

Contact blad

**Je staat
nooit
helemaal
alleen**



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

Joke Bos-Sinoo, Karel Greven, 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.
T 070 – 364 9920
E kersting@johanniter.nl

Fotografie

Richard Jetten, Samuel van Leeuwen, Bas Losekoot, Ronald van Weeren, diverse vrijwilligers

Vormgeving

www.makingwaves.nl

Druk

De Hoop Grafisch Centrum, Dordrecht

Johanniter Nederland

Lange Voorhout 48, 2514 EG Den Haag
T 070 – 364 9920
F 070 – 356 1137
E info@johanniter.nl
W www.johanniter.nl
Bankrekening: NL38 ABNA 0258538147

Johanniter Nederland werkt mét mensen vóór mensen.

Onze vrijwilligers zetten zich in voor diegenen die door ziekte, ouderdom, een beperking of sociaal isolement minder vanzelfsprekend kunnen meedoen in de samenleving. Wij nemen praktisch drempels weg, zorgen voor plezierige momenten en creëren een breed scala aan ontmoetingen. Hiermee verrijken wij het leven van alle betrokkenen. In onze visie moet hulp geven en hulp ontvangen vanzelfsprekend zijn.



Van de redactie

‘Wie schrijft, die blijft’. Ik moest er aan denken toen ik voor het schrijven van dit bericht van de redactie ging zitten. Schrijven is vaak, zo kunt u lezen in het artikel dat meer inzicht geeft in hoe dit blad tot stand komt, een kwestie van goed voorbereiden. Eerst de data op een rij en dan pas beginnen aan het boetseren van de zinnen. Daarom zocht ik in de Lijst van Nederlandse spreekwoorden naar de oorsprong van de uitspraak.

‘Wie schrijft, die blijft’ kent volgens deze lijst twee omschrijvingen. Eerst: Wie zijn zaken goed documenteert, loopt op termijn minder risico. En: ook nadat een schrijver is overleden, kunnen zijn werken nog gelezen worden.

Nu, die eerste betekenis dat klopt wel. Maar, schrijven schrijvers echt omdat ze een voetdruk willen achterlaten? Omdat ze niet vergeten willen worden? Dat is in elk geval niet de motivatie van de redactie van dit blad. We doen ons best om de lezer te verrijken met inspirerende verhalen van andere vrijwilligers en stof tot nadenken. Om de vrijwilligers van Johanniter Nederland met praktische tips en adviezen bij te staan. We proberen met dit blad de lezer een steuntje in de rug te geven, in een tijd waarin vrijwilligerswerk steeds intensiever wordt.

Dat is ook te lezen in het interview met Bernard Klösch. Hij is paramedisch vrijwilliger bij de Johanniter reddingdienst in Wenen. Hij beschrijft dat het soms moeilijk is, dat het heel hectisch kan zijn. En dat communicatie dan essentieel is. Benoem wat je gaat doen. Wees naar elkaar helder in de verwachtingen. Dat lezende realiseerde ik me dat dit eigenlijk voor al het vrijwilligerswerk geldt.

Bernard Klösch vertelt ook dat vrijwilligerswerk de kans geeft om nieuw vrienden te maken. En dat het heel veel voldoening geeft. Misschien is dit dan wel de betekenis van het spreekwoord. Want als het blad straks van de drukker komt, hoop ik dat we met een tevreden gevoel kunnen zeggen dat we weer een mooi blad hebben gemaakt. Dat het resultaat ons een beetje voldoening geeft.

KAREL GREVEN

Inhoudsopgave

De praktijk

‘Karel waar ben je?’, riep mijn slechtiende lief. ‘Hier’, antwoordde ik. ‘Waar is hier?’, was het antwoord. Wat ik hiervan leerde, was dat je voor een slechtiende heel precies moet zijn in je antwoorden. En dat je hulp soms op een net iets andere manier moet aanbieden. In dit artikel deel ik mijn ervaringen met omgaan met iemand die slechtiend is.

Van twee kanten

Je bent illegaal hier, om wat voor reden dan ook naar Nederland gekomen, nu heb je geen werk, geen dak boven je hoofd, geen geld, geen papieren en je voelt je alleen, heel alleen... En dan word je ziek... Kruispost in Amsterdam is er voor mensen die zich in deze situatie bevinden.

Zo werkt de redactie

Drie keer per jaar valt het *Contactblad* van Johanniter Nederland bij u op de mat. Maar hoe komt dit blad nu eigenlijk tot stand en wie zitten er achter?



En verder

4 Een kijkje in de toekomst • **8** Medaille van Sint Jan voor Delftse bruggenbouwer • **9** Internationaal • **13** Gedicht • **14** Gluren bij de burens • **18** Te doen in Groningen • **20** Ingezonden • **22** Puzzel • **21** Korte berichten, Agenda, Spelduitreikingen • **24** In contact met...

➤ Een kijkje in de toekomst

Jaarlijks organiseren we een speciale dag voor alle Johanniter vrijwilligers. Vorig jaar gebeurde dat in een historische setting: Paleis Soestdijk. Dit jaar gooiden we het over een heel andere boeg en keken naar ontwikkelingen die ons leiden naar de toekomst.

Het is 25 mei 2019. In de futuristische aula bij de Supernova zalen van de Jaarbeurs in Utrecht worden de vrijwilligers met koffie en iets lekkers ontvangen. Vervolgens start een het programma in een al net zo flitsende zaal rond het thema 'zorg van de toekomst'. Er wordt verteld over een 'slimme vloer' die registreert als iemand valt, dwaalgedrag in kaart brengt en zorgt voor verlichting zodra iemand uit bed stapt. En dit is nog maar het begin. In de toekomst, zo krijgen we te horen en te zien, zullen er nog veel meer functies aan deze vloer gekoppeld kunnen worden, waardoor de verpleeghuiszorg

beter en veiliger wordt. Uiteraard betekent dit niet dat mensen overbodig worden!

Dezelfde boodschap klinkt door in de presentatie over robotchirurgie: chirurgen blijven net zo hard nodig, maar zij kunnen steeds meer bereiken door gebruik te maken van robots. Het is fascinerend om te zien hoe een robot een velletje van een druif pelt en dit vervolgens met ragfijne steekjes weer vasthecht. En dit alles gebeurt in een fles, blijkt als het beeld uitzoomt. Vertaal dit naar een menselijk lichaam en het is duidelijk wat de winst is: de meest

ingewikkelde operaties kunnen gedaan worden zonder dat er veel gesneden hoeft te worden.

De klapper van de middag is een interactieve presentatie van zorgrobots. Ze zijn er in alle soorten en maten, met een breed scala aan functies: een sociale robot, die mensen activeert en vermaakt, een robot die het bewegen stimuleert, een robot die ondersteunt bij de dagstructuur en een rollator die ook nog meedenkt. Tijdens de presentatie komen de robots zelf ook aan het woord en in beweging, zeker wanneer dit onverwacht gebeurt, zorgt dat voor hilariteit in de zaal. De boodschap is: robots kunnen steeds meer en vormen daarmee een mooie aanvulling op de zorg.

In alle presentaties wordt duidelijk dat ook de zorg flink kan profiteren van technologische vooruitgang. Uiteraard blijft de menselijke kant essentieel. De theatergroep die het programma omlijst

verwoordt dit mooi in het refrein van het afsluitende lied:

Misschien kun je gaan geloven in een nieuw idee

Het beste van twee werelden, 't groeit samen met ons mee

Misschien kun je gaan vertrouwen op een zelf draaiend wiel

Want het zal altijd moeten draaien op een hart en op een ziel

De middag wordt afgesloten met een borrel, waarbij mensen de robots van dichtbij kunnen bekijken en met een robot op de foto kunnen. Het is een zeer geslaagde en leerzame vrijwilligersdag. 🍷

KATINKA KERSTING





➤ 'Waar is daar?'

'Karel waar ben je?', riep mijn slechtiende lief. 'Hier', antwoordde ik. 'Waar is hier?', was het antwoord. Wat ik hiervan leerde, was dat je voor een slechtiende heel precies moet zijn in je antwoorden. En dat je hulp soms op een net iets andere manier moet aanbieden. In dit artikel deel ik mijn ervaringen met omgaan met iemand die slechtiend is.

