

Contact blad

Omzien
naar elkaar



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

Dick de Jager, 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

In deze tijd (van het jaar), waarbij eenzaamheid voor sommigen een grote rol speelt en de dagen vaak donker zijn, is vrijwilligerswerk essentieel. Waren er geen vrijwilligers, dan waren vele mensen somber, alleen, in zichzelf gekeerd en onthand.

Dat brengt mij bij de vraag: Wat is dan eigenlijk de essentie van vrijwilligerswerk? Ik denk dat daar niet een eenduidig antwoord op te geven is. Vrijwilligerswerk gaat over omkijken naar elkaar, contact maken met iemand, iemand helpen, iemand tot steun zijn, iemand begeleiden, je inzetten voor iemand, iets voor iemand doen of samen iets doen, positieve energie brengen in iemands leven, iemand warmte brengen, de buitenwereld mee naar binnen nemen, ervoor zorgen dat iemand er weer toe doet, het zoeken naar en het maken van de verbinding met iemand, solidair zijn, dus verbondenheid op gelijkwaardige basis.

Daarnaast is er ook altijd een win-win situatie: de vrijwilliger is, in meer of mindere mate, gebaat bij het doen van vrijwilligerswerk. De vrijwilliger voelt zich gewaardeerd, doet er ook toe, gaat erop uit, krijgt een goed gevoel door van betekenis te zijn voor iemand.

Terwijl ik dit stuk zit te schrijven denk ik, ja daar gaat het om, dat is de essentie van vrijwilligerswerk: Er voor iemand zijn, of dan zelfs, gezien het laatstgenoemde: Er voor elkaar zijn. Eenvoudig toch? Maar het kan nog eenvoudiger: Er zijn, of zelfs gewoon: lopen te zijn, zou ik als Rotterdammer zeggen. Dat is in het vrijwilligerswerk vaak al voldoende. Dat maakt dat de ander ook gewoon is, waardoor je er voor elkaar bent, net als in het 'gewone' leven...

In dit *Contactblad* leest u mooie artikelen die gaan over 'er voor elkaar zijn', zoals: een interview over de Efteling-vakantie met een volwassene en een kind aan het woord, een kijkje bij de Brandweer en de Dementheek, een oproep aan vrijwilligers om zich in te zetten voor Johanniter vakanties, het rolstoelbusplan en nog veel meer.

Om de Nationale Vrijwilligersdag en het 45-jarig bestaan van de stichting te vieren, vindt u bijgesloten een kleine attentie voor u als vrijwilliger.

Wij wensen u veel leesplezier, heel fijne feestdagen en graag tot volgend jaar.

SACHA JANSEN

Inhoudsopgave

In contact met

We spraken met Nathalie van der Kleij. Zij is vrijwilliger bij Soeda, dagactiviteitencentrum van het zorgbedrijf Reakt, onderdeel van de Parnassia Groep.



Gluren bij de burens

In deze donkere dagen maken we het thuis extra gezellig. Haardvuur, kaarsje en ter begroeting van het nieuwe jaar vuurwerk en vreugdevuren. Maar als er met vuur iets mis gaat, gaat het vaak goed mis, dan moet de Brandweer erbij komen, in de meeste plaatsen de Vrijwillige Brandweer wel te verstaan. Want wist u dat tachtig procent van de brandweermannen en -vrouwen in ons land vrijwilligers zijn?



We gaan de weg op!

Mooi nieuws: binnenkort rijden er drie Johanniter rolstoelbusjes rond op verschillende plekken in Nederland. Hiermee maken we uitstapjes mogelijk voor ouderen voor wie het anders moeilijk is de deur uit te komen.



En verder

6 Vanuit de traditie naar het heden • **8** Van twee kanten • **10** Te doen in • **12** De praktijk • **13** Vakantiekatern • **17** Gedicht • **21** Korte berichten • **22** Bestuur Johanniter Nederland stelt zich voor • **26** Puzzel • **27** Korte berichten, Agenda, Spelduitreikingen • **28** Johanniter artikelen



Nathalie van der Kleij

Nathalie van der Kleij is vrijwilliger bij Soeda, dagactiviteitencentrum van het zorgbedrijf Reakt, onderdeel van de Parnassia Groep.

'Ik ben zelf een tijd in behandelingen geweest en een behandelaar zei op een gegeven moment dat ze mij wel geschikt vond om als ervaringswerker aan de slag te gaan. Eerst moest ik heel erg wennen aan het feit dat ze dit in mij zag, omdat ik nooit erg zelf-verzekerd ben geweest. Ik zag het iemand anders wel doen, mezelf niet. Maar hoe langer ik in groeps-behandeling was, hoe meer ik ging geloven dat ik dit wel eens heel leuk zou kunnen vinden. Vervolgens heb ik met veel plezier de cursus 'Werken als ervaringswerker' gevolgd. De snuffelstage die erbij hoorde deed ik bij Soeda. Vanaf het moment dat ik daar binnenkwam, was het voor mij 'liefde op het eerste gezicht'.

Ik begon steeds meer te beseffen hoe belangrijk het voor mensen die hulp nodig hebben is dat er iemand voor ze is die hen begrijpt. Mede door mijn eigen verhaal over hoe ik heb moeten vechten om met kleine stapjes toch telkens weer vooruit te komen, heb ik anderen kunnen motiveren hetzelfde te proberen. Het allermooiste vind ik dat ik met eigen ogen zie dat – hoe diep iemand ook in de put zit – je door inzet en wilskracht en de juiste mensen om je heen toch verder kunt komen dan je in eerste instantie dacht.

Voor mij is juist deze doelgroep interessant, omdat dit vaak mensen zijn die óf al een behandeltraject hebben doorlopen óf er nog mee bezig zijn. Zij hebben als advies gekregen om meer in de maatschappij te gaan staan. En dit sluit prachtig aan op de vele manieren waarop je ze ondersteuning kan bieden. Mijn werkzaamheden zijn zo leuk en gevarieerd dat ik een glimlach op mijn gezicht heb als ik hierover nadenk!

Op woensdagen start ik bij de lunch en eten we met z'n allen aan een grote tafel. Na afloop ruimt

iedereen zijn eigen spulletjes op en gaan de mensen even roken, televisie kijken, achter de computer zitten of maken ze een praatje. Daarna verzorg ik koffie met een koekje erbij aan de grote tafel. Ik vind het heerlijk om dit te doen en iedereen te zien genieten. Tijdens dit uurtje gebeurt er van alles: een quiz, praten over nieuws dat mensen bezighoudt of gewoon gezellig met elkaar kletsen. Daarna ruim ik alles weer op en is er tijd voor wat mensen zelf willen doen. Bijvoorbeeld een spelletje, waar ik met veel plezier aan mee doe. Als er animo voor is, gaan we ook wel breien, haken, kaarten maken, kleuren of met kralen een armbandje maken, het kan allemaal! Ook is er bingo, karaoke en hulp bij computervaardigheden. Als iemand zijn verhaal wil doen over wat hem of haar bezighoudt, dan neem ik de tijd om te luisteren. Dat vinden ze erg prettig, want niet iedereen kan thuis zijn verhaal kwijt. Het werk is dus heel gevarieerd en dat maakt het voor mij zo leuk.

Vrijdags begeleid ik naast de lunch en het koffieuurtje ook de herstelgroep. Dit deed ik eerst samen met een stagiair, maar nu hij zijn stage heeft afgerond, doe ik het alleen. Deze bijeenkomst is inmiddels een groot succes geworden. Er sluiten soms ook nieuwe mensen aan, omdat ze zien dat het heel prettig is om hieraan mee te doen.

Bij de herstelgroep vraag ik de mensen zelf onderwerpen in te brengen. Het gaat om zaken waar ze moeite mee hebben of tegenaan lopen, zoals: nee durven zeggen, hoe om te gaan met 'moeten', niet voldoende gehoord worden op het moment dat je dit nodig hebt en hierom durven vragen' et cetera. We bespreken hoe anderen hiermee omgaan en geven advies aan elkaar. Soms komen er verrassende oplossingen waarmee mensen weer verder kunnen. Ik heb er respect voor dat ze elke keer toch maar weer komen, ondanks de zware ballast die ze



met zich meedragen. Ik laat steeds weten hoe knap ik dat van ze vind. De bijeenkomst sluit ik altijd af met een rondje complimenten voor iedereen die heeft meegedaan.

Wat mij ontroert en tevens erg gelukkig maakt, is de blijdschap die de mensen elke keer weer tonen als ik kom. Als ik een keer niet kan, hoor ik de volgende keer dat ze me gemist hebben. Ik kan soms nog steeds niet geloven dat dit over mij gaat! Maar ik begrijp nu wel dat dit te maken heeft met de ervaringen die ik meebreng. Daardoor kan ik me inleven in de mensen die hier komen en is er wederzijdse herkenning. Hierdoor voelen mensen zich op hun gemak bij mij. Ik laat zien dat ook ik van ver ben gekomen en ik ben er nog! Als ik maar een paar mensen perspectief kan bieden, ben ik een heel gelukkig mens.' 🍷

SACHA JANSEN

Het allermooiste vind ik dat ik met eigen ogen zie dat – hoe diep iemand ook in de put zit – je door inzet en wilskracht en de juiste mensen om je heen toch verder kunt komen dan je in eerste instantie dacht.



Vanuit de traditie naar het heden

De vrijwilligers van de verpleeghuizen Theodotion in Laren en Gooizicht in Hilversum zijn sinds afgelopen jaar Johanniter vrijwilliger. Er gaat een lange geschiedenis aan vooraf.

