingen van de vakantieweken verder uit te werken. ➤



➤ Omgaan met verlies

Vrijwilligerswerk is meer dan bloemen verzorgen of een kopje koffie inschenken.

Emotionele steun, een luisterend oor wordt ook verwacht, omdat mensen de neiging hebben hun verdriet en zorgen te delen met een betrekkelijk onbekende.

Niet makkelijk voor de vrijwilliger, maar een heel mooi aspect van het werk dat veel voldoening kan geven.

De kern van het vrijwilligerswerk is hulp verlenen aan mensen die lijden onder een verlies. Een verlies van gezondheid, mobiliteit, geheugen, partner. Onder verlies kun je op vele manieren lijden, ja zelfs onder het verlies van je portemonnee ... Dat laatste is beslist niet grappig bedoeld, want lezers die ooit bestolen zijn van hun portemonnee blijven in meer of mindere mate een schrikreactie houden wanneer die niet snel in het gebruikelijke tasvakje te vinden is.

Blijvend

Verlies doet pijn, verlies is niet weg te werken of weg te denken, je kunt er ook niet voor op de vlucht gaan, het blijft bij je 24 uur per dag, zeven dagen per week, jaar in jaar uit. Gelukkig zijn mensen flexibel en vinden ze vroeg of laat een manier om met dat verlies verder te leven, het verdriet te verwerken, een plekje te geven, maar kwijtraken lukt niet, altijd loop je de kans er op enig moment mee geconfronteerd te worden.

Verskillend

Er zijn zoveel soorten van verlies en mensen zijn verschillend, de een beleeft een traumatische ervaring anders dan de ander. Ook in het vrijwilligerswerk zie je dat mensen die dezelfde nare of verdrietige ervaring hebben meegemaakt, toch op verschillende manieren daarop reageren, op een geheel eigen wijze met dat verdriet omgaan. En dat kan heel verschillend zijn. Om op een goede manier als vrijwilliger daarop te reageren is moeilijk. Want wie kan de volle omvang begrijpen van wat het betekent om:

- De dingen die jezelf zo graag deed aan een ander te moeten overlaten.
 - Voor het eerst met de rollator of de scootmobiel naar buiten te gaan.
 - Je partner, kind of een dierbare te verliezen.
 - Je gezondheid steeds verder achteruit te zien gaan.
 - Niet meer in je eigen huis te kunnen wonen.
 - Je gehoor of je gezichtsvermogen kwijt te raken.
 - Een slecht nieuws gesprek bij de dokter te krijgen.
 - Geconfronteerd te worden met Alzheimer.
 - Niet meer het eten te kunnen klaarmaken zoals je zelf het lekkerst vindt.
 - Afhankelijk te zijn van anderen in wat je graag privé wilt houden.
 - Altijd dankjewel te moeten zeggen.
 - De regie van je leven uit handen te geven.
- Enz. enz.

Aandacht

Pas wanneer je iets dergelijks zelf hebt meegemaakt, kun je een beetje aanvoelen waar de ander mee worstelt. Maar ieder worstelt op zijn eigen manier. Dus kan er ook geen goede, maar ook geen slechte manier van reageren zijn. De vrijwilliger kan alleen



maar luisteren, een zakdoek aanreiken of een pleister plakken in de vorm van een glaasje water, een kopje koffie..., maar het is van belang dat je het verdriet van de ander vooral niet kleiner maakt dan het is. Vaak hebben mensen het nodig om steeds maar weer datzelfde verhaal te vertellen. Kap het niet af, luister aandachtig, misschien ben jij nog de enige bij wie ze dat kunnen of durven doen. Je voorziet dan in hun behoefte, op dat moment help je echt!

Reactie

Merk je dat er van jou een reactie verwacht wordt, dan kun je bijvoorbeeld vragen naar de vroegere woon- en leefomstandigheden. Ongetwijfeld vind je daarin aanknopingspunten voor een gesprek. Lukt het toch niet om een in jouw ogen goede reactie te geven, zeg dat dan gewoon, dat zal niemand je kwalijk nemen. Doe wat je hart je ingeeft, want het is geen tekortkoming als je bij momenten van groot verdriet geen passende woorden hebt. Wat je beslist niet moet doen is het verdriet 'kapen', d.w.z. dat je zegt dat je zoiets ook hebt meegemaakt, om dan verder over jouw verdriet te praten.

Zorg voor jezelf

Er wordt van de vrijwilliger beslist geen deskundige hulp verwacht. Houd je daar verre van als je geen psycholoog of hulpverlener bent. De verhalen die

je hoort kunnen ernstig, soms schokkend zijn. Van belang is dat je na afloop zelf met de teamleidster of een collega hierover praat. Onderschat dit niet! Uiteindelijk ben je als vrijwilliger ook een mens met een leven vol ups and downs. Word je geconfronteerd met zaken die voor jou persoonlijk te heftig zijn, aarzel niet en schakel een collega in die daar op dat moment beter tegen bestand is.

Ondersteuning

Omgaan met verlies, naarmate de mensen die we begeleiden ouder worden, zullen we daar steeds meer mee te maken krijgen. Via het Johanniter Schoolplein kan bijvoorbeeld een training rond dit onderwerp aangevraagd worden. Belangrijk voor de ondersteuning in uw werk als Johanniter vrijwilliger, maar ook voor uw persoonlijk leven.

En die portemonnee...? Het is maar een portemonnee, maar toch... ➤

JOKE BOS

➤ Een jonge militair die tien jaar geleden in Afghanistan door miscommunicatie beide benen verloor door eigen vuur. Deze man gaat elk jaar op zijn verjaardag met gebak naar zijn ouders om 'het leven te vieren'. Het is hem gelukt om ondanks zijn handicap zijn leven een positieve wending te geven door te gaan sporten op hoog niveau. In een radio-interview zei hij: 'Dankzij mijn ongeluk heb ik nu zo'n mooi leven.' ➤

➤ Schrijnende voorbeelden van verschil in omgaan met verlies zijn ouders die een kind verliezen en soms niet in staat zijn de manier van ermee omgaan van de partner te begrijpen. Zij raken elkaar in de communicatie kwijt waardoor een echtscheiding vaak onafwendbaar lijkt. ➤

➤ Feestelijk einde van het lustrumjaar

Zaterdag 25 november 2017 werd het lustrumjaar van de Johanniter vakantieweken afgesloten met een feestelijke bijeenkomst in het koetshuis van Kasteel Nyenrode.

In 2017 is het 60-jarig bestaan van de Johanniter vakantieweken op verschillende manieren gevierd. Er was een gratis vakantie te winnen en in elke week kreeg iedereen een cadeautje en was er een feestelijk moment.

Uiteraard zijn deze vakantieweken alleen mogelijk geweest dankzij de vele vrijwilligers die door de jaren heen zijn mee geweest. Wij zijn hen bijzonder dankbaar! Het lustrumjaar werd daarom afgesloten

met een feestelijke bijeenkomst voor alle vrijwilligers van toen en nu.