Het is niet altijd even duidelijk hoe je iemand die weinig ziet, kunt helpen. Vaak komt dat omdat het moeilijk is je een voorstelling te maken wat de ander nu eigenlijk wel en niet ziet. Mijn vrouw is aan één oog helemaal blind en ziet met het andere oog ongeveer dertien procent. Dat zei me niet zoveel. Maar toen ze uitlegde dat ik een wc-rolletje voor mijn oog moest houden, werd een heleboel duidelijk. Want als ik daardoor vooruit kijk zie ik de grond helemaal niet meer. Ik begreep toen gemakkelijker hoe ik haar voor drempels moet waarschuwen. Soms even doorvragen om achter de 'restvisus' te komen, kan dus enorm lonen.

Contact maken

Het begint al met het eerste contact. Raak niet zomaar iemand aan, maar vertel eerst wie je bent, en als dat nodig is, welke functie je hebt en wat je komt doen. Als je een hand wil geven, raak dan even die hand aan. Houd er ook rekening mee dat iemand die

weinig ziet, niet altijd merkt wanneer je de ruimte binnen komt of verlaat. Daarom is het fijn als je je komst en vertrek aankondigt. Het kan anders zomaar voorkomen dat de persoon niet door heeft dat je al weg bent en gewoon blijft doorpraten.

Hulp aanbieden

Als je denkt dat iemand geholpen moet worden, dan kun je dat het beste eerst vragen. Iemand zomaar bij de arm vastpakken en naar de overkant van de straat meevoeren terwijl diegene niet verplaatst wil worden, kan vermeden worden door te vragen: 'Kan ik u misschien helpen met oversteken?' De slechtiende kan dan zelf aangeven of die hulp gewenst is.

Begeleiden

Ik wandel veel met mijn vrouw. Zij vindt het prettig om mij een arm te geven en als ik een beetje voor haar loop. Dat geeft haar een veilig gevoel. Het komt ook voor dat iemand liever zijn hand op je schouder

*Als je denkt dat iemand geholpen moet worden,
dan kun je dat het beste eerst vragen.*

legt. Dat is net iets minder intiem. Ik heb ook geleerd dat we samen altijd wat langzamer, wat voorzichtiger, lopen dan normaal. Als ik ga racen wordt ze onzeker. En wat veel slechtienden ook heel vervelend vinden, is wanneer je ze zelf bij de arm neemt en als het ware meetrekt of voortduwt. Ook dat geeft een onveilig gevoel. En aan de stof van een jas meevoeren voelt helemaal niet fijn. Nee, bied een arm of schouder aan, dat vindt iedereen het plezierigst.

Beschrijven

Ik beschrijf de obstakels die we tegen komen. Zo concreet mogelijk. Met een duidelijk referentiepunt: 'Let op, nu komt een afstapje.' 'Voor je is een trap met vijf treden' (ik heb heel snel treden leren tellen). 'De leuning is aan de rechterkant.' Vaak leg ik haar hand even op de leuning. Maar ik heb ook geleerd dat je voordat je dit doet, dat altijd even moet vragen. Bij het instappen van de auto, houd ik mijn hand boven haar hoofd tegen de dakrand, zodat ze haar hoofd niet stoot. Maar ik houd hem niet 'op' haar hoofd want dat is kleinerend.

Uit eten

In het restaurant lees ik niet de hele kaart voor. Dat is teveel om in één keer te begrijpen. Ik begin altijd met de vraag 'waar heb je zin in?' en dan noem ik de hoofdgroepen die op de kaart staan. Dat geeft een overzicht van de mogelijkheden. En daarna ga ik pas verder.

Klokmethode

Ik vertel ook waar aan tafel het glas staat. Meestal geef ik het direct even aan. Aan tafel werkt de methode van de klok goed. Ik maak dan van de tafel een klok. Recht voor haar is 12 uur. En helemaal rechts 3 uur en helemaal links 9 uur. 'Je glas staat op 2 uur.' Dat trucje werkt ook heel goed voor het bord. 'De groente ligt op 10 uur en de spaghetti op 4 uur.' Waarbij dat laatste trouwens niet zo'n makkelijk gerecht is.

Vaste plek

In ons huis heeft alles zijn vaste plaats. Alleen op die manier kan zij dingen terugvinden. Daarom moet ik er op letten spullen niet op een andere plaats op te ruimen. Laat nooit kamerdeuren, kastdeuren, lades

en portieren (half)open staan. Een visueel beperkte weet binnenshuis vaak exact een deur te vinden, maar wanneer deze half open staat, is de kans groot dat hij of zij hier tegenaan loopt. Laat om die reden ook geen tas of jas op de grond slingeren.

Grappjes mogen!

Als ik iets wil laten zien, leg ik het vaak even in de hand en ik reageer met woorden en niet met het schudden van mijn hoofd of een glimlach. Dat ziet ze niet. Overigens hebben wij het heel vaak over 'zien' en 'kijken'. Als we iets later beslissen zeggen we gewoon: 'Dat zien we volgende week wel even'. En ook maken we vaak een grap over haar zicht. Zij is mijn blinde mol en ik ben haar blindengeleidemens. Zolang het vanuit liefde en zorg gebeurt, kan en mag er heel veel. ❖

KAREL GREVEN



Handige tips

Deze sites geven handige tips voor uitstapjes met visueel beperkte mensen:

- www.museum4all.eu
- www.komtdatzien.nl ❖

➤ Medaille van Sint Jan voor Delftse bruggenbouwer

Op zaterdag 22 juni werd Peter Beuman, coördinator van de Johanniter groep in Delft, onder valse voorwendselen thuis opgehaald en meegenomen naar de Ridderdag in Utrecht. Daar werd hij onderscheiden met de medaille van St Jan, de hoogste Johanniter onderscheiding voor vrijwilligers.

Peter's vrouw Carla was bij het complot betrokken en ging mee naar Utrecht, maar voor Peter zelf was het een complete verrassing toen hij in de Nicolaïkerk naar voren werd geroepen. De voorzitter van de Johanniter Orde vertelde waarom Peter deze bijzondere onderscheiding verdient, waarna de medaille werd opgespeld. Peter was zo overonderd dat hij, terug op zijn plek zei: 'Ik ben helemaal zenuwachtig, wat heb ik nu eigenlijk gekregen?'

Wat hij had gekregen is snel uit te leggen, maar voor het waarom zijn meer woorden nodig. Na vrijwilligerswerk voor school en kerk, werd Peter in 2003 coördinator van de Johannitergroep Delft, een vrijwilligersgroep die zich richt op diaconale thuiszorg. Ze wandelen met mensen, doen boodschappen, bezoeken mensen die eenzaam zijn, begeleiden ze naar het ziekenhuis, verzorgen vervoer en verrichten allerlei hand- en spandiensten in huis en tuin. Alle hulpvragen komen binnen bij Peter. Zijn drijfveer is dat hij gelooft dat ons maatschappelijk systeem niet kan functioneren zonder vrijwilligers.

Naast zijn rol als coördinator van de vrijwilligersgroep in Delft, is Peter op vele andere manieren actief, ook voor Johanniter Nederland. In zijn hoedanigheid als koster van de Hofkerk in Delft regelde hij dat Johanniter Nederland de kerk kon gebruiken voor een



concert voor vrijwilligers. Hij plantte bollen in de vorm van het Johanniter kruis in het plantsoentje voor de kerk om zo de naamsbekendheid te vergroten. Ook probeert Peter voortdurend mensen aan elkaar te verbinden, wederzijds vertrouwen en herkenning te bewerkstelligen om zo bruggen te slaan tussen verschillende groepen.

Bijvoorbeeld door een bijeenkomst te organiseren over vrijwilligerswerk bij moslims en door broodmaaltijden te organiseren voor kwetsbare mensen in de samenleving, waarbij het vooral gaat om ontmoeting.

In 2019 speelt Peter een belangrijke rol in de nieuwe gratis vakantie die Johanniter Nederland organiseert voor kinderen in een achterstandsituatie. Hij heeft de gezinnen hiervoor benaderd en de ouders ervan overtuigd om hun jonge kind mee te laten gaan. Hij is tevens een van de acht begeleidende vrijwilligers die meegaan tijdens dit Johanniter weekend.

Kortom, wij vinden dat Peter deze onderscheiding heeft verdiend, maar dat hijzelf nog steeds een beetje beduusd is, blijkt uit het bericht dat hij ons stuurde: 'Ik ben nog steeds blij verrast met de aandacht, begrip en waardering voor ons werk in Delft. Het is moeilijk de juiste woorden te vinden, maar dit betekent heel veel voor mij. Ik weet niet of ik opnieuw zestien jaren kan invullen, maar we gaan ons best er voor doen.' 🍷

➤ Nederland in JOIN-bestuur

Lidwien van der Reep, directeur van Johanniter Nederland, is op 12 mei benoemd tot bestuurslid van Johanniter International. Hoe dit in zijn werk ging en wat dit betekent vertelt zij hieronder.