Lidwien van der Reep, directeur van Johanniter Nederland, vertelt hoe het zo gekomen is: 'Vanuit het verleden zijn er banden tussen Theodotion en de Johanniter Orde. Dat zie je terug in het pand: bij de entree is het Johanniterkruis in de vloer gemetseld, de Johannitervlag wappert voor de ingang en de namen van kamers en zalen verwijzen naar de Johanniters. Ook werkten er een paar vrijwilligers die lid waren van de Johanniter Orde, maar formeel was er hier geen Johanniter vrijwilligersgroep. Toen ik met de directie en raad van bestuur besprak of we de banden wat meer konden aanhalen, vonden ze dit een goed idee. Theodotion was inmiddels opgegaan in de Amaris zorggroep, met elf locaties, waaronder twee verpleeghuizen. Men besloot om dan met de vrijwilligers van beide verpleeghuizen aan te sluiten bij Johanniter Nederland.

Voor alles een vrijwilliger

Zoals overall moeten Gooizicht en Theodotion het met minder personeel doen dan voorheen. De krapte wordt opgevangen met behulp van vrijwilligers, zodat de bewoners wel de aandacht blijven krijgen die ze verdienen. Bij Theodotion zijn 204 vrijwilligers actief en bij Gooizicht 140. Karin van Rumt is vrijwilligerscoördinator van de twee verpleeghuizen. 'We hebben het over behoorlijke aantallen vrijwilligers', zegt Karin, 'maar we willen er nog meer. Vooral op voor de koffie- en theerondes en tijdens de maaltijden. Tussen half vier en half acht willen de meeste mensen thuis zijn bij hun gezin, het is lastig om voor dat tijdstip vrijwilligers te vinden. Maar verder kun je het volgens Karin 'zo gek niet bedenken of er zijn wel vrijwilligers bij betrokken', van activiteitenbegeleiding tot het verzorgen van de kippen in de tuin van Theodotion.

Nieuwe Nederlanders

Veel vrijwilligers komen via de vrijwilligerscentrale of via de gemeente. Ook wordt samengewerkt met

Vluchtelingenwerk. Karin: 'Statushouders doen bij ons vrijwilligerswerk ook om de taal te leren. Ze moeten dan wel al een beetje Nederlands spreken en zich verstaanbaar kunnen maken. Het is eigenlijk een soort stageplek om zich verder te ontwikkelen. Velen zijn in hun eigen land goed opgeleid, maar in Nederland kunnen ze vanwege de taal meestal alleen ongeschoold werk krijgen. Door de taal beter te leren, hebben ze meer kans een baan te vinden in het verlengde van wat ze eerst deden. Het is mooi om te zien hoe ze hun doelen bereiken, de een wat sneller dan de ander, en hoe graag de bewoners hen daarbij willen helpen. Zo snijdt het mes aan twee kanten. En dat geldt denk ik voor bijna alle mensen die vrijwilliger zijn. Ze zetten zich met heel hun hart in voor anderen, maar doen het ook voor zichzelf: om bezig te zijn, aanspraak te hebben, voor de gezelligheid, om zich te ontwikkelen en tal van andere redenen. Het is win-win.'

Alle leeftijden

Door de samenwerking met verschillende organisaties is het vrijwilligersbestand in de huizen heel divers. Karin: 'De jongste is 15, de oudste rond de 90 en ze komen uit alle geledingen van de samenleving. Zo krijgen we hier ook vrijwilligers via een bureau dat mensen begeleidt bij het vinden van een plek op de arbeidsmarkt. Dit zijn meestal dertigers, je weet dat ze geen jaren blijven, maar de diversiteit maakt het wél leuk. Ook hebben we hier scholieren rondlopen voor hun maatschappelijke stage. Sommigen vinden het zo mooi, dat ze ook in het weekend komen. Een Hilversumse middelbare school komt elke dinsdagmiddag met een hele klas hierheen om te gaan wandelen met de bewoners. Ook hier snijdt het mes weer aan twee kanten: de scholieren verbreden hun blik en de bewoners komen lekker buiten en hebben aanspraak. In het begin zijn de kinderen vaak wat gespannen, maar

daarna vinden ze het prachtig en lopen ze tijdens het wandelen lekker te kletsen met de bewoners.'

Sporten en maatjes

De meest bijzondere samenwerking is misschien wel die met een Hilversumse bootcamp club. Karin: 'Ik zeg tegen iedereen: dit moet je een keer gezien hebben. Eens per maand komen hier op zondagochtend twintig sporters om met de bewoners in hun rolstoel te gaan bootcampen in het bos. Onderweg er naartoe doen de sporters hun intervaltrainingen en oefeningen, maar op een open plek worden de bewoners ook aan het werk gezet: ballen gooien en andere oefeningen. Echt fantastisch. De bewoners kijken er enorm naar uit. En dat geldt ook voor de bootcampers, zes van hen zijn zelfs maatje geworden. Geweldig, want aan maatjes is altijd behoefte. Dan kunnen activiteiten één op één ondernomen worden

en is bijna alles mogelijk. Zo is er hier een meneer die oefent in het gebruik van zijn laptop en zijn Engels ophaalt omdat hij contact wil onderhouden met zijn kleinkinderen die in het buitenland wonen.'

Hulde aan de vrijwilligers

Als bedankje voor de vrijwilligers die zoveel voor de bewoners betekenen wordt er elk jaar een vrijwilligersfeest en een kerstborrel georganiseerd. En hoewel Karin het jammer vindt dat ze niet meer zelf de dagelijkse begeleiding van de vrijwilligers kan doen omdat het er teveel zijn, is ze nog steeds zeer bevlogen. 'Wat ik zo mooi vind aan dit werk is dat je met een heel klein gebaar, een kopje koffie, een gesprekje, mensen zo verschrikkelijk blij kunt maken. En daar word ik dan weer blij van.'

KATINKA KERSTING

Een Hilversumse middelbare school komt elke dinsdagmiddag met een hele klas hierheen om te gaan wandelen met de bewoners.



Eftelingweekend

In deze rubriek zetten we het verhaal van een vrijwilliger naast het verhaal van iemand voor wie deze vrijwilliger zich inzet. We spraken een deelnemer en een begeleider van het Eftelingweekend.

Dit jaar werd voor het eerst een Johanniter vakantie-weekend voor kinderen georganiseerd. Dit lange weekend (van vrijdag t/m maandag) vond midden in de zomervakantie plaats en werd kosteloos aangeboden aan kinderen voor wie een vakantie niet vanzelfsprekend is. De bestemming was de Efteling. In het bijbehorende vakantiepark waren twee geschakelde bungalows gehuurd om te slapen, te eten en tussendoor even bij te komen van alle indrukken van het attractiepark. Er gingen zestien kinderen in de basisschoolleeftijd mee en acht begeleiders.

De eerste dag

Salma van dertien komt uit Delft en ging samen met haar zusje van negen naar het weekend. 'Voor ons begon het weekend op vrijdagochtend in de kerk hier vlakbij waar we verzamelden en alvast een aantal andere kinderen en begeleiders konden leren kennen. Van daaruit reden we met auto's richting de Efteling. We kwamen aan in een vrij groot huis waar we verdeeld werden over de kamers, iedereen sliep met zijn of haar broertje of zusje. Na de lunch kregen we een armbandje en een rode tas met proviand, om herkenbaar te zijn en mochten we het park in. In kleine groepen, samen met de begeleiders, zijn we het hele park rondgelopen. Voor we het

wisten was het alweer etenstijd waarna we spelletjes gingen doen. We mochten geen telefoons mee, maar wie wilde mocht wel tv kijken.'

Veel te beleven

Salma wist zich prima te vermaken in het park. 'Droomvlucht vond ik de mooiste attractie, daarin werd je rondgeleid in een landschap van elfjes en trollen, dat was schitterend om te zien. Ook vond ik de Fata Morgana erg mooi, je voer met een bootje elke keer een poort door en dan kwam je in een nieuwe wereld uit de sprookjes van 'Duizend-en-een-nacht'. Ik ben in alle achtbanen gegaan behalve de Baron. Ook kreeg iedereen tien euro zakgeld voor het weekend, daar kon je eten of souvenirs van kopen.' De tweede dag was het opeens slecht weer en daarom werd er die dag 's ochtends gezwoommen en 's middags spelletjes gedaan. 'Gelukkig hadden ze daar vooraf rekening mee gehouden', aldus Salma. 'Iedere dag werd ook gevraagd of we mee wilden met de nachtwandeling. Ik ben zelf alle avonden meegegaan, dat was ontzettend leuk.'

Goede sfeer

'Heel fijn was dat na de eerste dag al een hele leuke groep ontstaan was, niemand werd buitengesloten. Iedereen vond wel twee of drie kinderen waar hij of zij goed mee kon opschieten en de begeleiders deden altijd leuk mee, zowel in het park als met spelletjes. Sommige van de jongere kinderen kregen soms wel heimwee, zoals mijn zusje, maar als ze wilden mochten ze altijd naar huis bellen. Mijn moeder miste ons ook, maar die was erg gerust door de goede voorlichting van tevoren en doordat ze dagelijks op de hoogte werd gehouden en foto's doorgestuurd kreeg.'