Velen hadden aan de uitnodiging gehoor gegeven. Het feest in het koetshuis van kasteel Nyenrode zorgde dan ook voor een warm weerzien met oude bekenden. Er werd gesproken en getoast, er was live muziek en een prachtige entourage, er waren geanimeerde gesprekken en vele heerlijk hapjes. Kortom, het was een bijzonder geslaagde afsluiting van ons lustrumjaar! ➤



➤ Gedicht

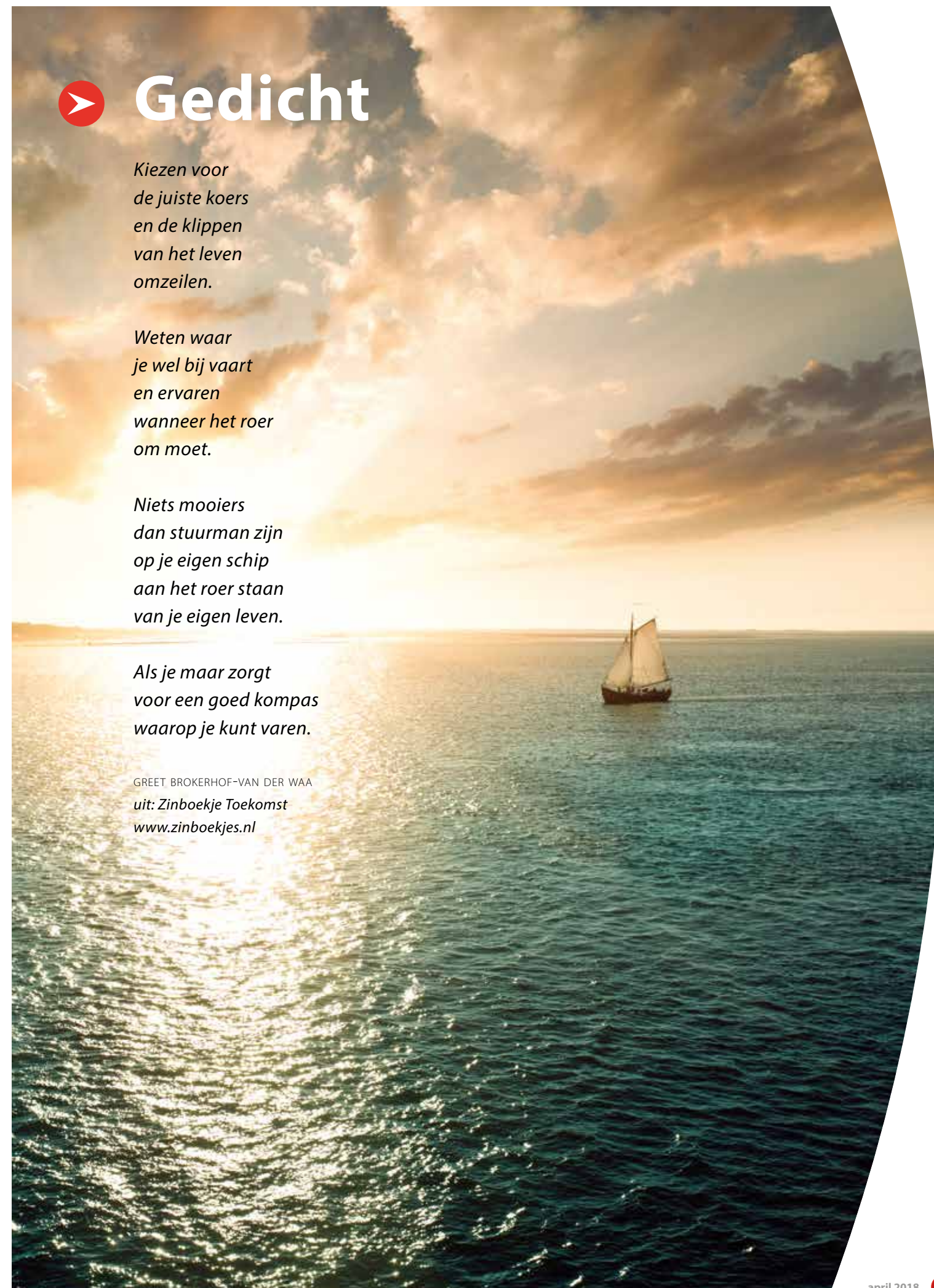
*Kiezen voor
de juiste koers
en de klippen
van het leven
omzeilen.*

*Weten waar
je wel bij vaart
en ervaren
wanneer het roer
om moet.*

*Niets mooiers
dan stuurman zijn
op je eigen schip
aan het roer staan
van je eigen leven.*

*Als je maar zorgt
voor een goed kompas
waarop je kunt varen.*

GREET BROKERHOF-VAN DER WAA
uit: *Zinboekje Toekomst*
www.zinboekjes.nl



➤ Roggebotstaete

Als je nu in het 52 ha grote landgoed Roggebotstaete rondloopt, kun je je niet voorstellen dat dit zo'n zestig jaar geleden nog de bodem van de Zuiderzee was. Mensenhanden hebben hier, niet ver van de oude Hanzestad Kampen, veel moois tot stand gebracht. Vrijwilligers spelen hier tegenwoordig een belangrijke rol.

De Rijksdienst voor de IJsselmeerpolders begon na de drooglegging een boomkwekerij in het gebied. Meer dan een miljoen bomen hebben sindsdien in Flevoland hun plaatsje gevonden, nu nog doen boompartijen in het landgoed, in kaarsrechte lijn geplant, herinneren aan de vorige bestemming.

Nieuwe bestemming

De boomkwekerij stopte, de natuur nam geleidelijk aan bezit van het gebied tot de Stichting Roggebotstaete de grond overnam met als doel planten en dieren zoveel mogelijk de ruimte te geven en het landgoed duurzaam te ontwikkelen en te exploiteren. Nu kunnen bezoekers kennismaken met de rust, ruimte en alle mogelijkheden die het landgoed biedt. Geen grote landhuizen, maar een (voormalige) zee aan ruimte voor natuurbeleving.

Veelzijdig

Ik word rondgeleid door Harry, een vrijwilliger onder andere belast met voorlichting, die hier al een aantal jaren de handen uit de mouwen steekt. Zijn enthousiasme werkt aanstekelijk wanneer hij vertelt over het voedselbos (met alle bomen en struiken die in ons land eetbare vruchten dragen), de bijenstal met z'n vijftigjarige Koningslinde waarin 's zomers een groot

bijenconcert klinkt, de schapen, roodbrandrunderen, wolvarkens en de moestuin. Roggebotstaete biedt ook mogelijkheden voor een teamdag (in de Belgische druivenkas uit 1930 of in het bos rond het kampvuur), voor lezingen, muziekevenementen, locatietheater, natuurcoaching, schoolexcursies, workshops, enzovoort.

Duurzaam

Maar bij alles is duurzaam het sleutelwoord, alles wat de natuur biedt, wordt gebruikt. En op een verantwoorde wijze: zo gaan lammetjes normaliter na drie tot zes maanden naar de slager, hier pas na twee jaar. Het vlees is dan optimaal en zo is het ook een leuker leven voor het lam. Binnenkort wordt een veld met zonnepanelen ingericht, zodat in eigen stroombehoefte wordt voorzien en wat overblijft dan inkomsten oplevert. Harry vertelt met kennis van zaken. Dat hij uit het onderwijs komt, is duidelijk te merken.

Vrijwilligers

Zo'n project staat of valt met de inzet van heel veel vrijwilligers die samen met een enkele professional meehelpen om samen met een enkele professional het landgoed te beheren en verder te ontwikkelen. Die vrijwilligers hebben stuk voor stuk een andere achtergrond; van jongeren in leer-werktrajecten, tot gepensioneerden en alle leeftijden en beroepen daartussen. Ook komt het regelmatig voor dat hier een taak-werkstraf wordt uitgevoerd. Dat is dus niet zo vrijwillig, maar tekenend voor de sfeer en het werk is wel dat deze mensen soms na hun straf als vrijwilliger terugkeren! De vrijwilligers vormen een hechte groep, iedereen kan zichzelf zijn. Ze lunchen samen, altijd met producten van het land.

Zelf ervaren

Bent u nieuwsgierig geworden? Voor meer informatie: www.roggebotstaete.nl



Het is mogelijk om een dag mee te werken om het landgoed en zijn beheerders beter te leren kennen.

