

Contact blad



**Eindelijk weer
Johanniter vakanties
als vanouds...**

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, Joost Röselaers

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

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

Beste lezer,

Inmiddels behoort Nederland tot de snelst vaccinerende landen van Europa. Wie had dat gedacht, na alle opstartproblemen? Stap voor stap komen we uit de lockdown en dat is soms nog wel even wennen. Boodschappen doen zonder mondkapje blijft bijvoorbeeld nog altijd vreemd aanvoelen, maar dat begint langzaam te verdwijnen. Veel zal terugkeren bij het oude, sommige dingen – zoals thuiswerken – zullen voorgoed veranderen. Laten we genieten van wat weer kan en de waardevolle aspecten van de afgelopen periode koesteren. Ik spreek veel mensen die ernaar uitkijken terug naar kantoor te gaan, maar zeker niet voor de hele week. En zo ontstaan weer nieuwe kansen en mogelijkheden.

Ook bij Johanniter Nederland zoeken we naar nieuwe mogelijkheden. Verderop in dit nummer vertellen Marian Dingena en Marga Korswagen over het project 'Oud, Nieuw en Jong!' dat erop gericht is om het vrijwilligerswerk na corona weer nieuw leven in te blazen. Hierbij is het heel belangrijk om nieuwe wegen te bewandelen, zoals het inzetten van stagiaires. Het is zo ontzettend fijn dat we in het najaar weer vakanties kunnen aanbieden; het kunnen uitbreiden van het aanbod in de toekomst zou nog mooier zijn!

In 'Gluren bij de burens' wordt u meegenomen in het project *Running Blind*, dat tot doel heeft alle blinden en slechtzienden aan het hardlopen of wandelen te krijgen. Een geweldig initiatief want bewegen is belangrijk voor iedereen en wat is er mooier dan iemand met oogklachten die weer een marathon kan lopen?

Bij de DrieGasthuizenGroep begint het vrijwilligerswerk inmiddels weer een vlucht te nemen. Er wordt druk gewerkt aan activiteiten om sociaal contact te bevorderen waarbij de jubileumactiviteiten in het kader van het 775-jarig bestaan centraal staan. Ook daar wordt gezocht naar nieuwe oplossingen en is men sinds kort scholieren aan het werven, heel waardevol voor zowel de jongeren als de organisatie!

En zoekt u inspiratie voor een dagje uit, verderop leest u wat er allemaal te beleven valt in het mooie Rotterdam; echt een stad voor elk wat wils. Ik wens u een fijne nazomer toe!

DAVID VAN LENNEP

Inhoudsopgave

Afscheid nemen

In zijn overdenking gaat dominee en redactielid Joost Röselaers na wat de coronatijd heeft gebracht. Natuurlijk, er was veel ellende, maar daarnaast leverde het op sommige punten ook iets op...

Gluren bij de burens

Je hebt een visuele beperking en je wilt dolgraag hardlopen, aan nordic walking doen of wandelen. Maar zonder begeleiding gaat je dat niet lukken. Daar weet de stichting Running Blind raad op! Zij heeft regiogroepen waarin sporters en buddy's bij elkaar gebracht worden om samen te gaan sporten.

Te doen in

Rotterdam heeft veel meer te bieden dan menig een denkt. Redactielid Sacha Jansen is woonachtig in deze grote stad en vertelt wat er zoal te beleven valt en welke prachtige groengebieden er zijn.



8



10



18

En verder

4 Van twee kanten • 10 'We haalden rolstoelen bij de vuilnisbelt' • 12 Gedicht • 14 DrieGasthuizenGroep • 16 De praktijk • 20 Internationaal • 21 Puzzel • 22 Korte berichten • 23 Agenda, spelduitreikingen • 24 In contact met •

➤ 'Oud, nieuw en jong!'

Marian Dingena en Marga Korswagen zitten beiden in het projectteam van het Johanniter project 'Oud, Nieuw en jong!' en vertellen er elk vanuit hun eigen invalshoek meer over.