Fijn om te doen

Estia, tweedejaars pedagogiek student, is nieuw bij Johanniter Nederland. 'Nadat we samen waren



Salma (rechts) met haar zusje

mee geweest naar een vakantie-week voor ouders (via een andere organisatie) ben ik vorig jaar met mijn vader naar de vrijwilligersdag geweest. Ik was meteen enthousiast, het spreekt me erg aan om me voor anderen in te zetten en een kamp voor kinderen leek me erg leuk om te doen.' Estia vond het lastig om van tevoren in te schatten hoe het zou gaan omdat ze op de voorlichtingsavond alleen de ouders had ontmoet. Op verzoek van de ouders was er een app-groep aangemaakt, zodat die altijd op de hoogte waren. Tijdens het weekend werden de kinderen wisselend in andere groepen ingedeeld waardoor iedereen elkaar goed leerde kennen. Er was een speeltuin bij het huis, daar gingen de kinderen ook vaak spelen.

's Avonds

'Voor het slapen wilden best wat kinderen even de stem van hun ouders horen', vertelt Estia. 'Het jongste kind was acht en miste haar ouders dus die wilde even met ze bellen. Maar geen van de kinderen wilde ook echt naar huis. We dachten dat ze wel zouden instorten na een hele dag Efteling,

maar ook 's avonds waren ze nog vol energie. Ze bleven nog lang kletsen en regelmatig kwam er wel weer een om het hoekje kijken, als wij nog aan het napraten waren. Met name de eerste nacht was wel een uitdaging, maar uiteindelijk gingen ze gewoon slapen. 's Ochtends wilde de een wat langer blijven liggen dan de ander maar verschenen ze wel allemaal op tijd aan het ontbijt.'

Mooie afsluiting

Zelf is Estia in alle achtbanen gegaan. 'Ik dacht, ik ga gewoon met de kinderen mee, dat is het leukste. Alleen van de achtbaan in het donker, de Vogel Rok, werd ik een beetje misselijk.' Het weekend is haar goed bevallen. 'De samenwerking met de andere begeleiders liep erg goed waarbij iedereen zijn eigen aanpak had. En alhoewel ze dat niet altijd goed wisten te uiten, was het erg leuk om te zien hoezeer de kinderen het waardeerden. Onder meer toen we pizza gingen eten en toen ze hun zakgeld kregen waren de reacties heel leuk.' Na afloop kregen alle kinderen een fotoalbum toegestuurd als aandenken aan een erg geslaagd weekend. 📸

DAVID VAN LENNEP



Estia

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.

Utrecht

Rijk de Gooyer schreef het in 1956 en nu is het het officiële volkslied van Utrecht:
‘Als ik boven op de Dom sta, kijk ik even naar benee, dan zie ik het oude gracie, het Vreeburg en Wijk C. Ja dan springt m’n hartsie open, ik ben trots wat dag ie wat, der is geen mooier plehekje als Utereg m’n stad.’



Als Rijk het ‘Utereg’ van vandaag zou zien dan was hij nog trotser, want de oude binnenstad is de afgelopen jaren alleen maar mooier geworden. Het is een verzameling van sfeervolle, vaak middeleeuwse straten, pleinen, geheime hofjes, levendige winkels, gezellige terrasjes en heel, heel veel kerken.

De Dom

Het hart van de stad wordt gevormd door het Domplein. Ooit stond er een grote gotische kerk. Maar op woensdag 1 augustus 1674 raasde een verwoestende zomerstorm over Utrecht. Het middenschip van de uit 1254 daterende Dom werd als een kaartenhuis omvergeblazen. Het nog altijd wat winderige Domplein was het gevolg. Dit plein is het ideale vertrekpunt voor een ontdekkingstocht door Utrecht. Al was het maar omdat de Domkerk met haar indrukwekkende interieur een bezoek meer dan waard is. Zoals de meeste Utrechtse musea is de Domkerk ook voor minder validen goed toegankelijk. De Domtoren staat de komende tijd in de steigers en wordt grondig gerestoureerd. Daarom is het nu niet mogelijk de tocht over 465 traptreden naar boven te maken. Gelukkig is er nu wel een tijdelijke lift. Hierdoor is het ook voor bezoekers die minder goed ter been zijn mogelijk om van het spectaculaire uitzicht te genieten. Vergeet vooral niet

om ook het naastgelegen Pandhof te bezoeken. In deze serene kloostertuin lijkt de tijd stil te hebben gestaan en kun je de middeleeuwen bijna voelen. Als je dat gevoel wil vasthouden, loop dan langs de achterkant van de Domkerk via de Voetiusstraat naar het Pieterkerkhof met de uit 1040 daterende Pieterskerk.

Koffie en lunch

Op Achter de Dom 6 is Carla's Conditorie gevestigd. Een gezellig koffietentje met lekkere, Scandinavisch geïnspireerde taartjes en mooi uitzicht op de kerk. Een andere leuke plek om te lunchen is in de Korte Janstraat. Dat is het verlengde van de dwars op de Domkerk gelegen Domstraat. In de Korte Janstraat vind je de Landgoedkeuken Heerlijkheid van Mariënwaerd. De inrichting doet denken aan het Grote Huis op het landgoed in de Betuwe van de familie Van Verschuer. Door de houten lambrisering, het oude servies in een grote keukenkast en de warme kleuren voel je de sfeer van weleer. Ze serveren er een lekkere lunch en koffie of thee met een noten- of appeltaartje, naar geheim familierecept.

Grachten

Utrecht wordt wel de mooiste grachtenstad van Europa genoemd. De historische werven geven de

grachten van Utrecht een heel speciaal karakter. Vroeger werden ze gebruikt voor het laden en lossen, tegenwoordig wemelt het er van de gezellige terrasjes. Je zit er letterlijk aan het water. De meeste werven zijn alleen via een steile trap te bereiken, maar op de Ganzenmarkt achter het oude stadhuis kun je via de Ganzenmarkt Tunnel ook met een rolstoel naar de werf. Door deze donkere tunnel reden vroeger de paardenkarren de spullen van en naar de werf. Nu is het de perfecte plek voor het betere ‘Venetië van het Noorden’-gevoel.

Vrolijke noten

Een van de oudste gebouwen in Utrecht staat aan de overkant aan de Oudegracht nummer 99; Stadskaasteel Oudean. De familie Zoudenbalch gaf in 1276 opdracht tot de bouw. Tegenwoordig is het een restaurant en in de kelder heeft het een eigen brouwerij waar zes verschillende ambachtelijke bieren gemaakt worden. Het vormt een mooie plek voor de afsluiting van een bezoek aan Utrecht. Maar zover is het nog lang niet. Op loopafstand van Oudean ligt aan de Steenweg museum Speelklok. Zelf noemen ze zich het vrolijkste museum van Nederland. Ik geniet er iedere keer weer van de verschillende zelf spelende instrumenten. Van een klein speeldoosje tot een groot kermis- of dans-orgel. En als je een beetje geluk hebt, speelt een van de draaiorgels het lied van Rijk de Gooyer.

Museumkwartier

De Oudegracht doorsnijdt het centrum van de stad van zuid naar noord. Aan de zuidzijde van de stad ligt het Museumkwartier. Hier zijn maar liefst zes musea gevestigd. Het Centraal Museum heeft een brede collectie van Utrechtse kunst. Van zeventiende-

eeuwse Caravaggisten zoals Hendrick ter Brugghen, Dirck van Baburen en Gerard van Honthorst die op de grote meester geïnspireerde schilderijen maakten tot meubels van Rietveld en een schip uit de elfde eeuw. Via een mooie wandeling langs de Singel, de Sonneberg met de Sterrenwacht en het park Lepeleburg met daaraan de villa Lieveendaal waar Prinses Irene tijdens haar studententijd woonde, kom je bij het Spoorwegmuseum. In een voormalig station waar vroeger de trein naar Parijs vertrok, kun je nostalgische stoomlocomotieven, beroemde elektrische treinen en koninklijke wagons bewonderen. In het Museumkwartier liggen ook nog het museum Catharijnenconvent met een unieke collectie religieuze kunst, het Universiteitsmuseum met een geweldig rariteitenkabinet en de groene oase van oude Hortus.

Oudste winkelstraat

Het zuidelijkste deel van de Oudegracht is de Twijnstraat. Het is de oudste winkelstraat van Utrecht. Het is misschien ook wel de gezelligste. Het telt een groot aantal koffie- en wijnbars, delicatessenwinkels, ateliers, modeboetiekjes en woonwinkels. En mocht de energie op het einde van de dag nog niet helemaal op zijn, dan bevindt zich op het einde van de Twijnstraat het Louis Hartlooper Complex. In een voormalig politiebureau uit 1928, gebouwd in Amsterdamse Schoolstijl, is een filmhuis, een café en een restaurant met zonnig terras. ☀

KAREL GREVEN



Dementheek

Op 21 september, Wereld Alzheimerdag, opende in de bibliotheek in Lelystad de Dementheek. Mensen met dementie, hun naasten, mantelzorgers en professionals kunnen hier twee keer per week terecht voor informatie en advies over en hulpmiddelen voor mensen met dementie.

De Dementheek is een initiatief van Netwerk Dementie Flevoland in samenwerking met de FlevoMeer Bibliotheek Lelystad. In dit netwerk zijn alle betrokken partijen, waaronder Woonzorg Flevoland en Welzijn Lelystad, actief. In Amstelveen, Meppel, Leek, Emmen en Hoogeveen is ook een Dementheek en hopelijk vindt dit mooie concept navolging bij nog meer gemeenten.