Lidwien: 'Johanniter International (JOIN) is een koepelorganisatie van twintig Europese Johanniter organisaties die op diverse terreinen samenwerken. Eens per jaar is er een algemene ledenvergadering, waar ik Johanniter Nederland vertegenwoordig. Dit keer was de bijeenkomst van 10 tot 12 mei in Zürich.

Na een informele maaltijd op vrijdagavond, werd er op zaterdag en zondag van 9.00 tot 17.00 uur vergaderd. Best een lange zit, maar er was ook veel te vertellen; een update van elke land en van de diverse JOIN werkgroepen. Ook werd uitgebreid gesproken over nieuwe vormen en terreinen voor samenwerking. Het is inspirerend om dit allemaal te horen.

Ook heel leuk was de presentatie over de Volunteer Swap, het Europese uitwisselingsprogramma voor Johanniter vrijwilligers. In 2018 waren er 89 vrijwilligers die bij een Johanniter organisatie in een ander land een korte periode meedraiden. Nederlandse Johanniter vrijwilligers zijn ook van harte welkom om hieraan mee te doen! De helft van de reiskosten wordt vergoed en vaak zorgt de ontvangende organisatie voor gratis onderdak. Dus neem vooral een kijkje op de website van de Volunteer Swap!

Op zaterdagmiddag kwamen de medewerkers van het JOIN kantoor in Brussel en een JOIN bestuurslid even een praatje met me maken. Totaal onverwacht vroegen ze of ik een bestuurslid dat zou aftreden, wilde opvolgen. Heel eervol natuurlijk, maar ik wist even niet wat ik moest zeggen, want dit had ik niet zien aankomen. Uiteindelijk zei ik dat ik pas kon antwoorden als ik eerst met mijn eigen bestuur in Nederland had gepraat, want zij moeten toestemming geven voor nevenfuncties. Bleek dat dit al twee weken eerder was afgetikt, maar dat had iedereen de hele tijd geheim gehouden. Toen ze ook nog aangaven dat ze heel graag een vrouw



in het bestuur wilden, kon ik natuurlijk geen nee meer zeggen. Op zondagmiddag werd ik tijdens de vergadering officieel ingestemd.

En wat betekent dit nu? Vanuit mijn achtergrond bij Oxfam Novib ben ik altijd een beetje huiverig voor internationale samenwerking, omdat het soms een doel op zich leek, en daar geloof ik niet in. Bij JOIN is het anders, je ontmoet elkaar en daarbij onderzoek je de mogelijkheden tot samenwerking, uitruil, versterking en dit heeft al veel moois opgeleverd. Wij hebben bijvoorbeeld veel geleerd over social media van onze Engelse en Duitse collega's. Kortom, er wordt iets gedaan, niet alleen gepraat en veel overleg gaat digitaal zodat het niet veel geld of tijd kost. Zoiets geeft me energie, ik denk graag vanuit kansen, hier wil ik aan bijdragen. Mijn rol als bestuurslid is onder andere verbinden, motiveren en enthousiasmeren. Een bijkomend voordeel is dat ik zo mijn talen weer eens kan oefenen, ha, ha. Ik heb er zin in! 🍷

KATINKA KERSTING

Het nieuwe JOIN-bestuur. Van links naar rechts: JOIN voorzitter Johannes Bucher, Mark Broughton, Hubertus von Puttkamer, JOIN Vice-Voorzitter Christian Velten-Jameson, Lidwien van der Reep.

➤ De vraag achter een vraag

Je bent illegaal hier, om wat voor reden dan ook naar Nederland gekomen, nu heb je geen werk, geen dak boven je hoofd, geen geld, geen papieren en je voelt je alleen, heel alleen... En dan word je ziek... Kruispost in Amsterdam is er voor mensen die zich in deze situatie bevinden.

Kruispost is een instelling die sinds 1983 medische, tandheelkundige, maatschappelijke en juridische hulp biedt aan onverzekerden, daklozen en uitgeprocedeerde asielzoekers. Het is een initiatief van de Johanniter Orde en Stichting Oudezijds 100, een communautaire woongemeenschap, waarvan de bewoners in leven en werken het evangelie van Jezus Christus zichtbaar proberen te maken in de binnenstad van Amsterdam. 'Wij krijgen te maken met mensen in een uitzichtloze situatie', zegt Sarineke Klok, medisch coördinator van Kruispost. 'Gelukkig geldt dit niet voor allemaal. In 2018 hielpen wij zo'n 3.500 cliënten in bijna 10.000 consulten en dat aantal groeit nog steeds. Daarmee bereiken we lang niet alle gevallen, een deel van de onverzekerden vindt gelukkig ook zorg bij een gewone huisarts.'

De een helpt de ander

Kruispost is gevestigd op Oudezijds Voorburgwal 129 in Amsterdam in het souterrain van een oud grachtenpand. Bij binnenkomst een wachtkamer en receptie met op de deur de mededeling 'Er worden geen slaap-, kalmerings- of morfinepreparaten verstrekt' (dit om te voorkomen dat er op straat mee gehandeld gaat worden). Er zijn spreek- en behandelkamers en voor het personeel een gemeenschappelijke ruimte, tevens keuken, tevens werkplek. Allemaal sober ingericht. Hier werken receptionisten, artsen, tandartsen, maatschappelijk werkers en een advocaat, op vrijwillige basis. Een aantal van hen is gepensioneerd, anderen doen dit naast hun werk. Twee vijfdejaars studenten tandheelkunde vervullen hier hun stageopdracht. Twee coördinatoren en de schoonmaker zijn in loondienst en de maatschappelijk werkers zijn gedetacheerd

via Oudezijds 100. Een Somalische basisarts werkte hier onder supervisie, deed zo ervaring op en leerde het Nederlandse systeem en de taal, nodig voor de BIG (Beroepen in de Individuele Gezondheidszorg) registratie. Zo helpt de ene mens de ander!

Geen 'nee'

Sarineke: 'Iedere ochtend en middag worden spreekuren gehouden en die zitten helemaal vol. We verkopen geen 'nee'. Als iemand niet tot de doelgroep behoort, vertellen we na het eerste consult waar hij/zij wel terecht kan. Voor een consult met eventuele medicatie vragen we vijf euro, maar kun je niet betalen, dan word je ook geholpen. Wanneer we moeten doorverwijzen is er een speciale bekostigingsregeling voor ongedocumenteerden, waar ziekenhuizen en apothekers gebruik van kunnen maken. Europeanen zonder adres en verzekering zijn lastig door te verwijzen. Die helpen we zoveel mogelijk hier. Dan kijkt maatschappelijk werk naar mogelijkheden voor een adres, verzekering of eventuele terugkeer naar land van herkomst. Is er acuut gevaar, dan mogen ziekenhuizen niet weigeren.'

Verschillende achtergronden

'De meeste mensen die wij helpen komen uit Brazilië, de Filipijnen, Afrika, Suriname, Nederland, Indonesië en India', vertelt Sarineke. 'We zien verschillende soorten migranten, Brazilianen en Filipijnen die heel doelgericht hier een paar jaar hard komen werken en migranten die hopen hier een bestaan op te kunnen bouwen. Die laatste groep, uit onder andere Nigeria, Egypte en Ghana, probeert asiel aan te vragen, en als ze uitgeprocedeed zijn, willen of kunnen ze vaak niet terug. Zij blijven hier dan illegaal, soms decennia lang.'



Alie Kan en Sarineke Klok

Via familieleden, medewerkers en artsen lukt het wel om met de mensen te praten, soms moeten we een beroep doen op de Amsterdamse tolkentelefoon, daar krijgen we sinds vorig jaar wat subsidie voor. Onze inkomsten komen verder van donaties, legaten en giften en sinds een paar jaar van de overheid via de Regeling Ongedocumenteerden. Die regeling vergoedt tachtig procent van de kosten voor consult en medicijnen.'