Marian:

"Begin mei werd ik gebeld door een vriendin die als vrijwilliger bij Johanniter Nederland werkt. Ze vertelde dat er een projectleider gezocht werd. Of dat iets voor mij was? Deze vraag kwam precies op het juiste moment. Ik heb 25 jaar als docent aan de Erasmus Universiteit gewerkt en als consultant bij een bedrijf, waar ik internationale adviestrajecten heb gedaan. Gaandeweg ben ik me daarbij steeds meer gaan richten op het ontwikkelen van leertrajecten die worden ingezet bij veranderprocessen. Wat moeten de medewerkers kunnen of weten om de verandering te bewerkstelligen? Want als je de mensen niet meekrijgt in het proces komt er weinig van de grond. Het was ontzettend leuk werk, toch wilde ik al een tijdje een andere kant op, meer gericht op



Marian

een maatschappelijke bijdrage. Daarom meldde ik me aan als vrijwilliger bij twee organisaties en ben ik voor mijzelf begonnen in projectmanagement en interim dienstverlening. Het project van Johanniter Nederland sluit heel mooi aan bij wat ik zelf al wilde, dus ik was blij dat de vriendin aan mij had gedacht. Twee dagen later had een sollicitatiegesprek met Lidwien, de directeur van Johanniter Nederland, diezelfde middag hoorde ik dat ik het geworden was en rond etenstijd kreeg ik alle achtergrondinformatie over het project en begon ik aan de klus. Een vliegende start dus. Dit was nodig omdat het project aan einde van dit jaar moet worden afgerond.

Het doel van het project is om het vrijwilligersbestand uit te breiden en ervoor te zorgen dat huidige en toekomstige vrijwilligers goed begeleid en ondersteund worden. We richten ons nu op drie hoofdactiviteiten:

1. Het werven van jongere vrijwilligers via nieuwe kanalen.
2. Een app ontwikkelen voor alle vakantie-vrijwilligers (de Johanniter Vakantie App)
3. Educatief (film)materiaal ontwikkelen ter ondersteuning van het vrijwilligerswerk.

We hebben een projectteam opgericht met medewerkers van Johanniter Nederland, Marga Korswagen als ervaringsdeskundige van de vakantie-weeken en ikzelf als projectleider. Er is al heel veel in gang gezet om nieuwe vrijwilligers te werven via allerlei social media-kanalen, de website, publicaties en het netwerk van medewerkers, bestuursleden en vrijwilligers. We onderzoeken nu of we jongeren kunnen inzetten via maatschappelijke diensttijd (MDT), we hebben een paar brainstorm-

sessies gehouden over de vereisten voor de app en binnenkort beginnen we aan de educatieve filmpjes. De samenwerking binnen dit team is geweldig.

Naast de wervingsacties voor reguliere vrijwilligers is het idee om studenten van bijvoorbeeld verpleegkunde of toerisme opleidingen in te zetten als stagiair tijdens de vakantie-weeken. Hierover voeren we momenteel verkennende gesprekken met een aantal hogescholen. Uiteindelijk willen we gaan samenwerken met twee of drie opleidingen zodat we verzekerd zijn van een vast aantal stagiairs per jaar. Voorlopig is er genoeg te doen!"

Marga:

"Toen ik jaren geleden begon bij de Johanniter vakantie-weeken mocht je als vrijwilliger maar één keer per jaar mee, anders konden niet alle vrijwilligers geplaatst worden, en dan nog was het zaak er heel snel bij te zijn. De laatste tien jaar wordt het echter steeds lastiger om voldoende vrijwilligers te vinden. Dat geldt niet alleen voor ons, organisaties als de Zonnebloem kampen met hetzelfde probleem. Jonge mensen hebben tegenwoordig bijna allemaal een fulltimebaan en kunnen niet zomaar een weekje weg. En ook voor mensen die in de zorg werken is het lastiger geworden. Toen ik als verpleegkundige in het ziekenhuis en later in een verpleeghuis werkte, kreeg ik vrije dagen om met een vakantie-week mee te kunnen. Dat soort regelingen zijn er nu niet meer, de zorg wordt steeds zwaarder en er kunnen geen handen aan het bed worden gemist. Daarom is het heel goed dat we er nu echt werk van maken om nieuwe en jonge vrijwilligers aan te trekken!