Naast boeken en dvd's met informatie kunnen bij de Dementheek ook hulpmiddelen worden geleend. Zo is er een Compaan, een ouderentablet speciaal voor dementerenden, overzichtelijk en makkelijk in gebruik. Een vrijwilliger komt thuis om te helpen met installatie en instructie, ervaring met computers is niet nodig. De Compaan is alleen toegankelijk voor familie en vrienden. Zo kan op afstand een oogje in het zeil worden gehouden. (www.uwcompaan.nl)

Ook is er een DayClock tablet beschikbaar voor de uitleen. In één oogopslag is de informatie zichtbaar die helpt om grip op de tijd te krijgen, zoals vermelding van dag, dagdeel, tijd en afspraken (om 19.00 uur komt de thuiszorg langs...). (www.dayclocks.nl)

Daarnaast heeft de Dementheek diverse ondersteunende materialen zoals spelletjes, een Friemelmof en een Frutseldeken om de stress te verlichten. Ook is er een robotkat die beweegt, spint en miauwt, bijna niet van echt te onderscheiden. Voor mensen met dementie zeer rustgevend. Voor leden van de FlevoMeer bibliotheek zijn aan de uitleen van tablets, materialen, boeken en dvd's geen kosten verbonden. Een maand na opening heeft de Dementheek elf bezoekers mogen ontvangen. In ogenschouw

genomen dat mantelzorgers het vaak lastig vinden om hulp in te schakelen, valt dit aantal niet tegen. Maar coördinator Aysa Yilan vertelt dat in de komende tijd meer de publiciteit zal worden gezocht. 'Dit is een mooi laagdrempelig concept waarin acht vrijwilligers zijn getraind om de bezoeker van alle gewenste informatie te voorzien. Uit de reacties die wij krijgen, merken we dat het werkt!' ☺

JOKE BOS



Vakantieweken voor ouders met een zorgvraag

Gasten

Onze gasten zijn ouderen die verpleging en/of zorg nodig hebben, desgewenst met hun mantelzorger. De hulpvraag varieert per gast en kan oplopen tot een hoge zorgvraag. Deze gasten gaan vaak al jarenlang mee en waarderen de aandacht en de Johanniter tradities.

Vrijwilligers

Vrijwilligers zijn niet ouder dan 70 jaar en vitaal genoeg om een week lang intensief bezig te zijn met de gasten. De volledige zorg wordt geleverd door vrijwilligers. Er is geen thuisbushulp aanwezig. Naast zorgvrijwilligers, onder wie enkele verpleegkundigen, zijn er vrijwilligers die de groepsuitjes organiseren, hand- en spandiensten verlenen en elke week gaat een predikant mee. De vrijwilligers slapen met twee personen in een kamer.

.....
Data: 30 mei-5 juni (31 mei Pinksteren)

Aantal gasten: 26

Aantal vrijwilligers: 26

Locatie: Het Landhuis (Imminkhoeve) in Lemele

.....
Data: 22-28 augustus

Aantal gasten: 28

Aantal vrijwilligers: 28

Locatie: Het Bosgoed in Lunteren

.....
Data: 10-16 oktober

Aantal gasten: 18

Aantal vrijwilligers: 18

Locatie: De Heerenhof in Mechelen

De vakantie

Zo'n vakantieweek kent de aloude Johanniter tradities, zoals het hijsen van de vlag, een kerkdienst op zondag, uitreiking van spelden en kokardes, het ochtendlied en een slotdiner. Daarnaast worden uitstapjes, optredens en activiteiten georganiseerd.



Johanniter vakanties 2020



Minderbedeelde kinderen



Verstandelijk beperkte jongeren



Ouderen (met zorgvraag)

Ga je als vrijwilliger met ons mee?

Johanniter Nederland zet zich in voor kwetsbare mensen en doet dit onder andere door het organiseren van vakanties voor mensen voor wie een reguliere vakantie geen optie is.

Dankzij de hulp van vrijwilligers en de steun van fondsen kunnen wij hen de mogelijkheid bieden om toch met vakantie te gaan.



Kerstvakantie

voor alleengaande ouderen zonder zorgvraag

.....

Data: 23–27 december

Aantal gasten: 20

Aantal vrijwilligers: 10

Locatie: de locatie is nog niet vastgelegd

.....

De vakantie

We zorgen voor een warme, sfeervolle locatie. Aandacht en gezelligheid staan voorop. Vanuit de persoonlijke wensen van de gasten is er alle ruimte voor uitstapjes en activiteiten.

Gasten

Eenzaamheid tijdens de kerstdagen gunnen we niemand. Deze vakantie is bedoeld voor valide eenzame ouderen, die zelf een dergelijke vakantie niet kunnen betalen.

Gasten kunnen uitsluitend door Johanniter Nederland worden uitgenodigd.

Vrijwilligers

De vrijwilligers ondersteunen, begeleiden en koken, maar leveren geen zorg. Wel kan het zijn dat er bij uitstapjes een rolstoel geduwd moet worden. De vrijwilligers slapen met twee personen in een kamer.



Aandacht en
gezelligheid

•

•

•

•



Eftelingweekend

voor kinderen

.....

Data: 24–27 juli

Aantal gasten: 16 kinderen

Aantal vrijwilligers: 8

Locatie: Efteling Bosrijk in Kaatsheuvel

.....

De vakantie

Op het vakantiepark worden twee huisjes geschakeld, zodat de locatie geschikt is voor 24 personen. Er is onbeperkt toegang tot het attractiepark. Het is vooral de bedoeling dat de kinderen een super leuk weekend hebben, verwend worden, iets bijzonders meemaken en individuele aandacht krijgen. Er is geen vastomlijnde planning. Dus op gekke tijden gaan zwemmen, een zoveelste ijsje eten of een film kijken, alles kan!

Gasten

Kinderen uit minder bedeelde gezinnen worden door Johanniter Nederland uitgenodigd voor deze vakantie.



Volop energie en
leuke ideeën



Vakantieweekend

voor jong volwassenen met een
verstandelijke beperking

.....

Data: 11–14 september

Aantal gasten: 12

Aantal vrijwilligers: 6

Locatie: De Luijkenbergh in Oud Gastel

.....

De vakantie

Dit weekend is plezier maken het belangrijkste. Afhankelijk van het nog vast te stellen thema wordt het programma ingevuld met leuke activiteiten. Er is geen vastomlijnde planning.

Gasten

Onze gasten wonen veelal beschermd en begeleid, dus ook bij de kleine dagelijkse dingen zal begeleiding nodig zijn.

Vrijwilligers

De vrijwilligers zijn wat jonger en kunnen met humor en geduld plezier maken met de jongeren. Zij hebben gevoel voor de beperkingen én de mogelijkheden van de jongeren. De vrijwilligers koken en begeleiden en weten er een fijn vakantieweekend van te maken. De vrijwilligers slapen met twee personen in een kamer.



Plezier maken is het
belangrijkste



Vakantieweekend

voor ouderen met een zorgvraag

.....

Data: 15–18 mei

Aantal gasten: 18

Aantal vrijwilligers: 10

Locatie: Het Voorhuis en De Schaapskooi (Imminkhoeve) in Lemele

.....

De vakantie

Een lang weekend voor ouderen met een zorgvraag, maar zonder mantelzorgers. Er worden leuke activiteiten vooraf gepland. Een korte vakantie, met voldoende rust en veel gezellige momenten.

Vrijwilligers

De lokale thuiszorg verzorgt onze gasten voor zover het verzorging en verpleging 's ochtends en 's avonds betreft. Verzorging overdag ligt bij de vrijwilligers.

De vrijwilligers zetten zich in om een fijn lang weekend voor de gasten te realiseren en geven op hartelijke wijze zorg en aandacht. Dit doen ze samen met de vrijwilligers die alleen aansluiten om te helpen bij een uitje, zodat er voldoende menskracht is om rolstoelen te duwen. De vrijwilligers slapen met twee personen in een kamer.

Gasten

Onze gasten zijn ouderen die verpleging en/of zorg nodig hebben. De hulpvraag varieert per gast en kan oplopen tot een hoge zorgvraag. Dit weekend is niet bedoeld voor mantelzorgers.



Hartelijke zorg
en aandacht



Johanniter
NEDERLAND

Enthousiast geworden?

• Al Johanniter vakantievrijwilliger?

Je persoonlijke link voor het inschrijfsysteem ontvang je in december. Als je je inschrijft als vrijwilliger voor een vakantie in 2020, dan ontvang je van ons een e-mail ter bevestiging van je inschrijving.

• Nog geen Johanniter vakantievrijwilliger?

Neem eerst contact met ons op voor meer informatie en/of om je aan te melden als vakantievrijwilliger. Na aanmelding en afstemming registreren wij je als Johanniter vakantievrijwilliger. Je ontvangt vervolgens per e-mail een link naar ons digitale inschrijfsysteem. In die mail krijg je uitleg over het eenvoudig digitaal inschrijven als vrijwilliger voor één van onze vakanties. Daarna ontvang je een e-mail ter bevestiging van je inschrijving.

Gasten voor de Johanniter vakanties?

Weet je iemand die misschien als gast met een van onze vakanties mee zou willen? Neem dan ook contact met ons op. Wij sturen je graag leaflets voor de betreffende vakantie(s).

Lange Voorhout 48, 2514 EG Den Haag • 070-364 99 20 • info@johanniter.nl
www.johanniter.nl

Vakantieweekend

voor ouderen zonder – of met lichte – zorgvraag

.....

Data: 4–7 september

Aantal gasten: 18

Aantal vrijwilligers: 10

Locatie: De Rijper Eilanden in De Rijp

.....

De vakantie

Een lang weekend voor ouderen met een lichte zorgvraag, maar zonder mantelzorgers. Er worden leuke activiteiten vooraf gepland. Een korte vakantie, met voldoende rust en veel gezellige momenten.

Gasten

De gasten zijn ouderen zonder mantelzorgers die geen of weinig zorg nodig hebben.