Het werk

Sarineke: 'Ik ben opgeleid tot tropenarts en wilde graag in de tropen aan het werk. Door privéomstandigheden werd dat lastig en ging ik op zoek naar een baan waarin ik mijn idealisme kwijt kon. Deze vacature sprak me aan, ik wist niet dat er in dit land zoveel mensen zijn die drempels ervaren in de zorg. Medisch is er hier veel werk, het is frustrerend dat je bij psychische problemen en in een uitzichtloze situatie soms zo weinig kunt doen. Ik wil graag mensen redden, maar heb leren accepteren dat het soms niet kan. Geregeld houden we onderling een moment voor intervisie, dat helpt ons om dit werk te kunnen doen, want de ellende die we hier tegenkomen, moeten we niet met ons mee blijven zeulen. Maar mooi is weer dat we nu een jaar lang een gratis screening aan kunnen bieden op hiv en hepatitis. Als

blijkt dat dit veel voorkomt, zullen we daar wel iets mee moeten gaan doen...'

We zijn allemaal mens

Sarineke vertelt vanuit welke gedachte gewerkt wordt: 'Wie je bent en wat je omstandigheden zijn verschilt, maar we zijn allemaal mens en zo willen we ook gezien worden. Dat is ons hoofdmotief. We willen respect betonen aan ieder individu, via een holistische benadering proberen we om de hulpvraag te beantwoorden. Vaak is dat niet alleen een medische hulpvraag, wij prijzen ons gelukkig dat we met maatschappelijk werk op zoek kunnen gaan naar de vraag achter een vraag, want maatschappelijk werk is de belangrijkste pijler waar ons werk op steunt. Zij hebben contact met diverse organisaties, zoals opvanghuizen, Oudezijds 100 en zij zijn zeer bedreven in het vinden van (tijdelijke) oplossingen.'

Maatschappelijk werk

Eén van die maatschappelijk werkers is Alie Kan, sinds november 2016 werkzaam bij Kruispost. Alie: 'Dit is een heel bijzondere plek om te werken, we zien hier de meest kwetsbare groep uit de samenleving, mensen die door omstandigheden alles verloren en nu gekweld worden door trauma's en een diversiteit aan problemen.'



Griffin Sweet en Andjila Alozai (studenten tandheelkunde)



De problematiek is groot, maar in kleine dingen kan ik iets voor hen betekenen, een luisterend oor bieden, hen serieus nemen en het gevoel geven dat ze er toe doen. Dat stukje waardigheid geeft hen hoop en motivatie om in zichzelf te geloven en in het leven. Ik probeer me in hen te verplaatsen: hoe zou ik eraan toe zijn als niemand mij gelooft, als ik geen hoop meer heb, van alles geprobeerd maar niets gelukt, wanhopig, niet meer weet wat ik met mijn leven wil? Het is frustrerend dat ik niet altijd een oplossing kan aanreiken, als het over papieren en opvang gaat ben ik afhankelijk van andere organisaties die maar zo weinig mogelijkheden bieden.

Perspectief bieden

Alie: 'Ondanks alles doe ik dit werk graag, ik krijg zoveel dankbaarheid van mijn cliënten terug voor dat beetje hulp en die steun die ik hen geef. Ik zie vaak boosheid en frustratie als de mensen hier binnenkomen, moet hen dan eerst van mijn eerlijke bedoelingen overtuigen. Dat begrijp ik, want zij zitten in een negatieve spiraal. Maar als we dan met elkaar praten en het lukt me om tot hen door te dringen en hen wat uitzicht te bieden, gaan ze vaak met een lach naar buiten. En daar bewonder ik hen om, dat ze toch weer verder kunnen met het (vaak geringe) perspectief dat ik hen bied. Dan moeten ze weer rondhangen, geen werk, zelfs geen vrijwilligerswerk waarmee ze werkervaring kunnen opdoen die ze elders weer van pas kan komen. Daar

word je toch moedeloos van! Ik hoop dat er ooit nog eens een moment komt dat mensen hier ook zonder papieren actief kunnen zijn. Daarvan alleen al zou zo'n positieve, helende werking uitgaan. En als het me lukt die vraag achter de medische hulpvraag boven tafel te krijgen, dan kunnen de cliënt en ik samen werken aan verbetering van een uitzichtloze situatie...' ➡

JOKE BOS

Meer informatie vindt u op www.kruispost.nl en www.oudezijds100.nl



Vrijwilligers gezocht

Kruispost zoekt vrijwillige receptionisten, huisartsen of artsen met een breed specialisme zoals interne, spoedeisende hulp of verpleeghuis. Geïnteresseerd? Neem dan contact op met Sarineke Klok, sarineke.klok@oudezijds100.nl ➡



De stilte

Herken je dat?

Dat het stilvalt, een gesprek.

*En dan de onbedwingbare behoefte
om de stilte te vullen
met praten.*

Te veel praten.

Te lang praten.

Te onzinnig praten.

Praten om te praten.

Om de stilte niet te horen.

*Maar praten is nooit het juiste
antwoord op de stilte.*

*De betekenis van de stilte ligt
opgesloten in zichzelf.*

*Om dat te horen, hoef je alleen maar
te luisteren
in alle stilte.*

MARCEL VAN DOMMELEN
UIT DE BUNDEL *LEVENS LIED II*

➤ Artis: door vrijwilligers, voor vrijwilligers

‘Dikkertje Dap klom op de trap, ’s morgens vroeg om kwart over zeven. Om de giraffe een klontje te geven.’ Wie is er niet mee opgegroeid? Artis en Annie M.G. Schmidt. En we weten ook allemaal hoe het vers afloopt. Dikkertje Dap klimt in alle vroegte op de nek van de giraffe en glijdt ‘roetsjj... met een vaart, tot aan ‘t kwastje van de staart. Boem! Au!!’ En zo komen de publieksvrijwilligers van Artis in beeld. Want in dit vers komen zeker twee situaties voor die Artis liever niet heeft: het voeren van de dieren en gevaarlijk gedrag.



Artis is de oudste dierentuin in Nederland, gevestigd in het historische centrum van Amsterdam. Ieder jaar wandelen ruim 1,4 miljoen bezoekers onder de bomen en bewonderen de dieren en planten. Ze ontmoeten er de kleinste bacteriën in Micropia en maken een reis door de sterren in het Planetarium. Zittend in het gras genieten ze van de bloemen en beleven ze de natuur midden in de stad. Dat kan alleen maar dankzij de inzet van ruim driehonderd vrijwilligers. Ze begeleiden de bezoekers en zorgen ervoor dat de bezoekers kunnen genieten van het park.

Publieksvrijwilligers

Artis kent twee soorten vrijwilligers: publieksvrijwilligers en rondleiders. De publieksvrijwilligers zijn te



vergelijken met suppoosten in een museum. Omdat Artis de afstand tussen natuur en bezoekers zo klein mogelijk wil maken, komen er steeds meer verblijven waar de bezoekers tussen de planten en de dieren lopen. Op het Lemureneiland bijvoorbeeld, leven de rode vari's, halfapen uit Madagaskar. De verleiding is voor bezoekers heel groot om deze dieren aan te halen of te voeren. Om dat te voorkomen staan er altijd publieksvrijwilligers op het eiland. Maar hun belangrijkste rol is om bezoekers meer informatie te geven over deze bijzondere dieren. Daarom krijgen deze vrijwilligers een gedegen opleiding. Daarin komen de verschillende dieren, de geschiedenis van Artis en de planten en bomen aan bod. In die opleiding wordt ook aandacht besteed aan de communicatie met de bezoekers. Hoe ga je om met vragen of hoe bespreek je ongewenst gedrag. In het park mag sinds 1 april niet meer gerookt worden. Het is soms best lastig om bezoekers hierop aan te spreken. In de opleiding wordt hier speciaal op getraind om een conflict te vermijden.

Rondleiders

De rondleiders krijgen een veel langere opleiding en moeten ook een echt examen doen. Omdat de rondleiders bezoekers door de hele dierentuin leiden, moeten ze alles weten van elk hoekje en gaatje in het park. Ze hebben een hele berg aan verhalen in hun bagage en kunnen de rondleiding aanpassen, afhankelijk van het seizoen en de samenstelling van de groep. Zo is het steeds maatwerk. En dat is weer fijn voor de bezoekers, want die kunnen op die manier heel veel verschillende rondleidingen met steeds nieuwe verhalen meemaken.