Marga

Ik ben bij het projectteam gevraagd omdat ik al heel wat jaartjes meeloop bij de vakantie-weeken. Een van de dingen die ik doe is mensen bellen die reageren op onze Facebook-actie om vrijwilligers te werven. Dat vind ik ontzettend leuk om te doen omdat ik merk dat mensen enthousiast worden van mijn verhaal. Ze kunnen niet altijd tijd vrijmaken op de momenten dat de vakanties plaatsvinden, maar dan gaan ze misschien volgend jaar mee.

Het plan om ook stagiairs in te zetten tijdens de vakanties vind ik geweldig. Tijdens een vakantie-week kun je ze enthousiast maken voor het vak, er is ruimte om echt aandacht en goede zorg te geven. Het lijkt mij ontzettend leuk om de studenten hierin te begeleiden. Als we het goed doen, is het een superleuke ervaring voor de stagiairs, dat is cruciaal. Bij mijn eerste vakantie-week kreeg ik geen goede begeleiding en was ik aan het einde van de week totaal afgeknapt: dit nooit weer. Toch heeft iemand me over weten te halen om het nog een keertje te proberen. Toen was de begeleiding wel goed en vond ik het fantastisch, sindsdien ben ik eraan verslingerd. Daarom neem ik ook vrienden mee, die vervolgens ook jarenlang vrijwilliger blijven. 's Ochtends en 's avonds is het even aanpoten, maar overdag ben je vooral leuke dingen aan het doen. Het is zoveel leuker dan werken in een ziekenhuis of een verzorgingshuis. Je hebt écht contact en je leert om te gaan met mensen met een beperking, vooral door hoe ze er zelf mee omgaan. Het is ontzettend bevredigend om op deze manier het vak te leren en het kan enorm veel bijdragen aan een opleiding. De zorg tijdens een vakantie-week is geen lopende band werk, je geeft en krijgt zoveel méér! •

KATINKA KERSTING

➤ Belangstelling?

Op korte termijn moeten we alle zeilen bijzetten om voldoende vrijwilligers te werven voor dit jaar. Dus laat het vooral weten als je belangstelling hebt of iemand anders weet. Alle vragen en suggesties zijn welkom, bel of mail gerust! (dingena@johanniter.nl, 06 54 37 66 78). •

➤ Achtergrond

Johanniter Nederland heeft samen met negen andere vrijwilligersorganisaties subsidie gekregen van het ministerie van VWS om het vrijwilligerswerk na corona weer nieuw leven in te blazen. Wij zetten deze subsidie in op het project Oud, nieuw en jong! Dit project moet ervoor zorgen dat we voldoende vakantie-vrijwilligers hebben om de Johanniter vakanties nu en in de toekomst veilig te stellen en op termijn het aanbod uit te breiden. Want door de toenemende vergrijzing zal de vraag naar het type vakanties dat wij aanbieden alleen maar groter worden. •

Afscheid nemen

De coronatijd associeer ik met afscheid nemen. Allereerst op een alledaags niveau.

Afscheid nemen van veel gewoontes die wij als vanzelfsprekend waren gaan ervaren.

De dagelijkse files en het vele vliegen. Een reis naar Den Haag voor een vergadering die achteraf niet per se de moeite van het verplaatsen waard was. Gewoontes in mijn eigen werkgebied. De predikant die na afloop van de kerkdienst alle aanwezigen de hand schudt (met de kennis van nu: hoeveel virussen en bacteriën zou ik daarmee in de loop der jaren hebben doorgegeven?). Is dit niet een goed moment om van deze gewoontes afstand te doen?

De coronatijd associeer ik met afscheid nemen. Ook op een dieper, existentieel niveau. Het afscheid nemen van het leven zelf hing de hele tijd in de lucht. Dagelijks werden wij geconfronteerd met cijfers over het aantal mensen op de IC's en het aantal doden ten gevolge van het virus. Dat doet iets met ons. Als predikant bezoek ik heel regelmatig mensen thuis. Wij spreken dan in alle vertrouwelijkheid en openheid over levens- en geloofsvragen. De afgelopen anderhalf jaar waren de gesprekken intenser. Vanwege de maatregelen waren wij allen aan huis gekluisterd en teruggeworpen op onszelf. En in die setting bereikten ons de berichten van het RIVM over het aantal zieken en doden. Dat liet ons niet onverschillig. Wij gingen onszelf prangende vragen stellen: als ik ziek word, wil ik dan wel opgenomen worden op de IC? Hoe kijk ik überhaupt aan tegen het leven en de dood? En als het zover is, hoe wil ik mijn afscheidsdienst vorm laten geven? Het valt mij op hoeveel mensen daarover nagedacht en soms gepekerd hebben in deze coronatijd. En hoe bevrijdend het kan zijn om de gedachten over verlies en dood met een ander te delen. Het zijn gesprekken waar ik dankbaar voor ben. Zij raken immers aan de kern van onze levens- en geloofs-overtuigingen.