Vrijwilligers

De begeleiding ligt bij de vrijwilligers. De vrijwilligers zetten zich in om een fijn lang weekend voor de gasten te realiseren en geven op hartelijke wijze zorg en aandacht. De vrijwilligers slapen met twee personen in een kamer.



**Voldoende rust
en gezelligheid**

GEDICHT



*Wat blijft, is de herinnering
aan het jaar dat ging: 2019*

Mens, reiziger,

met een lach, met een traan.

Hoopvol, teleurgesteld.

Vragen zonder antwoord.

Alles gevat in herinnering.

Wat komt, is de toekomstige tijd.

Het jaar 2020

Mens, reiziger.

Met een lach, met een traan.

Hoopvol, teleurgesteld.

Vragen zonder antwoord.

Alles gevat in hoop en verwachting.

Mens, reiziger

weet je op weg

gevat in

Liefde, Licht en Warmte...

ADA DEN OUDEN-OUWENS



➤ Als je kan, dan ga je!

In deze donkere dagen maken we het thuis extra gezellig. Haardvuur, kaarsje en ter begroeting van het nieuwe jaar vuurwerk en vreugdevuren. Maar als er met vuur iets mis gaat, gaat het vaak goed mis, dan moet de Brandweer erbij komen, in de meeste plaatsen de Vrijwillige Brandweer wel te verstaan. Want wist u dat tachtig procent van de brandweermannen en -vrouwen in ons land vrijwilligers zijn?

Ik ging op bezoek bij de Vrijwillige Brandweerpost Kampen. Hier draaien de vrijwilligers eenmaal per zes weken piket. Dat betekent een week lang van 18.00 uur tot de volgende dag 07.00 uur (ook het weekend) binnen een straal van anderhalve kilometer blijven om binnen vier minuten in de kazerne te kunnen zijn. Dus dan geen feestjes, geen alcohol, geen ... Een hele belasting, ook voor het thuisfront en de werkgever die dit werk van harte moeten steunen, want anders lukt het niet. Klaas Speksnijder en Mark Heerschop zijn zo'n vrijwillige brandweerman. Zij vertellen over de droom van (bijna) iedere kleine jongen en van steeds meer meisjes!

Opleiding

'De opleiding duurt ongeveer tweeëneenhalf jaar, voor beroeps en vrijwilligers is de opleiding gelijk. Per week

vraagt dit met oefenen erbij twee avonden. De bemanning van een tankautospuiter bestaat uit zes personen: chauffeur, bevelvoerder en vier manschappen. In de opleidingsperiode krijgt de aspirant een begeleider en gaat hij/zij bij uitrukken, boven sterkte mee. De toelatingseisen zijn niet gering: je moet een goede conditie hebben, want er wordt veel van je gevraagd. Denk maar eens aan dat pak met zuurstoffles inclusief gereedschap en slangen totaal zo'n veertig kilo, het hanteren van de hydraulische schaar, zware brandslangen, slachtoffers wegslepen enzovoort. Daarnaast moet je stabiel, empathisch en stressbestendig zijn en de psychologische test met goed resultaat afleggen.'

Melding

'Bij een brandmelding of ernstig verkeersongeval wordt de hele ploeg opgepiept. Bij piket is er opkomstverplichting, vanaf 07.00 uur vrije opkomst. Overdag zijn er manschappen genoeg. De eerste zes met de juiste functies gaan dan op de auto, bij mogelijke slachtoffers gaat een tweede auto mee. Tijdens de rit wordt aan de hand van een plattegrond een voorlopig plan van aanpak gemaakt. Ter plaatse gaat de redding van slachtoffers altijd vóór het bluswerk. Eerst een verkenning om het huis, waar is de brand, zijn er deuren, ramen open enzovoort. Altijd met twee man naar binnen en elkaar niet uit het oog verliezen in verband met vallend glas, verzwikken, vallen en dergelijke.'

Teamgeest

'Een team bestaat uit zes personen, die met elkaar zeer hecht zijn en elkaar goed in de gaten houden. Ze houden rekening met elkaars wel en wee, ook privé, want bij levensbedreigende situaties

Wat doe jij over 4 minuten?

De nieuwe wervingscampagne van de Brandweer gaat van start onder de naam 'Wat doe jij over 4 minuten?' Met deze campagne wordt de veelzijdigheid van het mooie brandweervak in beeld gebracht. In slechts een paar minuten tijd kan de dag van een brandweerman of -vrouw er ineens anders uitzien ...

Voor meer info over de Brandweer en werken bij de Brandweer:

➤ www.brandweer.nl ➤



Vergoeding

In tegenstelling tot andere vrijwilligers krijgen de vrijwillige brandweermannen en -vrouwen een kleine vergoeding. ➤

Altijd met twee man naar binnen en elkaar niet uit het oog verliezen [...] bij levensbedreigende situaties moet je van elkaar op aan kunnen.

Mark Heerschop
(links) en Klaas
Speksnijder

moet je van elkaar op aan kunnen. Een team is een team, maar men gaat daar flexibel mee om. Bij incidenten met bijvoorbeeld jonge kinderen worden de jonge vaders en moeders gevraagd 'kun je dit aan?' Veel grote woonhuisbranden hebben we niet, de laatste was in 2009 waarbij we vier kinderen niet meer konden redden. Dat hakte er ook bij ons stevig in. Wel rukken we vaak uit voor bedrijfsbranden en verkeersongevallen op de N50, waarbij nogal eens ernstig gewonde en dodelijke slachtoffers vallen. Het is dan onze taak om de slachtoffers uit het wrak te bevrijden. Na een incident keert het team terug in de kazerne en wordt de inzet besproken. 'Wat ging goed, wat kan beter, hebben we al het mogelijke gedaan, wat kunnen we hiervan leren'. Er is een bedrijfsopvangteam dat nazorg kan verlenen.

Bijzondere momenten

'Jaarlijks houden we een teambuildingsdag met diverse activiteiten, ook is er een feestelijke korpsavond met partners, waar diploma's worden uitgereikt en jubilarissen gehuldigd. Voor omgekomen brandweerlieden wordt op de derde zaterdag in juni bij het brandweermuseum in Schaarsbergen een landelijke herdenkingsdag gehouden. Om 12.00 uur laat men dan op alle kazernes twee waterstralen elkaar kruisen, een indrukwekkend moment.'

Agressie

'Agressie komt regelmatig voor, al is het de laatste jaren wel minder door preventief werk van politie en gemeente. Soms begrijpen we wel dat het niet leuk is als wij een vreugdevuurtje verstoren,



Grote wandafbeelding in kantine brandweerpost Kampen



maar soms begrijpen we het niet, wanneer een buurman boos wordt omdat we 's nachts, niet geluidloos, een ernstig zieke man met een hoogwerker horizontaal uit zijn huis takelen.'

De Brandweer omdat...

Klaas: 'Mijn vrouw bracht een flyer van de Brandweer mee: 'dat is echt iets voor jou'. Inderdaad, bij de infoavond was ik meteen enthousiast. Ik kwam goed door de selectie. Mijn thuisfront steunt me, al zijn ze zich er terdege van bewust dat dit werk niet zonder gevaar is. Ook mijn werkgever staat achter mij, Ik ben van beroep gymleraar en teamcoach op een school voor voortgezet onderwijs. Mijn werkgever had er laatst zelfs profijt van toen we een schoolontzuiming met 1.250 leerlingen gecombineerd hebben met een oefening van de Brandweer. De

opleiding heb ik nu bijna afgerond, met het diploma Manschap-A kan ik straks volwaardig meedoen.'

Mark: 'Bij ons gaat het van vader op zoon. Al jong genoot ik van vaders spannende verhalen, zijn indrukwekkende spullen en grote auto's. Ik ben nu tien jaar bij de Brandweer, over die tijd kan ik wel een boek schrijven. De eerste jaren was ik naast mijn werk als theatertechnicus bij de vrijwillige Brandweer, nu ben ik beroeps én vrijwilliger. Dat is door de wisseldiensten prima te combineren. De Brandweer zit nu eenmaal in mijn bloed, het is het mooiste vak. Als ik op een ver strand vakantie houd en lees dat er hier een flinke brand was, vind ik het jammer dat ik er niet bij was. Want als je kan, dan ga je!' 📌

JOKE BOS



KORTE BERICHTEN

➤ Zorg voor het milieu

➤ Wil je prettig en gezond leven met aandacht voor het milieu? Ontdek waar je op kunt letten bij het klussen of verbouwen. Vind milieuvriendelijke schoonmaaktips en lees hoe je ongedierte bestrijdt zonder gif. Check hoe je milieubewust dieren kunt houden. Red de bijen met een bloemenoffensief

in je tuin of op je balkon en haal daarvoor inspiratie uit de bloemetjes- en bijjeskalender van Milieu Centraal.

www.milieucentraal.nl

➤ Een ouderwets (af)wasje met de hand tussendoor vermindert je waterverbruik. Meer eenvoudige energiebesparende tips vind je op www.hetkanwel.nl 📌



➤ Johanniter plaatjes

Willem-Jan van Ittersum stuurde ons foto's die hij maakte bij een bezoek aan de St John the Baptist Church in Cardiff (Wales). 📌



Contact is waardevol

Veel ouderen zitten verlegen om een beetje aandacht of hulp. Bel gerust eens aan bij je buurman of je buurvrouw om een praatje te maken, je hulp aan te bieden of samen een boodschap te doen. Het Nationaal Ouderenfonds kan je helpen om een match te vinden.

www.ouderenfonds.nl 📌



➤ Opleiding manschap-A:

- Brandbestrijding
- Technische hulpverlening
- Ongevallen en gevaarlijke stoffen
- Assistentie waterongevallen
- VRH module regiospecifieke kennis 📌

➤ Bestuur Johanniter Nederland stelt zich voor



Net als iedere stichting heeft Johanniter Nederland een bestuur. Onze bestuursleden zijn afkomstig van de Johanniter Orde in Nederland, de oprichter van de stichting. Leden van deze Orde zijn van adellijke en protestantse afkomst. Wie lid wordt legt de gelofte af dat hij/zij zich zal inzetten voor de medemens.