Enkele vrijwilligers willen graag hun enthousiasme delen:

Gertrud – 'Al 25 jaar wandel ik hier met de hond. Twee jaar geleden werd ik aangesproken door Gerrie: 'Wil je een kopje koffie in de keet?' We raakten aan de praat en mijn belangstelling was gewekt. Geleidelijk aan ben ik er in gerold, nu doe ik op dinsdag en donderdag de catering voor de vrijwilligers. Een goede, gezellige lunch, alles uit eigen moestuin. Mensen die energie brengen mogen ook wat halen.'

Freek – 'Ik ben nu een half jaar hier. Daarvoor werkte ik bij een bedrijf waar ik vreselijk werd gepest. Zwaar depressief ging ik aan de medicijnen, drank en drugs. Wilde ik mijn uitkering niet kwijtraken, moest ik weer aan het werk. Uit mezelf ben ik hier terechtgekomen. In het begin kon ik niet aan de regelmaat wennen, nu ben ik als eerste hier, zet koffie en maak de kachel aan. Ik krijg ook steeds verantwoordelijker werk. Soms kan ik mijn bed niet uitkomen, dan bellen ze me en als ze dan zeggen dat ze me

missen, dan ga ik. Zij zijn mijn redding.'

Simon – 'Ik zocht een groenopleiding die bij me paste. Mijn moeder spoorde me aan om hier een dag mee te gaan lopen maar ik zag dat niet zo zitten. Uiteindelijk ben ik toch gegaan en het viel erg mee. Nu volg ik de opleiding Bosnatuurbeheer en loop hier stage. Ik moest wel wennen want de klusjes die ik in het begin moest doen, waren niet de leukste. Zo moest ik de wc's schoonmaken..., we hebben hier (nog) geen stromend water, maar gooien wat hennep op de grote of kleine boodschap. Dat composteert snel, maar aan het idee kan ik nog steeds niet wennen. Gelukkig krijg ik nu steeds meer klusjes in het bos.'

Renate – 'Twee hbo-studies heb ik afgebroken, leren lukte wel, stages niet. Na diverse onderzoeken bleek dat ik een vorm van autisme heb. Nu ben ik hier om werkervaring op te doen. Ik ben hier op m'n plaats en ik voel me sterker worden.'

Ooit hoop ik zelf een eigen bedrijfje te starten en in mijn eigen onderhoud te voorzien.'

Rudi – 'Ik heb een taakstraf van 80 uur in verband met BTW fraude. Ik ben agrariër en heb een BV opgericht met iemand die niet betrouwbaar bleek. Door het vervalsen van mijn handtekening is dat helemaal uit de hand gelopen. Eigenlijk ben ik dus slachtoffer, maar ik had ook beter op moeten letten. Een jarenlang juridisch gevecht wilde ik niet. Ik kom uit een efficiënt economisch gericht bedrijf, dus ik moest hier in het begin erg wennen. Als wij in dit tempo zouden werken, waren we binnen een week failliet! Na de derde keer werd het hier leuk en als mijn straf erop zit, kom ik als vrijwilliger terug.'

JOKE BOS



➤ Ga eens de grens over!

Een aantal dagen vrijwilligerswerk doen in het buitenland? Voor Johanniter vrijwilligers is dat mogelijk via de JOIN Volunteer Swap!

Naast Johanniter Nederland zijn in Europa vijftien andere nationale Johanniter organisaties actief. Deze organisaties voeren een breed scala aan activiteiten uit, maar ze hebben allemaal als doel om hulp te bieden aan mensen die dat, om welke reden dan ook, nodig hebben. Dit wordt mogelijk gemaakt door meer dan 100.000 vrijwilligers en professionals die zich inzetten voor een van deze organisaties. De Europese Johanniter organisaties hebben zich verenigd onder de koepel Johanniter International (JOIN). Binnen JOIN wordt op een aantal vlakken samengewerkt. Het hoofdkantoor van JOIN bevindt zich in Brussel.

Volunteer Swap

Een van de activiteiten van JOIN is de JOIN Volunteer Swap. Dit is een internationaal uitwisselingsprogramma voor vrijwilligers van Johanniter organisaties in Europa. Het geeft vrijwilligers de mogelijkheid om vrijwilligers uit een ander land te ontmoeten, meer te weten te komen over de zusterorganisaties en om eens ander soort vrijwilligerswerk te doen.

Hoe werkt het

Op de homepage van Johanniter International (www.johanniter.org) staat onderaan de tab 'Volunteer Swap 2018'. Als u hier op klikt, vindt u per land de projecten die meedoen aan het uitwisselingsprogramma. Bij elk project staat beschreven wat het inhoudt, of de vrijwilliger over specifieke kennis of vaardigheden moet beschikken en andere praktische informatie. Als er een project is waarvoor u belangstelling heeft, laat het ons weten. Wij helpen u graag met de aanmelding. De reiskosten worden voor de helft vergoed door het JOIN-kantoor. Bij de meeste projecten zorgt de ontvangende organisatie voor (gratis) huisvesting.

Nederland

Johanniter Nederland heeft twee projecten ingediend bij de Volunteer Swap. Buitenlandse vrijwilligers kunnen mee met een vakantieweek of een weekje meedraaien bij het Diakonaal Aandachtscentrum in Dordrecht. Als uw vrijwilligersgroep ook de mogelijkheid heeft om incidenteel een vrijwilliger uit het buitenland een kijkje in uw keuken te geven, dan horen wij dat graag! Hieronder vindt u twee voorbeelden van buitenlandse projecten van de Volunteer Swap.

Duitsland

De vrijwilliger sluit aan bij een team van vrijwilligers dat diverse soorten hulp biedt aan oudere en gehandicapte mensen in Sieburg, een stad in centraal Duitsland. Die hulp wordt bijvoorbeeld ingezet bij vervoer, bezoeken, computerles, een cursus Nordic Walking, een reparatieservice en nog veel meer. De diensten worden gratis verstrekt en zijn daardoor ook beschikbaar voor ouderen met een laag inkomen.

Letland

De vrijwilliger gaat meedraaien in een dagopvang voor mensen met een verstandelijke beperking in de stad Riga. Denk hierbij aan meehelpen met de dagelijkse werkzaamheden, een spelletje doen met de cliënten. Ook zal de vrijwilliger meegaan op een- of driedaags uitstapje naar het platteland.

Nieuwe projecten

Er kunnen gedurende het hele jaar nieuwe projecten aangemeld worden. Daarom adviseren wij u om regelmatig op de JOIN-website te kijken als u belangstelling heeft om zelf aan het uitwisselingsprogramma deel te nemen. Wellicht staat er nu niets bij wat bij u past, maar over een half jaar wel! ➤



MENSENWERK KLASSEWERK

Johanniter vrijwilligers zijn in zeer uiteenlopende instellingen actief, waardoor ook hun taken en de omgeving waarin zij werken zeer verschillende zijn. Dat is de reden waarom Johanniter Nederland geen standaard trainingsmodules aanbiedt. In plaats daarvan hebben wij sinds kort het Johanniter Schoolplein.

Afgelopen twee jaar hebben we met enige regelmaat geschreven over de Johanniter Academie. Met het ontwikkelen en uitwerken van de plannen hiervoor besloten we de naam te wijzigen in Johanniter Schoolplein, een vraaggerichte leeromgeving met een breed scala aan ondersteunende activiteiten en middelen. We hebben voor deze naam gekozen omdat het Johanniter Schoolplein een 'plek' is waar van alles gebeurt, net als op een echt schoolplein. Ontmoeten, plezier en ontspanning staan bij het Johanniter Schoolplein voorop, vooral omdat leren ook leuk moet zijn.

Vraaggericht

Met het Johanniter Schoolplein willen wij aan zoveel mogelijk ontwikkelbehoeften van onze vrijwilligers (en desgewenst de mantelzorgers van de instelling) tegemoet komen. En bij voorkeur op een manier die ontspannen en laagdrempelig is. Dus we denken verder dan informatiebijeenkomsten en trainingen. Educatief theater, workshops, educatieve filmpjes, samenwerking met derden en lokale samenwerking behoren ook tot de mogelijkheden. Hierbij werken wij vraaggericht.