Olifantenpoep

Je moet als rondleider niet bang zijn om vieze handen te krijgen, want je bent ook actief bij allerlei workshops die georganiseerd worden. Zo organiseerde Artis bijvoorbeeld workshop 'bokashi maken'. Meer



dan de helft van wat een olifant eet, wordt grotendeels onverteerd uitgepoept. Het is daarom een zeer energierijke meststof en zonde om zomaar weg te gooien. Artis wil deze grote hoeveelheid olifantenpoep graag omzetten in een soort supercompost om te gebruiken in haar vele plantenborders. Dat doen ze op een manier die het best te vergelijken is met het maken van zuurkool: door allerlei bacteriën, waaronder melkzuurbacteriën, in de mest te stoppen. Deze microben verwerken samen de olifantenpoep tot 'bokashi', een Japanse term voor gefermenteerd organisch materiaal. Bezoekers mogen dat – onder leiding van een vrijwilliger – ook zelf doen. En een emmertje met lekkere gemengde poep en bacteriën - bokashi in wording – mee naar huis nemen. Leerzaam en leuk om te doen.

Voor vrijwilligers

Artis wil haar bezoekers stimuleren zorgzaam met de natuur om te gaan. Zelf wil Artis heel zorgvuldig met mensen omgaan. Ze biedt daarom aan mensen met een afstand tot de arbeidsmarkt de ruimte om als vrijwilliger weer in een werkcritme te komen. In overleg met de Dienst Werk en Inkomen van de Gemeente Amsterdam kunnen mensen die niet zo eenvoudig een arbeidsplaats vinden, zich op Artis in een veilige omgeving voorbereiden op betaald werk. Ze doen dat meestal in een rol als publieksvrijwilliger en ze worden daarin begeleid door andere vrijwilligers. Dat vraagt wel het nodige van de vrijwilligers. Want ze krijgen naast hun rol naar het publiek ook een zorgrol voor collega vrijwilligers. Zoals zo vaak, zijn het de resultaten die de energie geven voor deze dubbelfunctie. Mensen met een ingrijpend verleden hervinden ritme, eigenwaarde en stabiliteit. Een van hen zei: 'Elke dag is een strijd, maar omdat ik Artis gevonden heb, omdat ik langs de flamingo's en de giraffen kan lopen, blijf ik doorgaan.' ➤

KAREL GREVEN

➤ Zo werkt de redactie

Drie keer per jaar valt het Contactblad van Johanniter Nederland bij u op de mat. Maar hoe komt dit blad nu eigenlijk tot stand en wie zitten er achter?

Het *Contactblad* richt zich in eerste instantie op de vrijwilligers die aangesloten zijn bij Johanniter Nederland en daarnaast op leden van de Johanniter Orde en andere belangstellenden. Het doel van het blad is: inspireren, informeren, motiveren, waarderen en verbinden. Omdat te bereiken bestaat de helft van het blad uit vaste rubrieken, waarbij de verschillende aspecten van het vrijwilligerswerk aan bod komen. De inhoud van de resterende 'vrije' pagina's wordt tijdens de redactievergadering vastgesteld. Vaak volgens een licht thematische leidraad, zoals het seizoen waarin het blad uitkomt

De redactie

De redactie van het *Contactblad* bestaat uit de hoofdredacteur die tevens eindredacteur is en voorzitter van de redactie (Katinka Kersting) en vier vrijwilligers van Johanniter Nederland en de Johanniter Orde: Karel Greven, David van Lennep, Joke Bos en ik zelf, Sacha Jansen. De hoofdredacteur is eindverantwoordelijk voor inhoud en vormgeving van het tijdschrift. Zij toetst of de kopij overeenstemt met de bladformule en uitgangspunten van het tijdschrift en controleert of het aangeleverde tekst- en beeldmateriaal geen elementen bevatten die de organisatie of de belangen van vrijwilligers kunnen schaden. Ook doet zij de eindredactie van de aangeleverde kopij, maakt eventuele redactionele aanpassingen, kort in als een tekst te lang is of schuift een artikel door naar een volgend nummer. Verder bewaakt ze de planning en is ze eindverantwoordelijk voor het productieproces. Hieronder vallen de contacten met het ontwerp bureau (Making Waves in Den Haag) en met de drukker (De Hoop in Dordrecht, waarover Joke een artikel heeft geschreven in *Contactblad* 157). De taak van de redactieleden is vrij eenvoudig: het aanleveren van artikelen! Hoewel, eenvoudig...

De redactievergadering

Drie keer per jaar komen we bij elkaar, meestal in Den Haag op het Lange Voorhout, waar de Johanniter Orde en Johanniter Nederland gevestigd zijn. Vijf verschillende mensen, vijf verschillende achtergronden, vijf verschillende leeftijden waardoor de inbreng tijdens de vergadering ook gevarieerd is en elkaar mooi aanvult. We beginnen altijd met het doornemen van het laatst verschenen blad. We staan stil bij elk artikel en de auteur vertelt er iets over, bijvoorbeeld over hoe het artikel tot stand is gekomen en wat er bijzonder aan was. De andere redactieleden geven hun feedback op het artikel. Daarna gaan we per rubriek het komende nummer bespreken: wat wordt het onderwerp en wie gaat het schrijven? Ook bedenken we onderwerpen voor de vrije pagina's. En we hebben altijd ideeën genoeg! Onze redactievergaderingen zijn altijd zeer inspirerend. We beginnen met een leeg blad en al pratend, ideeën uitwisselend, komen we met elkaar tot een mooie invulling van het nieuwe nummer.

Aan het werk

Hoewel er dus enige structuur is omdat we moeten vasthouden aan de format van het blad heeft ieder een eigen schrijfwijze en manier van aanpak. Joke: 'Over mijn onderwerp ga ik eerst informatie verzamelen, aan de hand daarvan formuleer ik een aantal vragen die ik achter de hand houd als in het interview het gesprek even stilvalt. Telkens weer ontmoet het me hoe al die vrijwilligers consciëntieus en met enthousiasme hun (vaak zware en verantwoordelijke) taak doen om het leven van hun medemens wat mooier te maken! Teleurstellend vind ik het dat de maatschappij zich daarvan nog onvoldoende bewust is. Met onze artikelen proberen we om daar wat meer aandacht voor te krijgen.' Karel: 'Ik verzamel informatie en zoek een leuke ingang voor mijn verhaal.



Sacha Jansen, Joke Bos,
Karel Greven, Katinka
Kersting, David van
Lennep

(Zo zocht ik voor het stuk over vrijwilligers bij Artis een begin en vond dat in het gedicht *Dikkertje Dap* van Annie MG Schmidt.) Vervolgens maakt het een tijdje in mijn hoofd en om 5 voor 12 schrijf ik het dan in een zucht. Ik heb echt wel die Sinterklaasdruk nodig. Als ik nog weken de tijd heb dan komt het stuk niet uit mijn vingers. Overigens probeer ik een stuk ook altijd rond te schrijven. Dus het verhaal over de Artis-vrijwilligers eindigt bij de giraffen. David: 'Ik bereid me altijd goed op een interview voor en maak een lijstje van onderwerpen dat ik wil aanstippen. Vervolgens worden het vaak zulke goede gesprekken dat ik daar nauwelijks meer naar kijk. Onderweg naar huis ontstaat er doorgaans min of meer vanzelf al een structuur in mijn hoofd waardoor het uitwerken daarna niet meer al te ingewikkeld is. Ik probeer daarbij zoveel mogelijk enthousiasme over te brengen.' Katinka: 'Ik vind het leuk om de mens in een verhaal centraal te stellen. Dus bij een interview maak ik heel veel aantekeningen, schrijf ook vaak letterlijk iemands woorden op, en bij de uitwerking filter en

schrapp ik net zo lang tot de essentie overblijft.' Zelf bereid ik me bij een interview altijd voor door me te verdiepen in de persoon/organisatie. In het artikel laat ik zoveel mogelijk het mooie van het vrijwilligerswerk naar voren komen. Bij andere soorten artikelen haal ik mijn informatie vaak van internet. Verder kan ik zeggen dat ik iemand van het laatste moment ben, met mijn rug tegen de muur, dan heb ik de meeste inspiratie...