Vlnr Aernout, Jan
Willem, Fleur, Floor,
Aram, Carine,
Willem-Jan, Willem

Dit krijgt op vele manieren invulling, zoals u in de stukjes hieronder kunt lezen. En het bestuurswerk op zich is natuurlijk ook vrijwilligerswerk, dat veelal naast drukke banen gedaan wordt. Vergaderen hoort erbij, maar de leukste 'taak' vinden de bestuursleden het uitreiken van Johanniter spelden aan de vrijwilligers. Wie weet komt u een van hen binnenkort wel tegen op zo'n bijeenkomst!

Aernout van Citters

Enige jaren terug was ik bestuurlijk betrokken bij het Aandachtcentrum in Dordrecht. Daar viel me op hoe groot de afstand is tussen mensen die voor zich zelf kunnen opkomen en die het goed hebben en mensen die meestal ongewild afhankelijk zijn van andere mensen in onze maatschappij. Ik beseftte hoe goed ik het eigenlijk had. Als je bevoorrecht bent, mag je best wat terug geven aan de maatschappij. In mijn huidige functie als voorzitter van het bestuur kom ik regelmatig naar bijeenkomsten waarbij ik vrijwilligers ontmoet. Ik

word enthousiast als ik de verschillende verhalen van deze vrijwilligers hoor, die zich meestal veel langer ingezet hebben dan ik dat ooit zal kunnen doen.

Aram van Bunge

Ik ben bestuurslid van Johanniter Nederland en ook kanselier van de Johanniter Orde. In het dagelijks leven ben ik advocaat in Rotterdam. Dat is best een hectisch bestaan waarbij ik midden in het zakenleven sta. Eerlijk gezegd is het een verademing om dan bij Johanniter Nederland te zien dat er nog veel mensen zijn die zich vrijwillig inzetten voor anderen. Ik draag daar dan ook heel graag een steentje aan bij. Het is heerlijk om om te gaan met enthousiaste mensen die belangeloos vrijwilligerswerk verrichten. Het biedt een fijn tegenwicht ten opzichte van het zakelijke werk dat ik elke dag doe.

Carine van Rappard

Samen met mijn jongste dochter woon ik in het knusse Baarn. Zij is 20 jaar en ernstig meervoudig

beperkt, waardoor zij 24 uur per dag intensieve zorg nodig heeft. Hierdoor ervaar ik elke dag hoe belangrijk goede zorg is, niet alleen de gespecialiseerde zorg maar ook de hulp bij mantelzorg, een (korte) vakantie of een dagje uit. Kortom, hoe belangrijk zorgvrijwilligers zijn! Mijn oudste dochter studeert Gezondheidswetenschappen in Rotterdam en is ook daar actief als vrijwilliger bij een zorgorganisatie. Mantelzorg en vrijwilligerswerk zijn voor ons dus vanzelfsprekend én heel waardevol!

Floor van Dedem

In 1994 ben ik met mijn – toen nog – jonge gezin in de Betuwe komen wonen en wilde ik me graag actief inzetten op caritas-gebied, vanuit Christelijke waarden. Via mijn lidmaatschap van de Johanniter Orde kwam een rol als coördinator van de vrijwilligersgroep in de Halderhof in Bennekom op mijn pad. Deze rol heb ik 7 jaar met veel plezier vervuld. Daarna heb ik diverse activiteiten onder de vlag van de Orde mogen uitoefenen. Sinds april 2018 ben ik Werkmeesteres in het Kapittel, verantwoordelijk voor Johanniter Nederland. Ik ben getrouwd en heb twee kinderen en veel dieren.

Fleur de Beaufort

Sinds tweeënhalf jaar ben ik als bestuurslid betrokken bij Johanniter Nederland, met als specifiek aandachtsgebied de vakanties. Toen ik lid werd van de Johanniter Orde stond voor mij vast dat ik me graag actief wilde inzetten. Al snel was ik o.a. vrijwilliger bij de vakantieweken, betrokken bij redactiewerk en vertegenwoordiger in een internationaal jongerenoverleg. In het dagelijks leven ben ik onderzoeker bij een politiek-wetenschappelijk bureau in Den Haag en algemeen directeur bij Nationaal Bomenmuseum Gimborn in Doorn. Daarnaast ben ik bestuurlijk actief in de wereld van cultuur en natuur. Sinds enkele jaren geniet ik, samen met Martijn, van het gemoedelijke leven op het Brabantse platteland.

Jan Willem Storm van 's Gravesande

Ik woon in Oegstgeest en ben lid van de Johanniter Orde sinds 1989 en sinds 2014 zit ik in het bestuur van Johanniter Nederland. Mijn grootvader en vader waren eveneens lid van de Orde en mijn echtgenote, onze oudste zoon en mijn broer zijn ook lid, een familietraditie dus. Na mijn economische en juridische studies – met als specialisatie lucht- en ruimterecht – heb ik onafgebroken bij luchtvaartmaatschappijen gewerkt (waarvan 32 jaar bij KLM).

Na mijn pensioen heb ik met een KLM-collega een consulting bureau opgericht dat adviseert in luchtvaartkwesties en dat opdrachten en projecten uitvoert in binnen- en buitenland.

Karel van Lynden

Hoewel al vanaf mijn 18^e jaar Johanniter, ben ik vooral voor de Ridderlijke Duitse Orde Balije van Utrecht (RDO) actief: als commandeur van Schoonhoven, lid van het bestuur van de Stichting Urgente Noden Krimpenerwaard en lid van de TEMA Commissie. Andere besturen waarin ik actief ben zijn Operadagen Rotterdam, Stichting Fonds tot Instandhouding van de Grote- of Sint Laurenskerk in Rotterdam, het Bataafsch Genootschap der Proefondervindelijke Wijsbegeerte, Stichting de Laurenspenning en nog een aantal. In het dagelijks leven ben ik advocaat te Rotterdam. En meer als hobby geef ik workshops zakelijke etiquette onder de naam Wellevendheid.

Willem-Jan van Ittersum

Als vrijwilliger heb ik twee keer per maand een bezoek gebracht aan 'boefjes' in een justitiële jeugdinrichting. Ook ben ik met twee Johanniter vakantieweken mee geweest, heb ik een Jan's Dag en het zestigjarig jubileumfeest voor de vrijwilligers van de Johanniter vakantieweken georganiseerd. Wat mij daarbij is opgevallen is de enorme betrokkenheid en de naastenliefde van de vrijwilligers en de grote dankbaarheid van diegene waarvoor je je als vrijwilliger inzet. Mijn persoonlijke ervaringen als vrijwilliger laten mij inzien hoe waardevol het werk van Johanniter Nederland is. Als bestuurslid hoop ik hier mede invulling aan te kunnen geven.

Willem van Lawick

Sinds 2014 ben ik bestuurslid en penningmeester van Johanniter Nederland. Beroepshalve ben ik verantwoordelijk voor een fonds dat investeert in bedrijven die innovatieve medische producten ontwikkelen. Het doet mij bijzonder plezier betrokken te zijn bij Johanniter Nederland, vooral bij het uitbouwen en verder professionaliseren van de organisatie. Met een kleine bezetting is dat in deze tijd, met toenemende eisen en regelgeving, best een uitdaging maar dankzij het enthousiasme en de inzet van de medewerkers van Johanniter Nederland gaat dat bijzonder goed. En dat geeft veel voldoening! ➤

KATINKA KERSTING

➤ We gaan de weg op!

Mooi nieuws: binnenkort rijden er drie Johanniter rolstoelbusjes rond op verschillende plekken in Nederland. Hiermee maken we uitstapjes mogelijk voor ouderen voor wie het anders moeilijk is de deur uit te komen.

Het belangrijkste doel van Johanniter Nederland is een bijdrage te leveren aan de kwaliteit van leven van mensen in een kwetsbare positie. Dat kunnen we doen dankzij de financiële bijdragen van fondsen, maar vooral dankzij de bevlogen inzet van talloze vrijwilligers die wandelen met bewoners van zorginstellingen, mensen in het ziekenhuis op hun gemak stellen, begeleiden bij vakanties, een luisterend oor bieden en ga zo maar door.

Meebewegen

Er gebeurt al zo veel moois onder de Johannitervlag en toch blijven we proberen het nóg beter te doen en kijken we steeds of we méér kunnen betekenen. Want de samenleving verandert voortdurend. Wat gisteren niet nodig was, is vandaag misschien juist een grote noodzaak. Hoe we in het verleden deden, is nu misschien niet meer de beste aanpak.

Zorginstellingen

Zo is de zorgverlening rond ouderen de laatste jaren nogal veranderd. Het bejaardenhuis van vroeger bestaat niet meer. Alleen mensen die veel zorg nodig

hebben kunnen nog in een instelling terecht. Voor de overige ouderen wordt eventuele ondersteuning en zorg thuis georganiseerd. Voor zorginstellingen betekent dit dat ze niet alleen vaste bewoners hebben, maar daarnaast vaak vele andere diensten aanbieden, zoals thuiszorg, dagbesteding, maaltijdbezorging, beschermd wonen, hospicezorg en activiteiten voor wijkbewoners.