Op maat ontwikkeld

Alle Johanniter groepen kunnen gebruik maken van het Johanniter Schoolplein. Vaak wordt in overleg met de vrijwilligerscoördinator, de vrijwilligersgroep en eventueel de directie van de instelling bekeken

aan welke ondersteuning een groep behoefte heeft. Vervolgens zorgt Johanniter Nederland ervoor dat er een aanbod ontwikkeld wordt dat aansluit bij de vraag van de vrijwilligersgroep, al dan niet in samenwerking met derden. Ook zorgt Johanniter Nederland voor de financiering.

Bestaand aanbod

Daarnaast kunnen vrijwilligersgroepen gebruik maken van het reeds ontwikkelde aanbod. Zo zijn er educatieve filmpjes gemaakt die naar eigen inzicht en behoefte kunnen worden ingezet en is het mogelijk dat Johanniter vrijwilligers een training volgen van de organisatie Samen Dementievriendelijk. Dit aanbod zal gaandeweg groeien, omdat er voortdurend nieuwe leermiddelen en -activiteiten ontwikkeld worden op aanvraag van Johanniter groepen.

Voor meer informatie kunt u kijken op onze website: www.johanniter.nl. Neem gerust contact met ons op als uw vrijwilligersgroep behoefte heeft aan ondersteuning, in welke vorm dan ook. Wij denken graag mee en bespreken graag met u de mogelijkheden. ➤

Er is zoveel te doen en te zien in Nederland. In deze rubriek geven wij u tips en ideeën voor uitstapjes die ook leuk zijn om samen met een oudere of (klein)kinderen te doen en die, mits anders vermeld, goed toegankelijk zijn voor rolstoelen.

➤ Haarlem

Uit archeologisch onderzoek blijkt dat de omgeving van de rivier het Spaarne, die door Haarlem loopt, al sinds 1500 v. Chr. bewoond is. Later ontstond er een Romeinse nederzetting en door de gunstige ligging ontwikkelde de stad zich in snel tempo.

Tussen Haarlem en Amsterdam is de eerste spoorlijn van Nederland gebouwd. Aan de Grote Markt bevindt zich het oudste deel van de stad met het middeleeuwse stadhuiscomplex, de Hoofdwacht, de Grote of Sint-Bavokerk en de Vishal. Hier staat ook het beeld van Laurens Janszoon Coster, de uitvinder van de boekdrukkunst. Rond de Grote Markt bevinden zich historische gebouwen als De Waag, het Hodshon Huis en de Amsterdamse Poort, de enige nog bestaande stadspoort.

Hofjes

Haarlem is met 22 hofjes een echte hofjesstad. Het oudste dateert uit 1395. De hofjes waren in al hun eenvoud een goede vorm van bejaardenzorg. Oudere weduwen of ongehuwden woonden gezamenlijk op één terrein, waar ze, in een tijd dat overheidssteun nauwelijks bestond, niet vereenzaamden. De arme bewoonsters kregen tegen een bescheiden vergoeding onder andere huisvesting, turf voor de verwarming, boter, gort en medische verzorging. De hofjes werden gesticht door vermogende lieden of vanuit een kerkelijke gemeenschap, een voorbeeld daarvan is het Luthershofje. Meer informatie en een overzicht van de hofjes is te vinden op www.hofjesinhaarlem.nl.



**Gemeente
Haarlem**

Grote of St. Bavo

De Grote of St. Bavokerk is van ver buiten de stad al te zien. Deze middeleeuwse Gotische kruiskerk is oorspronkelijk tussen 1370 en 1520 gebouwd als een katholieke kerk, gewijd aan Sint Bavo. Het is een van de grootste kerken in Nederland. De houten, met lood beklede toren is 78m hoog. In 1559 werd de kerk de kathedraal van het nieuw opgerichte bisdom Haarlem, totdat de kerk na de Reformatie een protestants bedehuis werd. Het interieur stamt voornamelijk uit de tijd van voor de beeldenstorm en is later beschilderd met familiewapens en andere illustraties. Uniek zijn het prachtige houten gewelf, het Müllerorgel, het koperen koorhek, de vele glas-in-loodramen en de 400 grafstenen op de vloer van onder andere Frans Hals en Willem Bilderdijk.

Frans Hals Museum

Het Frans Hals Museum is gevestigd in een monumentaal gebouw dat vanaf 1609 diende als tehuis voor oude mannen. Het museum toont het grootste aantal portretten van Frans Hals, waaronder de Schuttersstukken en Regentenstukken. Daarnaast bezit het museum werken van andere bekende Haarlemse kunstenaars als Goltzius, Ruisdael en Saenredam. In het museum bevinden zich ook regentenkamers, een karakteristieke eetzaal en een fraaie binnentuin. Sinds kort is De Hallen Haarlem als tweede locatie aan het Frans Hals museum toegevoegd, waarin een collectie moderne en hedendaagse kunst te bezichtigen is.

Dolhuys

Het Dolhuys is gevestigd in een oud leprozen-, pest- en dolhuis, dat dateert uit 1320. In dit historische



gebouw wordt inzicht gegeven in de boeiende levensverhalen van mensen die anders functioneren dan normaal. Ook zijn er, uniek in Europa, de oorspronkelijke dolcellen uit de zeventiende eeuw te zien. Naast de vaste collectie biedt het museum tentoonstellingen waarin wordt stilgestaan bij de waarde van afwijkend gedrag.

Teylers

Het Teylers Museum stelt al sinds 1784 voorwerpen op gebied van kunst en wetenschap ten toon. Van machines die elektriciteit opwekken (de 'grote elektriseermachine' uit de 18^e eeuw), historische boeken en munten, tot miljoenen jaren oude fossielen, maar ook wereldberoemde prenten en tekeningen van Rembrandt en Michelangelo en een collectie van Hollandse meesters. De tekeningen van Michelangelo bevatten voorstudies voor de plafondschilderingen van de Sixtijnse Kapel in het Vaticaan in Rome. In de moderne vleugel organiseert Teylers Museum tentoonstellingen en presentaties. Daarnaast heeft het Teylers Museum een eigen observatorium: Teylers Sterrenwacht.

Parken

In Haarlem bevinden zich verscheidene parken en recreatiegebieden. Hiervan is de Haarlemmerhout de bekendste. Dit is een stadsbos aan de rand van Haarlem dat al bestaat sinds het begin van onze jaar-

telling. Paviljoen Welgelegen is te vinden in dit park. Het Kenaupark, ontworpen in 1865, is het op één na bekendste park in Haarlem. De naam heeft het te danken aan Kenau Simonsdochter Hasselaer, die een grote rol speelde tijdens het Beleg van Haarlem. Aan de westkant grenst Haarlem aan de duinen. Ook hier zijn allerlei mogelijkheden om te wandelen. De Brouwerskolk is een park met waterkolk waaruit in de zeventiende eeuw zuiver water werd gehaald voor het brouwen van Haarlems bier. Via de Brouwersvaart werd het water naar de stad vervoerd.

Elswout

Iets verderop bevindt zich het landgoed Elswout, een van de oudste buitenplaatsen van Zuid-Kennemerland. Het Grote Huis van Elswout is een voor Nederland zeldzaam staaltje negentiende-eeuwse architectuur, bestaand uit meerdere stijlen. Belangrijkste inspiratiebron vormden de zestiende-eeuwse villa's buiten Rome: er is een grote gelijkenis tussen de voorgevel van de villa Farnese in Caprarola en de oostgevel van Elswout. Op Elswout zijn behalve het huis en het park vele bijzondere monumenten aanwezig, zoals een modelboerderij, dienstwoningen, blokhutten, tuinhuisjes, stallen en koetshuizen, een ijskelder en een aardappeltorren. Meest in het oog springt de orangerie met zijn grote glazen koepel. ➤

DAVID VAN LENNEP

Tiengemeten

Eiland Tiengemeten, een prachtig stuk natuur in Zuid-Holland, behorende bij de gemeente Korendijk, dankt zijn naam aan zijn vroegere afmetingen, namelijk: 10 gemet (een gemet is ongeveer 4 hectare). Een aantal Johanniter vrijwilligers is op deze bijzondere plek actief.