Bij u op de mat

Nadat de artikelen en het beeldmateriaal zijn aangeleverd bij de hoofdredacteur, is er nog een aardig proces te gaan. De hoofdredacteur doet de eindredactie en stuurt alle kopij als platte tekst naar de redactieleden voor een redactionele controle. Elke keer worden er weer heel wat foutjes uitgehaald, en iedereen ziet weer wat anders. Als de correcties zijn verwerkt, stuurt de hoofdredacteur de tekst, het beeldmateriaal en instructies de opmaak, volgorde, of beeldmateriaal dat nog gezocht moet worden naar het ontwerp bureau. Na ruim een week komt de eerste proef als pdf, die ook naar alle redactieleden wordt gestuurd. Iedereen controleert de proef en eventuele opmerkingen en correcties worden weer doorgegeven aan de hoofdredacteur. De hoofdredacteur verwerkt alle correcties in één document, stuurt dit naar het ontwerp bureau en ontvangt de tweede proef. Nu controleert alleen de hoofdredacteur de tweede proef en bespreekt eventuele correcties met het ontwerp bureau. Als alles in orde is, geeft de hoofdredacteur akkoord op de proef. Dan maakt het ontwerp bureau er een drukklare bestand van en stuurt dit naar de hoofdredacteur die dit vervolgens naar de drukker stuurt, samen met informatie over de oplage, eventuele andere bijzonderheden (bijlagen) en het adressenbestand. Het *Contactblad* wordt gedrukt, voorzien van adresetiketten, geseald en aangeleverd bij het verzendhuis. Het tijdschrift wordt verzonden en valt bij u op de mat... ➤

SACHA JANSEN

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 maken en die, tenzij anders vermeld, goed toegankelijk zijn voor rolstoelen.

➤ Groningen

Groningen ligt op het eindpunt van een lange zandrug, de Hondsrug, die zich over een lengte van 60 km uitstrekt tot voorbij Emmen. Dit hoger gelegen gebied in een moerasachtige omgeving werd al eeuwenlang bewoond wat ook blijkt uit de hunebedden. De huidige stad is een echte studentenstad. Bij mooi weer zitten de terrassen overvol en hangt er een levendige en ontspannen sfeer.

Richting centrum

Groningen heeft een prima treinverbinding die niet ver van het centrum uitkomt. Het station heeft een prachtige negentiende-eeuwse stationshal. Als we naar buiten lopen en ons richting het centrum bewegen, komen we langs het Groninger Museum waarvan het huidige gebouw dit jaar vijfentwintig jaar bestaat. Het hele jaar door zijn hier meerdere wisselende tentoonstellingen, momenteel onder meer over honderd jaar vrouwenkiesrecht. Er is ook een levend lab, gebaseerd op allerlei natuurkundige principes en ontwerpen uit het heden en verleden. Vervolgens lopen we verder richting het centrum naar de Pelsterstraat waar zich het Pelstergasthuis bevindt, een van de oudste gasthuizen van Nederland, waarschijnlijk uit de dertiende eeuw. Op de achterpoort van het gasthuis staat nog een dubbel wit kruis, het embleem van de kruisridders en later ook van de Orde van de Heilige Geest.

Grote Markt

We lopen verder door de Herestraat, de drukste winkelstraat van de stad, richting de Grote Markt waar helaas veel historische gebouwen tijdens de

Tweede Wereldoorlog zijn vernietigd. Alleen de Martinitorren en de Martinikerk bleven gespaard. In de afgelopen vijfhonderd jaar brandde de Martinitorren af, sloeg de bliksem in en stortte hij bijna in. Maar de toren hield stand en is met 97 meter nog steeds het hoogste gebouw van de stad. Het beklimmen van d'Olle Grieze, de oude grijze, duurt ongeveer een uur waarbij we de gewelven van de Martinikerk, eeuwenoude ornamenten, enorme klokken en reusachtige vlaggenstokken tegenkomen. Op negenendertig meter hoogte kunnen we buitenom een rondje om de toren lopen. Uiteindelijk komen we aan op de uurwerkzolder. We krijgen een schitterend uitzicht over de stad en zien in de verte de ommelanden liggen. Vlakbij de Martinitorren staat een hoge muur met daarachter de Prinsentuin waar je zo naar binnen kan lopen. Dit is een renaissancetuin die achter het Prinsenhof ligt, een gebouw uit de elfde eeuw, waar sinds eind zestiende eeuw de Prinsen van Nassau logeerden als ze in de buurt waren. In de rozentuin, kruidentuin en prachtige loofgangen is van de drukke stad even niks te merken. We drinken een kopje thee in de theeschenkerij alvorens we onze weg vervolgen.

Handel en scheepvaart

In oostelijke richting lopen we langs het stadhuis waarna we op de Vismarkt aankomen. Al sinds de vijftiende eeuw wordt hier vis verhandeld en deze plek is gelukkig goed bewaard gebleven. Er staan bijna dertig monumentale panden waaronder Huize Maas, café Huis de Beurs en de Korenbeurs, die tot in de jaren tachtig van de vorige eeuw als graanbeurs heeft dienstgedaan. Archeoloog Gert Kortekaas vermoedt dat de Vismarkt oorspronkelijk het centrale plein van de stad was; de Grote Markt is pas later toegevoegd. We lopen verder door het A-Kerkhof naar de Brugstraat en gaan het Noordelijk Scheepvaartmuseum binnen waar we veel leren over de geschiedenis van de lokale scheepvaart en scheepsbouw. Om de hoek zijn de Hoge der A en Lage der A, waar zich veel oude pakhuizen bevinden. Hier was ooit het oudste havenkwartier van de stad, dat lange tijd in directe verbinding met de zee stond. De hoge kade, de Hoge der A, was gebouwd voor laden en lossen tijdens vloed. Aan de andere kant van het diep kwam een lage kade, voor laag water, de Lage der A. Zo kon het transport over water onafgebroken doorgaan.

Noorderplantsoen en omgeving

We vervolgen onze tocht naar het Noorderplantsoen. Dit park ligt op de plaats waar in de zeventiende eeuw de verdedigingswallen van de stad werden gebouwd en is geopend in 1880. Op de oude stadswallen werd een park in Engelse landschapsstijl aangelegd met hoogteverschillen en grachten omgedoopt tot vijvers. Het park van maar twintig hectare is kenmerkend lang en erg smal. Er staan kunstwerken van onder anderen Jan van Baren, Gjalt Blaauw, Bas Lugthart, Thees Meesters en Wladimir de Vries. We eten een hapje bij

Zondag waarna we via de Oude Ebbingestraat langs het Nieuwe Kerkhof komen, waar zich de Nieuwe Kerk bevindt. De kerk staat op de noordelijkste heuvel van de Hondsrug. Na de Reductie van Groningen, het einde van de Spaanse overheersing in 1594, ontstonden plannen om de stad fors uit te breiden. Onder meer met een nieuwe kerk naar voorbeeld van de Noorderkerk in Amsterdam. Het was de eerste die als protestantse kerk gebouwd werd (de Martini- en Der Aa-kerk waren oorspronkelijk katholiek), waarmee in 1660 werd begonnen.

Op de weg terug

Vervolgens lopen we terug door de Oude Kijk in 't Jatstraat waar zich vele leuke cafés en winkeltjes bevinden en komen we op het Academieplein. Aan de ene kant zien we de Universiteitsbibliotheek met daar tegenover het in neo-renaissancistische stijl gebouwde Academiegebouw met grote trappen aan de voorkant. Via de Folkingestraat, waar een gezellige drukte heerst, lopen we terug naar het station waar we vele winkeltjes vol met verborgen kunst tegenkomen. We gaan daarna eten bij Wadjaparta op het Gedempte Zuiderdiep ter afsluiting van een prachtige dag in Groningen. ➤

DAVID VAN LENNEP



Verslag van een vakantie-vrijwilliger

Jeanet de Jong is een aantal keren mee geweest met een Johanniter vakantie-week, waar ze erg van genoot. Helaas bleek deze vorm van vakantie-ervaren toch te druk voor haar. Gelukkig was er een redder in nood. Diana Dijkerman, vakantie-vrijwilliger sinds jaar en dag, bood Jeanet haar eigen huis aan als vakantieadres en zichzelf als begeleiding. Hier een verslag van Diana.

Vakantie van Jeanet de Jong

Woensdag is Jeanet door haar twee nichten naar mijn boerderij in Twello gebracht. Zij vindt de kamer heel mooi en gezellig. Wij hebben buiten geluncht, en daarna een poosje geslapen. Ik vroeg aan haar of zij nog wensen had deze week en zij wilde wel graag naar het Dolfinarium in Harderwijk.

's Avonds hebben we nog tot 10 uur buiten gezeten, en toen naar bed. Ik zelf sliep bij haar op de kamer. Jeanet heeft lekker geslapen.

Donderdag op naar Harderwijk. Met de auto naar Apeldoorn toen met de rolstoel de bus in; een mooie tocht. Aangekomen in Harderwijk hebben we thee gedronken met iets lekkers erbij. Toen naar de zeeleeuwen en de dolfijnen, wij zaten vooraan, dus wij konden alles mooi zien. Jeanet vond het prachtig. Daarna hebben we geluncht in de stad.