Belevingsgericht

Binnen deze dienstverlening is er een verschuiving naar belevingsgerichte zorg. Dit houdt in dat traditionele activiteiten steeds meer volgens de behoeften van de bewoners en cliënten van instellingen wordt ingericht en er is meer aandacht voor individuele interesses en wensen. Dat vinden wij een zeer positieve ontwikkeling, waar we graag op aansluiten.

Wensen

In gesprek met diverse instellingen die aan Johanniter Nederland verbonden zijn, kwam naar voren dat allerlei vormen van uitstapjes goed aansluiten bij deze belevingsgerichte zorg. Zij kunnen een belangrijke

bijdrage leveren aan de kwaliteit van leven van hun bewoners en cliënten. Dat kan in groepsverband, maar ook individueel. Het gaat vaak om eenvoudige wensen, zoals: 'Ik zou zo graag een keer een kopje koffie drinken aan zee.' 'Het zou zo fijn zijn nog een keer mijn ouderlijk huis te zien.' 'Als ik nou net als vroeger elke week een bosje bloemen op de markt kon kopen.' Vanuit de instellingen en de vrijwilligers is er de wil om uitjes te organiseren en persoonlijke wensen te vervullen, maar het lukt niet altijd, omdat het vervoer ontbreekt voor mensen die rolstoel gebonden zijn.

Kosten

Met een rolstoelbus zouden deze uitstapjes wél gerealiseerd kunnen worden. De instellingen gaven aan dat ze dit heel graag zouden willen, maar dat ze de kosten die gemoeid zijn met het beheer van een eigen bus, zoals onderhoud en verzekering, niet kunnen dragen. Toen ontstond bij Johanniter Nederland het idee voor een leaseconstructie en zijn er financiers gezocht om dit mogelijk te maken.

Toegevoegde waarde

Het 'rolstoelbusplan' werkt als volgt: een rolstoelbus wordt door Johanniter Nederland geleased en vervolgens kosteloos ter beschikking gesteld aan een zorginstelling. Hier zijn wel een aantal voorwaarden aan verbonden. Zo moet er een vastgesteld aantal ritten per week gemaakt worden en mag de bus alleen ingezet worden voor activiteiten die anders niet mogelijk zouden zijn. Met andere woorden: we willen dat de bus echt iets toevoegt voor de bewoners en andere cliënten van de zorginstelling.

Drie rolstoelbusjes

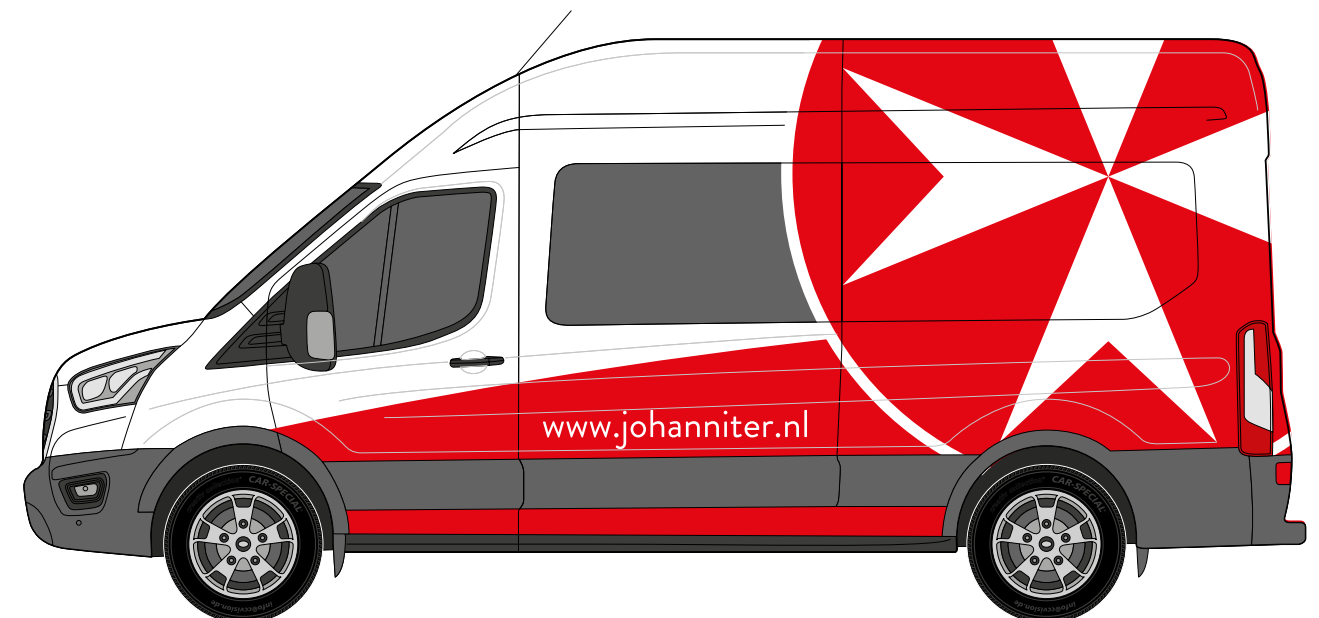
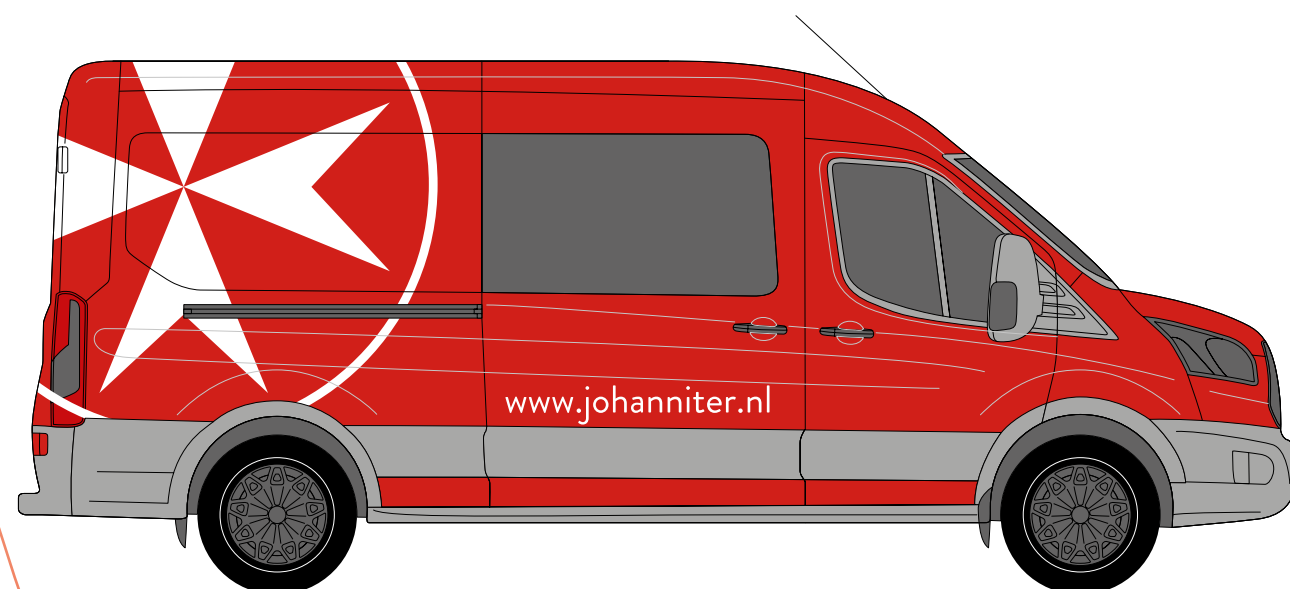
We hebben nu voor drie bussen financiering gevonden. Deze worden ter beschikking gesteld aan zorginstellingen die goed konden aangeven hoe de bus wordt ingezet en die daarnaast voldoende vrijwillige chauffeurs kunnen regelen om de ritten te maken. Dat zijn: Zorgstroom in Middelburg, Huis ter Leede in Leerdam en DrieGasthuizenGroep in Arnhem. We zijn blij en trots dat we dit hebben kunnen realiseren, het is een uniek concept!