Tegenwoordig is Tiengemeten 7 km lang en 2 km breed. Sinds 1997 is het eiland in bezit van Natuurmonumenten en het is nu het grootste natuurontwikkelingsproject van Nederland. De boeren op Tiengemeten zijn uitgekocht, er wonen nog zo'n tien mensen permanent die genieten van de rust en de natuur. Als toerist kun je daar een graantje van meepikken, want er zijn verschillende dingen te doen op het eiland. Je kunt er wandelen en fietsen, er is een informatiecentrum van Natuurmonumenten, een pannenkoekenrestaurant, een natuurspeelplaats voor kinderen, een landbouwmuseum en een museum met werk van Rien Poortvliet. En als je aan een dag niet genoeg hebt kun je verblijven in de herberg of op de camping.

Idahoeve

Op dit eiland staat ook de Idahoeve, een beschermde woonvorm van Bavo Europoort: een

geheel gerestaureerde en omgebouwde authentieke hoeve, waarin ruimte is voor 26 patiënten. De hoeve is beschikbaar gesteld door Natuurmonumenten. Het doel van deze woonvorm is rehabilitatie van mensen met niet aangeboren hersenletsel en mensen met een chronisch psychotisch stoornis, zoals schizofrenie. Het gaat om mensen voor wie andere behandelingen en verblijfsvormen ontoereikend zijn. De behandeling hier is erop gericht dat zij kunnen terugkeren naar de maatschappij; een stap naar een meer zelfstandig leven. Het uitgangspunt daarbij is dat er gekeken wordt naar wat de mensen wél kunnen in plaats van wat zij niet kunnen. Het eiland Tiengemeten biedt daartoe een geschikte therapeutische omgeving: de cliënten wonen in een prikkelarme en overzichtelijke omgeving met een duidelijke dagstructuur. De Idahoeve is ook groot, waardoor de mensen letterlijk de ruimte hebben.

Door het samen leven en het ondernemen van activiteiten hebben bewoners de mogelijkheid om (aangeleerde) sociale vaardigheden te oefenen. De verblijfsduur is 12-24 maanden en de begeleiding is 24 uur per dag aanwezig.

Dagbesteding

Dagbesteding in de vorm van arbeid speelt een belangrijke rol in het zorgaanbod van de Idahoeve. Het geeft structuur en ritme, zelfwaardering en zingeving, het appelleert aan het gezonde functioneren, biedt mogelijkheden in het hier en nu te blijven, je kunt vaardigheden aanleren, contact maken met anderen en samenwerken. In en om de hoeve is er dan ook genoeg te doen: verzorging van dieren, koken voor bewoners en gasten, reparaties en onderhoud van de boerderij, werken op het land of in de houtwerkplaats, verkopen van zelfgemaakte producten in de boerderijwinkel. Daarnaast is er een samenwerking met Natuurmonumenten waarbij de bewoners meewerken met allerlei werkzaamheden op het eiland, zoals: landschapsonderhoud, opknappen/restaureren van historische landbouwwerktuigen en het bemensen van het bezoekerscentrum.

Vrijwilligers

Er zijn ook vrijwilligers actief op de Idahoeve. Lees het verhaal van Robert.

'Ik heb in mijn leven al heel wat vrijwilligerswerk gedaan. Hiervoor zat ik bij WNF als Business Intelligence Developer (ICT), toen dit project niet echt van de grond kwam werd ik 'Computer vrijwilliger' bij Bavo Europoort.. Juist het samenwerken met patiënten leek mij erg boeiend. Ik denk dat de meeste mensen die een psychiatrische aandoening hebben het heel zwaar hebben en het fijn vinden om iemand te hebben bij wie ze bijvoorbeeld met hun verhalen terecht kunnen.

Tiengemeten vind ik een geweldige locatie. Vaak laat ik de auto staan en ga ik met mijn High Speed Bike richting het eiland. Op de route alleen al, word ik ontdaan van de alledaagse stress en drukte. Wat een natuurschoon en rust op het eiland! Regelmatig hoor ik dat ook van patiënten dat zij de omgeving prettig vinden; hier hebben zij weinig last van prikkels. Het is een plek die afgesloten is van de buitenwereld waardoor je volledig tot rust kan komen. Een fijne omgeving, zeker in vergelijking met de zorginstellingen waar de meeste patiënten vandaan komen.

Op deze rustige plek doet juist de menselijke interactie wonderen! Ik probeer, voor zover mogelijk, de patiënten een beetje te begrijpen. Kijken met welke middelen je de bewoners kan bereiken en tegemoet kunt komen. Als je dan merkt dat het resultaat er mag zijn, dan doet dit mij goed. Het gaat bijvoorbeeld om het verhelpen van een probleem met een tablet, het zoeken naar een nieuwe fiets, een spelletje spelen waardoor de patiënt zijn of haar gedachten kan verzetten, of gewoon een luisterend oor. Het effect: tevredenheid, blijdschap en dankbaarheid. Maar ook het vertrouwen dat mensen in mij hebben is geweldig!

Een tijdje geleden heb ik een vader gesproken van een patiënt die helaas is overleden. Zijn zoon had veel over mij gepraat en was altijd erg blij dat ik hem zo geholpen had met zijn computer. Veel herinneringen kwamen toen bij mij naar boven, maar het motiveerde mij ook enorm om als vrijwilliger door te gaan!

Het mooiste van de Idahoeve vind ik de belangstelling en behulpzaamheid van bewoners voor elkaar. Bijvoorbeeld als iemand het heel zwaar heeft of ernstig ziek is. Dit is echt heel bijzonder! Elk jaar gaan wij met het personeel en alle bewoners uit eten en dat zegt natuurlijk ook al veel over de verhouding tussen de bewoners, het personeel en ons als vrijwilligers.

Persoonlijk merk ik dat dit vrijwilligerswerk mij veel doet. Je komt in aanraking met patiënten die veel hebben meegemaakt. Tijdens de vele gesprekken ga je ook meer zaken begrijpen en situaties beter aanvoelen. Je gaat dan (ongemerkt) op een bepaalde manier ook anders naar je zelf kijken. Hier zitten mensen met veel levenservaring en daar kan ik van leren. Daarnaast voel ik mij erg goed als ik een ander kan helpen of ondersteunen. Maar nog veel fijner is het dat wij voor elkaar iets kunnen betekenen. Door de week heb ik een drukke baan en dit vrijwilligerswerk biedt mij ook ontspanning. Ik kijk er elke zaterdag er naar uit om de bewoners weer te mogen ontmoeten! ➔

SACHA JANSEN



In deze rubriek zetten we meestal het verhaal van een vrijwilliger naast het verhaal van iemand voor wie deze vrijwilliger zich inzet. Deze keer doen we het anders. We spraken de familie van Ittersum-Labrie in Ommen.

➤ Familie van Ittersum-Labrie



Zowel moeder, vader als hun jongste zoon zijn regelmatig mee geweest met de vakantieweken. Erg leuk om te zien hoe het Johanniter virus hier wordt doorgegeven.