Vrijdag over de Veluwe langs de Posbank gereden; wat was dat mooi! In Velp een terrasje gepakt, thee met gebak, heerlijk. Jeanet heeft nog een mooi truitje gekocht. Terug heb ik de mooie binnenwegen genomen.

Zaterdag gingen we in Loenen naar het schaapscheerdersfeest, heel gezellig. We hebben een ijsje gegeten in Hoenderloo. Zondag hebben we een tochtje gemaakt naar Laag Zuthem in Overijssel, een oud dorpje, het lijkt wel of de tijd hier heeft stilgestaan. Toen bij Olst met de pont overgevoerd, dat was voor Jeanet een belevenis.

Maandag zijn we naar Twello geweest om de foto's te laten afdrukken en om Jeanets mobiel in orde te maken. Dinsdag gingen we naar een grote kledingzaak in Oene en daar heeft zij nog een truitje gekocht. 's Middag hebben we een poosje gerust en 's avonds hadden we het laatste diner aan een feestelijk gedekte Johanniter-tafel, net als bij de vakantie-week!

Woensdagmorgen hebben we de koffer van Jeanet ingepakt en om elf uur is zij opgehaald. Zij vond het jammer dat de vakantie zo snel voorbij was. ☺



Teamdag van de gastvrouwen van de Poli in Dronten

Op 5 maart hadden we onze jaarlijkse teamdag in de Poli in Dronten. Voor deze dag hadden we Paul Schut met zijn partner Margot ter Wal uitgenodigd. Zij hebben een eigen praktijk en geven praktijkondersteuning aan huisartsen op het gebied van Geestelijke Gezondheidszorg.

Al van tevoren hadden we vragen ingediend over voor ons bekende klachten en stoornissen om daar een beter inzicht in te krijgen. Aan bod kwamen autisme, ADHD, gedrag, denken en voelen. We hebben ons niet alleen op de klachten gericht, maar op de totale mens en zijn mogelijkheden.

We leerden dat psychische klachten zoveel ruimte kunnen innemen in het dagelijks bestaan, dat ze de persoonlijke kwaliteiten naar de achtergrond

drukken. De cliënt kan ervan overtuigd zijn dat zijn leven alleen bestaat uit klachten. Maar een mens is meer dan zijn klachten, dit leren ontdekken en zichtbaar maken is de basis van waaruit gewerkt moet worden. Zoeken naar de kracht in de mens zelf en aandacht geven aan eigen mogelijkheden en kwaliteiten. Het uiteindelijke doel is gericht op een blijvend resultaat en het voorkomen van terugval.

Na de lunch werkten we nog aan persoonlijk ingebrachte cases en was er volop gelegenheid om vragen te stellen. Het was voor ons als gastvrouwen een fijne en leerzame dag, passend in het geheel van onze functie van gastvrouwen in de Poli. ☺

JANNIE ESKES, VOORZITTER JOHANNITER HULPGROEP DRONTEN

Jan's Dag 2019

Zaterdag 6 april vond de Jan's dag naar Speeltuin Linnaeushof (de grootste speeltuin van Europa) plaats. Na de kinderen met hun ouders opgehaald te hebben in Haarlem, stond de eerste traktatie in de vorm van een heerlijke gevulde koek met drankje al bij aankomst bij het park te wachten. In het park zelf hadden de kinderen uiteraard geen uitleg nodig om de weg naar de diverse speelapparaten en attracties te vinden. Dit gaf ons als organisatie de tijd om alvast de lunch voor te bereiden. Tijdens de lunch op de picknickweide was er ook gelegenheid voor de kinderen om met hun broertjes, zusjes en ouders op de foto te gaan. Dit bleek echter nog het lastigste te zijn, omdat de kinderen het liefst zo snel mogelijk weer gingen spelen. Hier was uiteraard nog de rest van de middag gelegenheid voor en dankzij de verscheidene sponsors

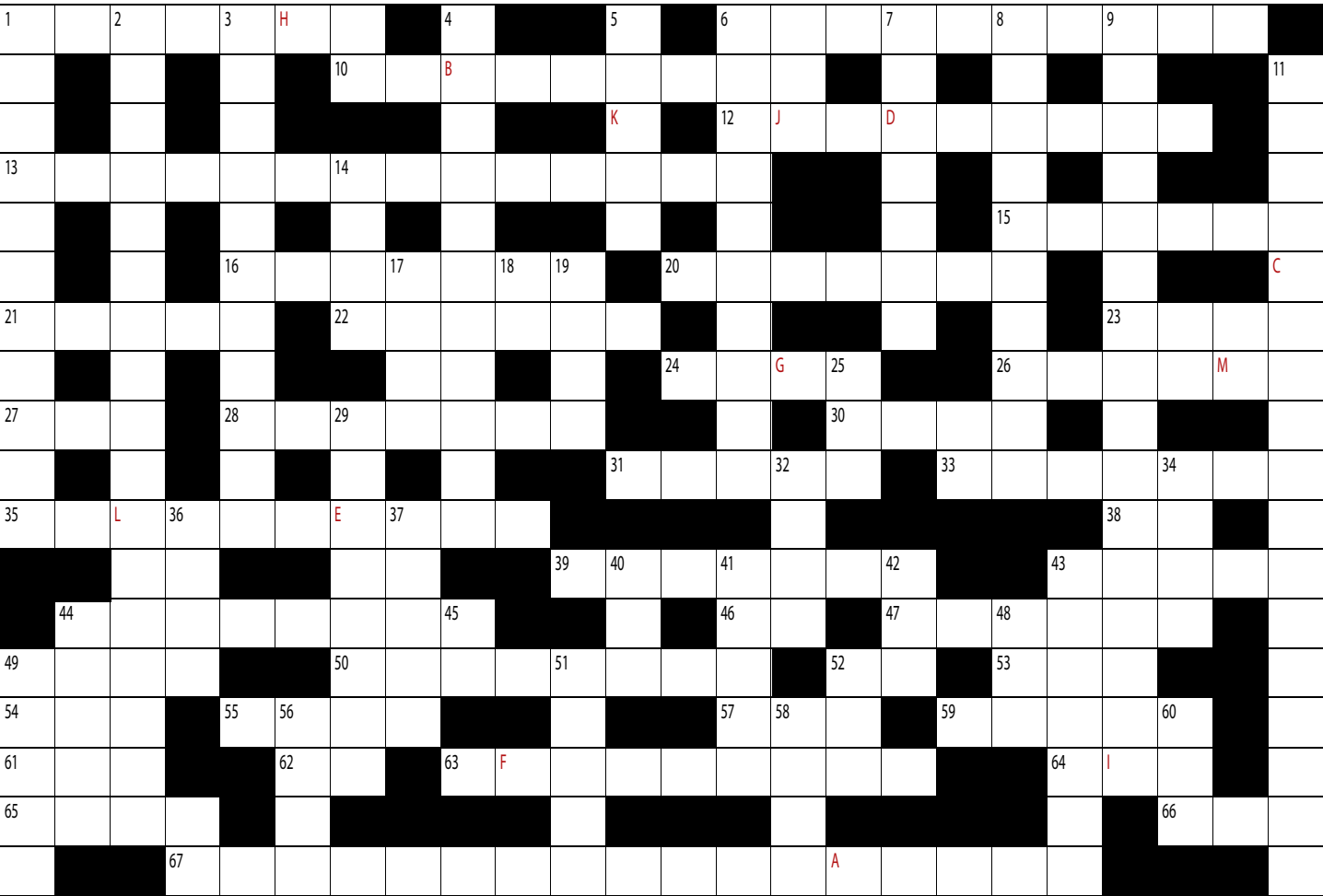


konden wij lekkere traktaties uitdelen aan de kinderen.