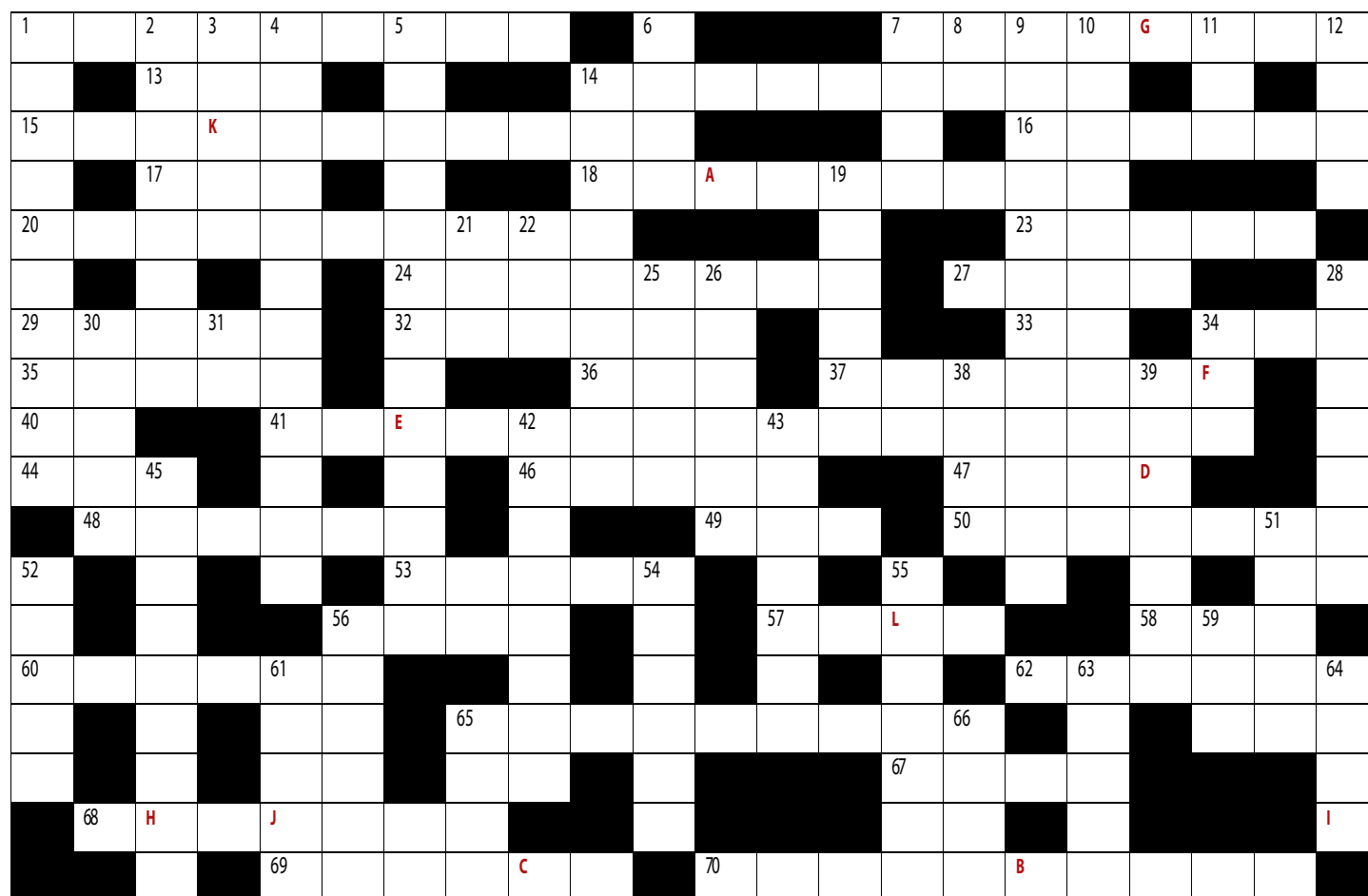
Goed herkenbaar

We hopen dat het plan zo uitpakt als bedacht en dat heel veel rolstoelgebonden ouderen op deze manier een uitstapje kunnen maken of deel kunnen nemen aan activiteiten. Het gaat daarbij niet alleen om bewoners van de instellingen, maar ook om thuiswonende cliënten die niet mobiel zijn. U zult er zeker nog over lezen in dit blad, onze website en Facebookpagina, want de afspraak is dat de zorginstellingen als tegenprestatie ons regelmatig een verslagje en foto's sturen van de uitjes. En wie weet ziet u zelf binnenkort ook wel ergens in Nederland zo'n Johanniterbusje rijden. We hebben ze expres goed herkenbaar gemaakt, want zo werken we tegelijkertijd aan onze naamsbekendheid.

Johanniter vakanties

Tijdens onze zorgvakanties lenen we de rolstoelbussen af en toe een weekje of weekend terug. Dan rijden we zelf met onze vakantiegasten rond voor allerlei uitstapjes. Want wat is er nou leuker dan om dat in onze 'eigen' bus te doen! ➤ KATINKA KERSTING



**Horizontaal**

1. seizoensplant; **7.** zeer giftige vis; **13.** tijd van aankomst (afk.); **14.** bochtig door het landschap kronkelen; **15.** vreemd; **16.** krijtgesteente; **17.** woord van eer; **18.** populaire benaming voor bovengrondse deel van aardoliepomp; **20.** sociodrama; **23.** effen; **24.** Russische staatsman; **27.** vogel; **29.** naam van karakter uit de strip peanuts; **32.** bargereedschap; **33.** overdreven; **34.** zon (Eng.); **35.** vrees; **36.** beesten; **37.** bescheiden; **40.** uitroep; **41.** onmiskenbaar; **44.** aanwijzing; **46.** dierentuin; **47.** slim; **48.** vooral; **49.** prikkelbare darm syndroom (afk.); **50.** referentiepunt; **53.** lief; **56.** voetbalbond; **57.** groente; **58.** rivier; **60.** uitstapje; **62.** lid van een oud indianenvolk; **65.** deftig en fier; **68.** koud; **69.** afwijkend; **70.** brenger van de goede boodschap.

Verticaal

1. tekening; **2.** arrangement; **3.** deel van een bloem; **4.** toiletartikel; **5.** verplaatsen; **6.** gigantisch; **7.** religieus gebouw; **8.** ondernemingsraad (afk.); **9.** lokaal; **10.** vol van energie; **11.** verklaring omtrent het gedrag (afk.); **12.** uitverkoop; **14.** op grote afstand; **19.** honkbalterm; **21.** speelgoed; **22.** zomer (Fr.); **25.** gemeenschappelijke weide; **26.** Tilburgse band; **28.** muziekterm; **30.** Noordpoolbewoner; **31.** VS; **34.** Stichting Sportbelang Gehandicapten (afk.); **38.** meisjesnaam; **39.** wintervertier; **42.** alledaags; **43.** boom; **45.** toestemming; **51.** Belgische provincie; **52.** christelijke feestdag; **54.** herstellen; **55.** soort vruchten; **56.** houtsoort; **59.** bevel; **61.** type volkswagen; **63.** lakmerk; **64.** bouwvallig huis; **65.** houding; **66.** corridor. ☺

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

Stuur uw antwoord **voor 1 maart 2020** 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 Lenie Kloos uit Katwijk. De oplossing was: SAAMHORIGHEID. ☺

➤ Activiteitengids

Monika Eberhart, dementiedeskundige, schreef de *Activiteitengids*, met meer dan tweehonderd zinvolle dagbestedingen voor mensen met dementie.



De *Activiteitengids* is bedoeld voor iedereen die zorgt voor iemand met dementie en helpt bij het vinden van de juiste activiteiten. Door actief bezig te blijven kan het ziekteproces wat vertraagd worden, met name door bewegingsactiviteiten. Ook wordt informatie gegeven over de verschillende soorten van dementie, veranderingen en problemen die zich voordoen en hoe hiermee om te gaan. De activiteiten variëren van wandelen, dansen, gedichten schrijven, vlinders maken, popcorn maken en picknicken tot geuren herkennen, snoezelen, sjoelen, ijs maken en zwemmen. Een liefdevol, kleurrijk en zeer toegankelijk handboek voor de groeiende groep mantelzorgers van dementerenden. ☺



Vrijwilligers bedankt!

Tijdens de 'Nationale Vrijwilligersdag' – jaarlijks op 7 december – worden landelijk vrijwilligers in het zonnetje gezet. Wij willen wij alle Johanniter vrijwilligers ook hartelijk bedanken. Bovendien vierten wij ons 45-jarig bestaan als stichting. Daarom vind je bijgesloten bij dit blad een Johanniter vriendschapsarmbandje. Want net als bij vriendschap draait het bij vrijwilligerswerk om verbondenheid en omzien naar elkaar. De waarde hiervan is niet in materie uit te drukken, daarom een klein symbolisch cadeautje om te laten weten dat jullie geweldig en onmisbaar zijn! ☺

2020

28 mrt	Startdag vakantie vrijwilligers
9 mei	Vrijwilligersdag
15 t/m 18 mei	Vakantie weekend in Lemele
30 mei t/m 5 jun	Vakantie week in Lemele
24 juli t/m 27 jul	Efteling vakantie
22 t/m 28 aug	Vakantie week in Lunteren
4 t/m 7 sep	Vakantie weekend in De Rijp
11 t/m 14 sep	Vakantie weekend in Oud Gastel
10 t/m 16 okt	Vakantie week in Mechelen
23 t/m 27 dec	Kerst vakantie

**SPELUITREIKINGEN****2019**

25 jul	Amaris Theodotion (Laren), 60 Johanniterspelden
10 okt	DSV- verzorgd leven, locatie Huize Salem (Katwijk), 8 Johanniterspelden
13 nov	DrieGasthuizenGroep (Arnhem), 3 Johanniterspelden
22 nov	Johanniter Hulpgroep Delft, 8 spelden
13 dec	Haspadie Kerkelijke gemeenten (Katwijk), 3 spelden
18 dec	Antes/Bavo Europoort (Rotterdam), 18 spelden

➤ Johanniter artikelen

Misschien heeft u het wel eens gezien tijdens een vrijwilligersdag; er zijn diverse artikelen te koop met het Johanniter kruis er op. U kunt ze nu ook bestellen via: info@johanniter.nl. De verzendkosten betaalt u zelf.



Rugzak
€ 10,-



Theedoek
€ 3,50



Kofferlabel
€ 2,-



Rugzakje
€ 2,50



**Doosje
naamkaarthouders,**
incl. 9 kaartjes
€ 15,-



Paraplu
€ 12,-



Boodschappentasje
€ 2,-



Karaf
€ 22,50
Wijnglas
€ 3,50



A5 map
€ 4,-



USB stick, 16 GB
€ 10,-



**Vriendschaps-
armbandje**
€ 1,50



Pen
€ 1,-