Hennie is getrouwd met Ernst en samen hebben zij de afgelopen dertig jaar zo'n vijftig keer met de vakantieweken meegewerkt. Hun kinderen weten niet beter dan dat ze dat doen. Hennie vindt het ontzettend leuk en 'kicken' om de vakantieweken tegenwoordig met haar jongste zoon mee te maken. Hennie en Ernst hebben twintig jaar lang samen een zorgpraktijk aan huis gehad. Hennie werkte daarin als fysiotherapeut op haptonomische basis en Ernst als psychiater. Door haar ervaring ziet Hennie meteen

als er iets niet klopt aan de hulpmiddelen van gasten, zoals rolstoelen en rollators. Hennie is verder dol op koken en daarom werd in het verleden regelmatig de messenset meegenomen. Er werden vaak krabkoekjes gemaakt. Het eten op de vakantieweken is echter tegenwoordig zo lekker dat ze daarmee gestopt is. Het was vroeger op meerdere gebieden meer improviseren, wat ook wel weer z'n charmes had.

Zwemmen

Tijdens de vakantieweken krijgen gasten altijd de mogelijkheid om te zwemmen. Zo is er een mevrouw die normaal gesproken nooit meer zwemt, maar daar wel dol op is. Het bleek teveel risico om haar met de tillift het water in te krijgen. Dus toen heeft Hennie met René (tilbroeder van onschatbare waarde) een andere (ouderwetse) manier gevonden, met een groot badlaken, om de mevrouw in en uit het water te krijgen. Hennie: 'Zoiets wordt ongelooflijk gewaardeerd en dat geeft een geweldig gevoel. Als je mensen in het water zich vrij ziet bewegen, is dat echt fantastisch. Maar je ziet soms mensen ook even kopje onder gaan, die verantwoordelijkheid daarvoor voel je wel.'

Commandant van de fles

Hennie haalt bijzondere herinneringen op. Er waren een keer twee mannen mee met de vakantieweken die nog samen in de Koreaanse oorlog gevochten hadden. Ze hadden samen een fles whisky meegenomen die ze aan Hennie gaven om op te passen. Hennie werd prompt gepromoveerd tot commandant van de fles. Dat was erg leuk. Een hoogtepunt van elke vakantieweek vindt ze wel het slotdiner, als vrijwilligers en gasten als koppel in vol ornaat aanwezig zijn. De gasten maken zoiets niet vaak mee, dat is echt fantastisch. Een traditie om erin te houden. Maar er zijn ook lastige momenten in zo'n week. Voor sanitaire stops tijdens een uitje moet je wel weten waar je moet zijn, zoals bijvoorbeeld de IJssalon of de Bijenkorf in Maastricht. Ook het verzorgen van de gasten is soms behoorlijk zwaar, de jaren gaan voor Hennie zeker tellen. Hennie: 'Na afloop van een week ben je dan ook ontzettend moe maar ook voldaan.'

Robert: jongste vrijwilliger

Robert studeert Maatschappelijk Werk en Dienstverlening en loopt momenteel stage bij zorginstelling JP van der Bent. Het is een zogenaamde ambulante stage, hij bezoekt mensen thuis. Hiervoor liep hij stage in de Buurtkamers, waar ouderen wekelijks koffie kunnen komen drinken. Robert is een echt mensenmens en is de afgelopen drie jaar als tilbroeder op de vakantieweken mee geweest. De

eerste keer was zo leuk dat hij besloot vaker mee te gaan. De sfeer spreekt hem erg aan, het napraten aan het eind van de dag is altijd geslaagd. Toen nu toe is hij altijd de jongste geweest, de laatste week waren er wel meerdere jongeren. Een van de weken ging hij met z'n beide ouders, dat was heel speciaal. Robert is een actieveling, wat in de vakantieweken bij uitstek gewaardeerd wordt. Ook is Robert altijd in voor een geintje. Zo is hij een keer midden in het bed van twee gasten gesprongen. Er zijn regelmatig hilarische momenten, bijvoorbeeld toen alle vrijwilligers en gasten van 'zekere leeftijd' op de schommel gingen. De schommel is altijd een groot succes.

Kampvuur

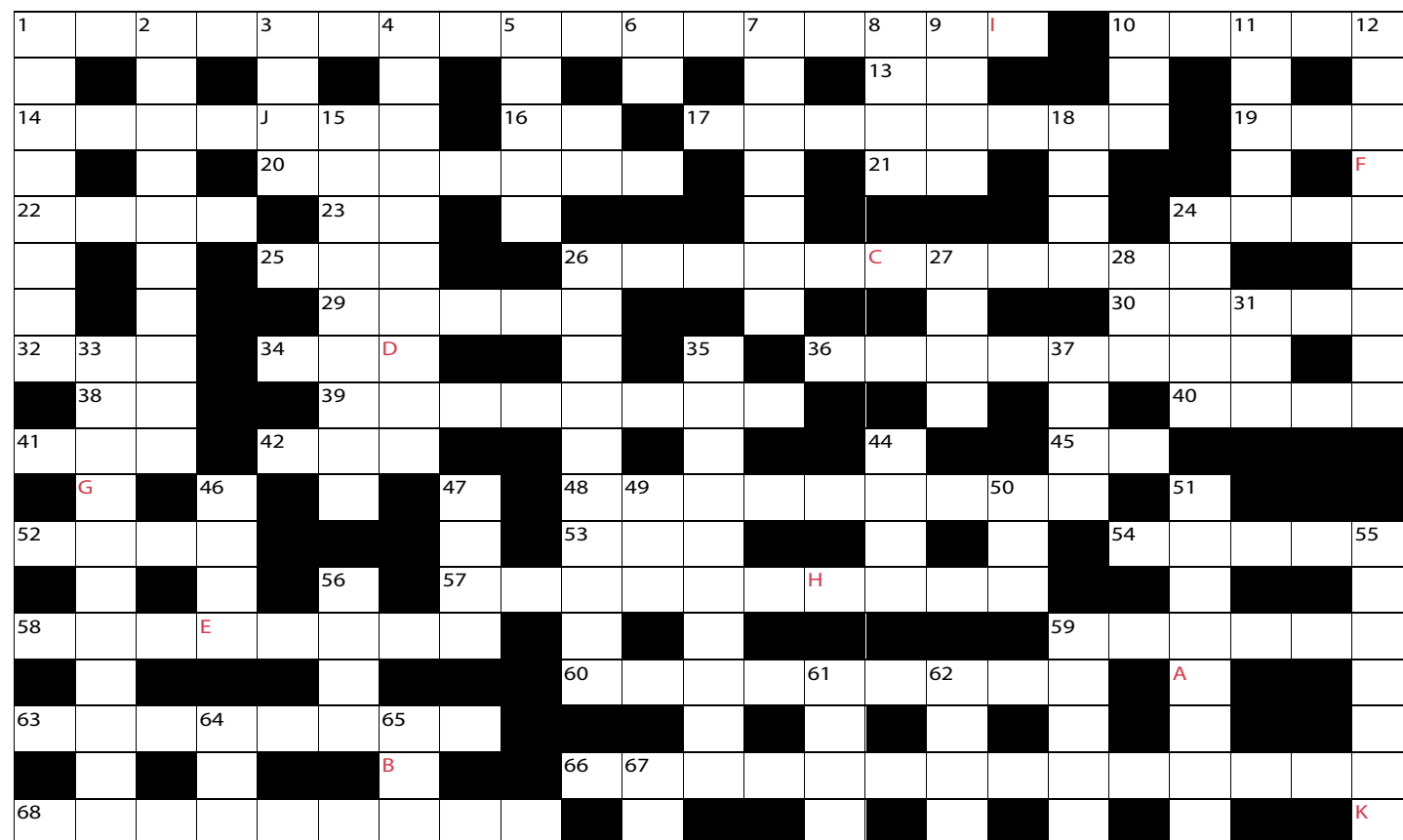
Robert vond het altijd al fijn om vuurtjes te maken en daarom besloot hij al in de eerste week hout te sprokkelen om een kampvuur voor de gasten te maken. Dit is sindsdien een zeer gewaardeerde traditie geworden in de weken waarin Robert meegaat. Op een goed moment vroeg een van de gasten, Gerrit, die overigens geweldig kan spreken: 'Hé Robert, gaan we nog een vuurtje stoken?' Antwoord van Robert: 'Gerrit, kom op, als jij bij het vuur wil zitten, moet je wel hout sprokkelen!' Dat deed Gerrit maar al te graag en vervolgens werd zijn rolstoel vol met hout geladen.