In het najaar kunnen we (als alles meezit) afscheid nemen van de meeste maatregelen. Daarover heerst grote vreugde. Toen de terrassen weer open mochten werden talloze terrasfoto's op social media gedeeld. Ik deed daar zelf ook van harte aan mee.

En foto's van het eerste concert- en winkelbezoek werden ook ruimhartig gedeeld. Gejubel alom over zoveel vrijheid en keuzemogelijkheden. Het waren zware tijden, maar 'happy days are here again'.

Ik durf het haast niet te zeggen, en zeker niet op social media, maar ik zie erg op tegen dit afscheid nemen. Het afschaffen van maatregelen waar ik het afgelopen jaar aan gehecht ben geraakt. Die mij weer dichterbij het leven hebben gebracht dat ik ten diepste leven wil. Het leven waar ik de afgelopen jaren zo vaak over gesproken heb tijdens mijn overdenkingen. Geen gejaagd en ambitieus leven vol afspraken en netwerkbijeenkomsten. Maar een leven met aandacht voor de mensen die je liefhebt en de waarden en activiteiten waardoor je tot jezelf komt, en een beter mens wordt. Ik had de opgelegde maatregelen nodig om daar zelf aan toe te komen. En het heeft mij zoveel gegeven. Ik heb buitengewoon veel tijd doorgebracht met mijn vrouw en kinderen. Mijn band met hen is nu zoveel dieper en warmer dan anderhalf jaar geleden. 'Alle tijd die je aan je roos besteedt, maakt je roos juist zo belangrijk', concludeert de Kleine Prins in het gelijknamige boek van Antoine de Saint Exupéry na een lange zoektocht. Deze conclusie geldt trouwens ook voor mijn eigen innerlijk. Ik heb de afgelopen tijd eindeloos veel gewandeld, alleen of met een ander. Ik las een of twee boeken per week. Ik nam de tijd om na te denken en om te schrijven. Ik heb zelden zo goed en rustig geslapen.

Ik zie op tegen het najaar, als het oude leven weer langzaam terugkeert. Ik voel een onbestemde onrust. Er worden weer afspraken gemaakt voor (uitgestelde) diensten, lezingen, congressen. De vergaderingen waar ik weer voor moet reizen. De sociale situaties waar ik soms in terecht ga komen terwijl ik ondertussen liever alleen thuis met een boek zou zijn. De borrels, diners, activiteiten waar ik mij weleens verloren voel en die mij zoveel energie kunnen kosten.

Door corona werd ons sociaal leven inderdaad stukken beperkter. Er waren überhaupt weinig mensen met wie wij in gesprek konden gaan. Tegelijkertijd heb ik in deze coronatijd ervaren dat er veel mensen zijn met wie ik juist wel een goed gesprek kon voeren. Vaak onverwacht. De oudere vrouw die zes keer per dag met haar hond langsloopt en zo verlegen bleek om een praatje. En zoveel te vertellen heeft. De buurman waar je af en toe mee gaat wandelen 's avonds en goede gesprekken voert, terwijl je elkaar eerder alleen sprak over huizenprijzen, auto's en scholen. De gesprekken waar ik eerder aan refereerde met mensen over hun gedachten rond verlies, ziekte en sterven. Het aantal gesprekken was drastisch minder tijdens corona, maar het aantal goede gesprekken was voor mij groter dan daarvoor.