Aan het eind van de dag hadden de kinderen zich allemaal goed moe gespeeld, maar gelukkig stond hen nog één grote verrassing te wachten, voordat er gezamenlijk aan de terugreis begonnen werd: de goodie bag! Dankzij onder andere de gulheid van verschillende bedrijven vertrokken de kinderen aan het eind van de dag met een grote glimlach en een tas vol spelletjes, *Donald Duck* weekblad, snoepjes

en een ingelijste foto (genomen tijdens de lunch) ter herinnering aan de dag. Veelvuldig werd door de kinderen aangegeven dat dit 'één van de mooiste dagen van mijn leven' is. De commissie kan terugkijken op een prachtige dag met heel vrolijke kinderen. ☺

NAMENS DE JAN'S DAG COMMISSIE VOORJAAR 2019: ELISABETH LAANE, FELIX VAN ASCH VAN WIJCK, LIEKE SANDBERG-SMITS, BELA VON BLOMBERG, WILLEM OP TEN NOORT, HUIBERT VAN HÖVELL TOT WESTERVLIER



- Horizontaal**

1. plant; **6.** biedt verkoeling tijdens warme dagen; **10.** bochtig door het landschap kronkelen; **12.** bruisende Franse wijnsoort; **13.** niet professioneel; **15.** getal onder de streep bij een breuk; **16.** bekende Belgische chocolatier; **20.** het witte goud; **21.** smalle doorgang; **22.** voetstuk; **23.** fris; **24.** zoete wijn uit Portugal; **26.** herhaaldelijk; **27.** plaats in Noord-Brabant; **28.** zoete snack uit Spanje; **30.** stopwoord; **31.** klein (Fr.); **33.** afsnijden; **35.** winters tripje; **38.** Nederlandse kampioenschappen (afk.); **39.** watersport; **43.** vervoermiddel; **44.** doorsnee; **46.** dorp in Friesland; **47.** stad in Andalusië; **49.** kerel; **50.** vrijaf; **52.** en anderen (afk.); **53.** speciale afdeling van de gevangenis Vught (afk.); **54.** kleur (Eng.); **55.** bedekking; **57.** Zwitserse Volkspartij (afk.); **59.** Franse romanschrijver (achternaam); **61.** Erasmus School of Economics (afk.); **62.** Nederland (afk.); **63.** organiseren van goederenstromen; **64.** Industriële Groote Club (afk.); **65.** vulkaan in Italië; **66.** hogesnelheidstrein (afk.); **67.** doen velen die bij Johanniter Nederland betrokken zijn.
- Verticaal**

1. altruïstisch; **2.** eilandengroep in de Stille Oceaan; **3.** NN; **4.** verwerker van zuivel; **5.** vorm; **6.** toepassing van vechtkunst; **7.** veel gebruikte Japanse snack; **8.** Noord-Ierse acteur, speelde o.a. in *Schindler's List*; **9.** theatergezelschap; **11.** onaangekondigde visite; **14.** groot persoon; **17.** luister; **18.** United Kingdom (afk.); **19.** bergdorpje in Süd-Tirol; **25.** voor; **29.** omwenteling Eng.; **32.** historisch merk motorfietsen; **34.** meubelgigant; **36.** vakantieverblijf; **37.** langzaam; **40.** blanco; **41.** merendeels; **42.** mededingingsautoriteit tot 2013 (afk.); **43.** productiebedrijf; **44.** brein; **45.** Rooms Katholiek (afk.); **48.** spijkerbroekenmerk; **49.** angst; **51.** spijker; **52.** Gelderse gemeente; **56.** tegen; **58.** cijfer; **60.** voormalige boekenclub.

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

Stuur uw antwoord **voor 1 november 2019** 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 mevrouw Nel Heemskerck uit Rijnsbrug. De oplossing was: **GOEDE VRIJDAG**.



Oproep

In mijn verzameling winkelwagenmuntjes heb ik momenteel 4 muntjes met het Johanniter/Maltezer Kruis. Maar ik weet dat er meerdere zijn, onder andere uit Frankrijk. Wie kan mij hieraan helpen of wil er met me ruilen? Andere muntjes zijn natuurlijk ook van harte welkom! Ik ben Johanniter vrijwilliger bij Bavo Europoort. Hartelijke groeten, Theo van Santen. Telefoon: 010 – 4507964

St John New Zealand

Afgelopen voorjaar startte Johanniter Nederland een Facebook-pagina en dat leidde al snel tot een contact aan de andere kant van de wereld. Linda Poll de Honores, van geboorte Nederlandse, maar sinds heel lang woonachtig in Nieuw Zeeland, stuurde ons een berichtje. Ze zou met haar moeder voor vakantie naar Nederland gaan en wilde van de gelegenheid gebruik maken om bij Johanniter Nederland op bezoek te komen, want zelf is ze een actieve Johanniter vrijwilliger. Dus op een mooie junidag hebben we op ons kantoor lekker haring geluncht met Linda en moeder Lita. Daarbij leerden we veel over elkaars organisaties.



Linda is jeugdleider bij St John New Zealand. Kinderen tussen 6 en 18 krijgen hier EHBO-lessen en andere 'life skills' en doen leuke dingen samen. Het doet een beetje denken aan Scouting, maar dan zo, dat ze tegen de tijd dat ze volwassen zijn, levens kunnen redden! Het was een inspirerend en gezellig bezoek.

2019

- 30 aug t/m 2 sep** Vakantieweekend in De Rijp
- 20 t/m 23 sep** Vakantieweekend in Oud-Gastel
- 11 t/m 14 okt** Vakantieweekend in Oud-Gastel
- 23 t/m 27 dec** Kerstvakantie in Laag Zuthem

2019

- 16 april** Ziekenhuis St Jansdal (Harderwijk), 6 Johanniterspelden, 4 JVV-medailles
- 12 mei** Vakantieweek 256 (Mechelen), 2 Johanniterspelden
- 15 mei** DSV | verzorgd leven, locatie Duinrand (Katwijk), 3 Johanniterspelden
- 22 mei** DSV | verzorgd leven, locatie Vlietstede (Rijnsburg), 13 Johanniterspelden
- 26 juni** Johannes Hospitium (Vleuten), 15 Johanniterspelden



BERNHARD KLÖSCH is 29 jaar oud, biotechnoloog aan de Medische Universiteit van Wenen en tevens paramedisch vrijwilliger bij de Johanniter reddingsdienst aldaar.

Overdag werk ik op het laboratorium van de universiteit, waar ik momenteel mijn proefschrift schrijf over kankeronderzoek. Minstens eenmaal per week rijd ik daarnaast met de Johanniter ambulance door Wenen. In Oostenrijk rijden deze ambulances door het hele land, ook in de wintersport. Ik ben met het ambulancewerk in aanraking gekomen tijdens mijn maatschappelijke dienstplicht, toen heb ik ook het eerste diploma voor paramedisch dienstverlener behaald. Inmiddels ben ik in het bezit van het hoogste niveau van dit diploma en kan ik als teamleader op de ambulance fungeren. Dit niveau kan je pas halen nadat je ruime ervaring op de ambulance hebt opgedaan. Ik wissel mijn rol als paramedicus af met die van chauffeur, beide vind ik erg mooi om te doen. Daarnaast rijdt er altijd een ondersteuner mee. Doordeeweeks doe ik alleen korte avonddiensten, van 7 uur 's avonds tot 1 uur 's nachts, wat de drukste uren zijn. In het weekend en op feestdagen werk ik ook overdag als de tijd het toelaat. De diensten overdag zijn samen met vaste krachten en de korte avonddiensten alleen met vrijwilligers. We kunnen samen met andere vrijwilligers zelf onze diensten inplannen, die flexibiliteit is erg fijn. De combinatie van mijn werk als biotechnoloog en Johanniter vrijwilliger hangt samen met mijn passie om mensen te helpen en levens te redden. Mijn werk als onderzoeker doe ik grotendeels alleen, vandaar dat ik dit graag combineer met de reddingsdienst, waar alles draait om teamwork. En als paramedicus kom je in aanraking met mensen van alle leeftijden en achtergronden. Dat maakt dit werk zo uitdagend en gevarieerd. Ik doe dit al tien jaar en sindsdien heb ik veel spannende momenten meegemaakt en enorm veel geleerd. Ik heb nooit spijt gehad van deze keuze. Maar soms maak je ook moeilijke momenten mee en het kan enorm hectisch zijn. Er is vaak weinig tijd om na te denken en je moet snel beslissingen nemen. Goede onderlinge communicatie en blindelings vertrouwen zijn essentieel. De situaties waarin je terechtkomt zijn altijd anders, van ongelukken, acute ziekte tot een naderende bevalling. Het is nooit te voorspellen wat er gaat gebeuren. Humor, plezier met het team en, als de situatie het toelaat, ook met de patiënt zijn heel belangrijk. Ik heb veel van mijn vrienden ontmoet in het vrijwilligerswerk. Ook borrelen en barbecueën we regelmatig met andere Johanniter vrijwilligers, dat is altijd erg gezellig. Het leuke aan de Johanniter organisatie is dat er heel veel mogelijkheden zijn. Dit werk geeft een ontzettend mooie maar ook vaak vermoeiende balans met mijn werk. 📍 DAVID VAN LENNEP