De Johanniter-bus

Robert zag zijn ouders al jaren meehelpen bij de vakantie- weken, dat was thuis de normaalste zaak van de wereld. Sterker nog, de Johanniter-bus (ofwel Jobus) heeft een paar jaar bij hen thuis gestaan toen er een plek nodig was om deze te parkeren. Robert is er met z'n moeder een keer met de Buurtkamer naar een tuincentrum geweest. Daarna heeft Robert z'n rijbewijs gehaald, maar voor hij de bus mocht besturen moest hij eerst bij Hennie nog een 'Jobus-examen' doen. Ook Robert is hier nu heel zorgvuldig in. Voordat iemand met de bus op pad gaat, moet hij niet alleen weten hoe alles werkt, maar ook ervaren hoe het is om mee te rijden in een rolstoel. Robert en Hennie zien de bus echt als 'hun dingetje' 🚗.

DAVID VAN LENNEP

**Horizontaal:**

1. de eerste zon van het jaar; 10. besef; 13. rondhout;
14. eetgelegenheid; 16. ego; 17. altijd; 19. Indian pale ale (afk.); 20. zenuwaching; 21. en anderen (afk.); 22. wetenschap- en technologiemuseum; 23. post scriptum; 24. bier (duits); 25. Wereld Natuur Fonds; 26. niet te zien; 29. atoom; 30. snelheid; 32. Europeaan; 34. jongensnaam; 36. manier om zich voort te bewegen; 38. overdreven; 39. noodzaak; 40. telwoord; 41. plezier (eng.); 42. Abstract Window Toolkit (afk.); 45. kleintje; 48. terloops; 52. pleisterkalk; 53. jongensnaam; 54. houten rustbank; 57. plechtig; 58. fris; 59. ma; 60. afstand; 63. bedeesd; 66. radiotelescoop; 68. speelgoed voor aan zee.

Verticaal:

1. vrije tijd; 2. versieringen; 3. Johanniter International (afk.); 4. plaats in Nederland; 5. bul; 6. vanwege; 7. aantekening; 8. opstap; 9. Indonesisch eiland; 10. niet droog; 11. plaats in Duitsland; 12. nabespreking; 15. hoax; 18. zuilengang; 24. vuurzee; 26. meningsverschil; 27. telwoord; 28. gegroet; 31. donorregistratiesysteem (afk.); 33. stommitieit; 35. enorm; 37. nors; 44. meisjesnaam; 46. hoofdstad van Noorwegen; 47. eventjes (populair); 49. lokspijs; 50. boom; 51. winters vervoersmiddel (oude spelling); 55. praten; 56. rijzig; 59. weidegrond in gemeenschappelijk bezit; 61. tegen; 62. vertaler; 64. meisjesnaam; 65. Europese Centrale Bank; 67. Centraal Station.

A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---

Stuur uw antwoord **voor 15 juli 2018** naar: redactie Contactblad, Lange Voorhout 48, 2514 EG Den Haag of naar: kersting@johanniter.nl. Vergeet niet uw naam en adres te vermelden. Onder de juiste inzendingen verloten we een prachtig gebonden boek over de Johanniter Orde. De winnaar van de puzzel van vorige keer is Paul Hillenaar uit Montfoort. De oplossing was: SNEEUWVLOK. <

> Uitnodiging Ridderdag

Het Kapittel van de Johanniter Orde in Nederland nodigt de Johanniter vrijwilligers van harte uit voor het ceremoniële gedeelte van de 127^e Ridderdag van de Johanniter Orde op zaterdag 23 juni 2018 in de Kapel van de Evangelische Broedergemeente aan het Zusterplein te Zeist van 10.30 – 12.00 uur. Na afloop wordt u in het nabij gelegen Slot Zeist een kopje koffie aangeboden.

Indien u aanwezig wilt zijn, kunt u dat vanaf 1 juni doorgeven via kanselarij@johanniter.nl o.v.v. Bijwonen Ridderdag. Wij verzoeken u dan uiterlijk om 10.25 uur in de Kapel aanwezig te zijn. Als u nog vragen heeft over de dag, kunt u hierover contact opnemen met Christiaan van Nispen tot Sevenaer via vannispen@johanniter.nl of 070 – 364 99 22. <

> Omapost zoekt adoptie-ouderen

Omapost wil ouderen in contact brengen met jonge mensen. Daarom zoekt Omapost opa's en oma's die weleens een kaartje kunnen gebruiken. Zij worden dan gekoppeld aan mensen die het leuk vinden om iemand af en toe een berichtje te sturen. Het werkt zo: Wie een kaartje wil sturen, kan dit digitaal regelen via www.omapost.nl met een eigen afbeelding en tekst. Via de ouderwetse post krijgt opa of oma dan het kaartje in de bus. Zo kunnen (de eigen) opa/oma, oom/tante op de hoogte blijven van je bezigheden, maar je kunt ook een onbekende een kaartje sturen. Hierdoor zijn al veel bijzondere contacten ontstaan. Aan het kaartje zijn voor de afzender kosten verbonden: € 2,50 per kaartje. <

> Het voedsel-labyrint

Word je dik van koolhydraten? Moet je die laten staan en overgaan op eiwitten en vetten? De ene dieetgoeroe zegt dit, de andere beweert het tegenovergestelde. Kunt u er nog wijs uit? In het boekje 'Het voedsellabyrint' schrijven Jaap Seidell (hoogleraar gezondheid en voeding) en Jutka Halberstadt (psycholoog-onderzoeker/journalist) 'dat je vooral te dik wordt van alles waarvan je teveel eet'. Zij proberen helderheid te scheppen in de wereld van tegenstrijdige informatie over gezond worden en blijven.

Een interessant boekje met tips, leuke anekdotes en nuttige informatie over uiteenlopende levensmiddelen. <

> Terugdenken

'Die goede oude tijd', ouderen onder ons praten er nog graag over en zijn dan geneigd die jaren door een roze bril te bekijken. 'Het leven ging niet zo snel, er was saamhorigheid, men had zorg en aandacht voor elkaar...' Als we die roze bril afzetten zien we een tijd zonder AOW, met grote gezinnen waarin meisjes al vroeg in het huishouden taken kregen, geen elektrische apparaten, karige beloning voor lange werkweken. Zestig jaar geleden was er nog geen pil en de vrouw was tot medio 1956 handelingsonbekwaam! Alleen voor de dagelijkse

boodschappen hoefde ze de man geen toestemming te vragen. Zoals 'Vrij Nederland' het in die tijd verwoordde: 'De man kan moeilijk de hele dag thuis blijven om bakker en melkboer te betalen, hij heeft wel wat beters te doen.'

Anita Terpstra beschreef op indrukwekkende wijze in 'Het huis vol' wat het betekende om in de naoorlogse jaren in een groot gezin op te groeien. <





➤ Wij zoeken acteurs!

Een van de mogelijkheden van het Johanniter Schoolplein is het laten maken van filmpjes. Zo hebben we op verzoek van de zorggroep Amaris filmpjes gemaakt die via de website van Johanniter Nederland te vinden zijn. Elke vrijwilligersgroep mag deze filmpjes gebruiken.

We gaan nu aan de slag om ook filmpjes te maken op verzoek van zorggroep DSV|Verzorgd Leven. Hier voor zoeken wij nog acteurs. Wat wij nodig hebben zijn mensen die ervaring hebben als (trainings) acteur of die om een andere reden denken hiervoor geschikt te zijn. Deze acteurs spelen de hoofdrollen in de filmpjes. Denk hierbij aan de rol van vrijwilliger, mantelzorger, bewoner van een zorginstelling. De figuranten komen van de locatie waar wij filmen.