Dankzij de maatregelen ben ik dichterbij mijzelf en mijn naasten gekomen. Dagelijks loop ik in onze gang langs het geboortekaartje van mijn zoon, waar dit treffend citaat van Paulus op staat: moge jouw liefde blijven groeien door inzicht en fijnzinnigheid, zodat jij kunt onderscheiden waar het op aankomt. Ik heb door corona leren onderscheiden waar het werkelijk op aankomt, zoveel scherper en fijnzinniger dan daarvoor. En mijn liefde is erdoor gegroeid: voor de ander, voor mijzelf, voor het leven.

Ik voel mij enigszins rouwig om het naderende afscheid van de maatregelen. Ik ervaar onmacht. De druk om straks weer mee te doen. Je niet kunnen verschuilen achter maatregelen. De avondklok niet meer als excuus kunnen gebruiken.

Laten we afspreken om een beetje in lockdown te blijven met elkaar. Om niet weer fullspeed te leven en om überhaupt niet meer terug te keren naar hoe het was. Om veel te blijven wandelen en met elkaar mee te wandelen. Om niet teveel van elkaar te vragen en eisen. Een lichte lockdown, zonder corona, aan onszelf en elkaar opgelegd. Ik zou er heel wat voor over hebben! 

JOOST RÖSELAERS

► Ik houd jou aan het lijntje...

*Je hebt een visuele beperking en je wilt dolgraag hardlopen, aan nordic walking doen of wandelen. Maar zonder begeleiding gaat je dat niet lukken. Daar weet de stichting **Running Blind** raad op! Zij heeft regiogroepen waarin sporters en buddy's bij elkaar gebracht worden om sámen te gaan sporten.*

Een hardloopwedstrijd als zovele, aardig wat deelnemers, twee lopen naast elkaar, ze praten en lachen veel. Ze dragen een shirt met hetzelfde logo, ze ogen ontspannen. Maar schijn bedriegt! Die twee, dat zijn een hardloper met een visuele beperking en zijn buddy. Ze zijn met een koord met elkaar verbonden. Dat ze nu samen deze wedstrijd kunnen lopen vergde van beiden veel oefening en training en vereist een continue onderlinge afstemming.

Zo'n eind hardlopen kost sowieso al veel energie, maar van de buddy nog heel veel meer. Hij/zij mag geen moment de aandacht laten verslappen, moet voor het loopmaatje álles benoemen: stoep op, stoep neer, rechtdoor, heuvel op, over twintig meter stappen we over een tak; nú grote stap, over twintig meter gaan we naar rechts; nú naar rechts, enzo voort. Geen beleefdheden maar korte commando's, zo hebben ze het met elkaar afgesproken. De buddy meldt in welke richting ze lopen, maar ook wat ze onderweg tegenkomen: stoplichten, koeien in de wei, sloot met eenden, interessante dingen. Ook de afstand wordt bijgehouden.

We weten het allemaal: het belang van regelmatig bewegen en sporten is groot, dus ook voor mannen en vrouwen met een visuele beperking. Wij zienen beseffen niet dat zij op een dag al veel energie kwijt zijn aan de dagelijkse dingen. Vermoeidheid is dan ook een veelgehoorde klacht. Breng dan maar eens de moed op om te gaan sporten. Ook is er drempelvrees omdat vaak een maatje ontbreekt. Terwijl voor hen sport niet alleen de gezondheid bevordert, maar ook de sociale contacten!

Joost van Gent, zelf hardloper, verzorgt de PR voor Running Blind. Enthousiast vertelt hij over

de stichting die in 2007 werd opgericht. 'Initiatiefnemer John Stoop ging met klachten naar het Oogziekenhuis in Rotterdam. Bij de arts uitte hij zijn teleurstelling: 'Nu kan ik de marathon niet lopen'. De arts, ook hardloper, zei: 'Dan ga ik jou begeleiden'. Zo werd Running Blind geboren. Inmiddels zijn er veertien regiogroepen en honderdvijftig lopers actief. 'Maar dat kunnen er veel meer worden' zegt Joost, 'ondanks corona blijft de groei erin, we moeten die 300.000 blinden en slechtzienden in Nederland naar buiten zien te krijgen. Niet alleen met hardlopen (op alle niveaus), maar ook met nordic walking en wandelen. We kijken naar ze uit.'