De acteurs werken op vrijwillige basis. Om een idee te krijgen van het soort filmpjes kunt u kijken op de website van Johanniter Nederland onder de kop Johanniter Schoolplein/filmpjes.

Omdat de eerste volgende filmpjes gemaakt worden in de regio Katwijk/Lisse, zoeken wij nu vooral mensen uit deze regio. Maar ook als u elders in het land woont, nodigen wij u van harte uit om u aan te melden als acteur, want in de toekomst volgen vast nog meer filmpjes!

Aanmelden kan door een e-mail te sturen naar Katinka Kersting (kersting@johanniter.nl). Vermeld hierbij uw naam, leeftijd, woonplaats, ervaring en/of motivatie. ➤

➤ Nieuwe folder vrijwilligers

Onlangs is er een nieuwe folder gemaakt voor vrijwilligers van Johanniter Nederland. Hierin staat beschreven wat het inhoudt om Johanniter vrijwilliger te zijn, welke ondersteuning Johanniter Nederland biedt en geven wij wat achtergrond informatie over onze organisatie.

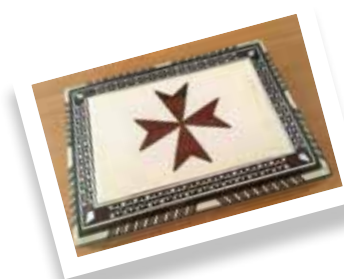


Deze folder wordt via de coördinatoren uitgedeeld aan nieuwe Johanniter vrijwilligers. Mocht u er zelf ook een willen ontvangen, dan kunt u hierom vragen bij uw vrijwilligerscoördinator of een e-mail sturen naar info@johanniter.nl. ➤

➤ Vakantiekiekjes!

Het vakantie seizoen breekt aan en dat betekent dat veel mensen op reis gaan. Wij vinden het altijd heel leuk om foto's te ontvangen van Johanniter-kruizen uit het buitenland. Dit kan zijn op een oud gebouw, op een moderne ambulance en nog veel meer. Wij zijn benieuwd!

Stuur uw foto's bij voorkeur digitaal in een zo groot mogelijk bestandsformaat naar: kersting@johanniter.nl. ➤



➤ Kom naar de vrijwilligersdag op 26 mei

Kom naar de vrijwilligersdag op 26 mei. De Johanniters hebben een bijzondere band met het koninklijk huis. Zowel Koning Willem Alexander als Prinses Beatrix zijn Erecommandeur. Prins Bernard was zeer actief betrokken bij de Orde. Als Landscommandeur was hij bij vele bijeenkomsten en vergaderingen van de Orde aanwezig. Daarom lijkt het ons leuk u de gelegenheid te bieden een kijkje te nemen op de plek waar hij vele jaren heeft gewoond, samen met zijn vrouw Koningin Juliana en hun kinderen.

Wij nodigen u dan ook van harte uit voor onze vrijwilligersdag op 26 mei 2018 op Paleis Soestdijk. Er worden exclusieve rondleidingen voor u verzorgd waarin u veel van het Paleis te zien krijgt. De originele sfeer is zoveel mogelijk behouden gebleven, wat u een bijzonder inkijkje geeft in het leven van onze Koninklijke familie. Daarnaast kunt u de prachtige tuin bekijken. Uiteraard zorgen wij voor eten en drinken tijdens deze dag. We eindigen met een heerlijke en gezellige High Tea.

Meer informatie over het programma vindt u in de uitnodiging voor de vrijwilligersdag die met dit Contactblad is mee gestuurd. Wij kijken uit naar uw komst! ➤

AGENDA 2018

maart 2018

17 maart Startdag vakantievrijwilligers

mei 2018

5 t/m 11 mei Vakantieweek in Mechelen

26 mei Vrijwilligersdag

juni 2018

2 t/m 8 juni Vakantieweek in Luntenen

23 juni Ridderdag

augustus 2018

25 t/m 31 aug Vakantieweek in Lemele

september 2018

1 t/m 7 sept Vakantieweek in Lemele

22 t/m 28 sept Vakantieweek in Luntenen

SPELDUITREIKINGEN

december 2017 – april 2018

december 2017 IJsselland Ziekenhuis (Capelle a/d

IJssel), 20 Johanniterspelden

februari 2018 Huis ter Leede (Leerdam), 1 x

Johanniterspeld, 2 25-jaarsspelden

februari 2018 Huis ter Leede (Leerdam),

4 Johanniterspelden, 1 25-jaarsspeld

17 april Sint Jansdal Ziekenhuis (Harderwijk),

20 Johanniterspelden



GREETJE FRISHERT was twintig jaar vrijwilliger bij het IJsselland Ziekenhuis in Rotterdam. Dit heeft ze nu verwisseld voor een heel persoonlijke vorm van vrijwilligerswerk: de mantelzorg voor haar moeder.

Op een moment in mijn leven dat ik niet veel om handen had, kwam mijn moeder met het idee om gastvrouw te worden in het IJsselland Ziekenhuis. Ik woonde er immers vlak in de buurt. Dat heb ik vervolgens twintig jaar gedaan. Ik ben graag bezig en ik houd van mensen. Ook gaf het voldoening dat ik op deze manier iets voor anderen kon betekenen. Tegenwoordig ben ik mantelzorger voor mijn moeder, ze wordt binnenkort honderd jaar. Toen mijn moeder nog thuis woonde, ging ik er zeker twee keer per week langs. Op woensdagmorgen zaten we meestal met alle broers en zussen rond de tafel, reuze gezellig. Vierenhalf jaar geleden is mijn moeder naar een verzorgingshuis gegaan. Sindsdien ga ik maandag, woensdag, vrijdag en zaterdag tot een uur of half een naar haar toe. De andere dagen komt mijn jongste broer. Zo zorgen we ervoor dat moeder niet alleen is. Ze is niet dement, maar ze zegt niet altijd iets terug als ik haar begroet. Door de medicatie is ze wat slaperig en ze laat eigenlijk niet blijken dat ze het fijn vindt dat ik kom. Maar dat geeft niet. Ik doe dit omdat ik van haar houd. En als ze er niet meer is, wil ik niet het gevoel hebben van: 'had ik maar ...' Het is geen opgave voor mij om zo vaak naar mijn moeder te gaan, het is een deel van mijn leven geworden. Ik ken de mensen van de receptie, neem altijd een metrokrantje voor ze mee, dat vinden ze heel fijn. Rond een uur of tien ga ik meestal met mijn moeder naar de huiskamer. Dan maak ik ook een praatje met de andere mensen die daar zitten en daar toe in staat zijn. Dat willen ze heel graag, er is weinig afleiding. Het personeel heeft de handen vol aan de mensen die helemaal niets meer kunnen. Vooral de weekenden zijn voor velen heel eenzaam, ook in ziekenhuizen trouwens. Op vrijdagmiddag gaat het personeel vrolijk de deur uit. De mensen die achterblijven hebben dan een heel weekend voor de boeg waarin weinig gebeurt. Dan duurt het lang voordat het maandag is... Er wordt wel eens een muziekprogramma of een kerkdienst georganiseerd waar mensen naartoe gebracht kunnen worden, maar op de afdeling zelf gebeurt niets. Na de ochtendboterham begint het wachten op de lunch. Ik vrees dat dit probleem niet eenvoudig op te lossen is, maar voor mij voelt het goed dat ik door de bezoeken aan mijn moeder en passant ook nog iets voor anderen kan betekenen. En op zaterdagmorgen is het beslist geen stille boel, want dan komen ook mijn zussen naar het verzorgingshuis. Met elkaar hebben wij het dan bar gezellig! ● KATINKA KERSTING