Elke loper wordt begeleid door een buddy, dat is een zeer intensieve taak! Sommige lopers hebben er in het begin wat moeite mee om op de buddy te vertrouwen, de buddy's ervaren de verantwoordelijkheid als zwaar. Van beide kanten heel begrijpelijk. Volgens Joost is daar maar één remedie voor: 'Gewoon doen! En je ziet, na een paar keer samen lopen is dat weg.'

Joost: 'Al veertien jaar heeft de stichting ervaring in het opleiden en begeleiden van buddy's en trainers die helpen om mensen met een visuele beperking veilig te laten hardlopen. Deze kennis is samengebracht in ons Handboek dat onlangs verscheen. Een respectabel aantal deskundigen heeft aan dit handboek bijgedragen. Naast aandacht voor training en looptechniek staan er o.a. ook adviezen en informatie in over de impact van een visuele beperking op het dagelijks leven en op het hardlopen, de omgang met elkaar en taken en verantwoordelijkheden van de buddy. De Atletiekunie gaat dit 110 pagina's tellende boek gebruiken bij de trainersopleidingen niveau 3 en 4.'

Joost: 'Running Blind is een mooie club, er is altijd vrolijkheid. Slechtzienden zeggen over het hardlopen "geweldig, het is altijd een feestje" en buddy's zeggen "om zo te kunnen hardlopen is een cadeau voor ons". In de veertien jaar van ons bestaan konden we groeien en ons versterken dankzij de hulp van het Oogfonds en de bijdragen van het Gehandicaptenfonds en deskundigen, dankzij sponsors die onze kleding en inschrijfgeld voor wedstrijden voor hun rekening namen, die hielpen onze website in de lucht te houden en te verbeteren, die de totstandkoming van het Handboek en de ontwikkeling van de Co-runner mogelijk maakten (knap werk waar we trots op zijn), maar vooral dankzij die honderden buddy's en andere vrijwilligers die ons hun vrije tijd en energie gaven en geven om al die enthousiaste lopers aan het lijntje te houden!' ►

JOKE BOS

► Zoveel meer

Een 35-jarige hardloopster vertelt: 'In al die jaren bij Running Blind heb ik veel leuke mensen ontmoet. En natuurlijk vind ik hardlopen leuk om te doen, maar het heeft mij zoveel meer gebracht dan alleen lekker lopen met mijn buddy. Ik heb er lange en hechte vriendschappen aan over gehouden. We gingen, en hopelijk gaan we straks weer naar het buitenland om daar deel te nemen aan hardloopevenementen. Bijzonder toch?' ►

► Landelijke dag

In 2021 hoopt Running Blind weer een landelijke dag te organiseren. Zie daarvoor en voor heel veel meer informatie en activiteiten hun website: www.runningblind.nl ►



De Co-runner is het anderhalve-meter-hulpmiddel van Running Blind. Instructievideo op de site.

► 'We haalden rolstoelen van de vuilnisbelt'

Vroeger ging het er heel anders aan toe bij de Johanniter vakantie weken.

Bas van Stam, vakantievrijwilliger tussen 1957–1997 vertelt over de begin dagen.*

"In het voorjaar van 1957 ging ik mee met de eerste vakantie week op de Marijkehoeve in Hattem. Er werd toen trouwens nog over 'kamp' gesproken. Ik was daarvoor gevraagd omdat ik bij het Rode Kruis in de Haarlemmermeer zat. Verder kende ik de Johanniter Orde helemaal niet.

Die eerste week was heel erg improviseren. We hadden bijvoorbeeld niet voldoende rolstoelen. We hebben ze overal vandaan gescharreld, zelfs van de vuilnisbelt. Daarna zijn ze opgeknapt zodat ze gebruikt konden worden. De bedden waren een verhaal apart. Er zaten geen gewone matrassen in, maar een soort hangmatjes. Na de eerste nacht bleek dat mensen ontzettend slecht geslapen hadden. Met de beheerder zijn we toen over het terrein gaan struinen op zoek naar materiaal om dit probleem te verhelpen. Uiteindelijk hebben we uit een paar schuurtjes, die niet gebruikt werden, de deuren getild en die onder de bedden gelegd.

Er waren geen echte slaapkamers maar een soort boxen, gescheiden door wandjes die niet doorliepen

tot het plafond. Aan de voorkant zat een gordijn. In de middelste box sliepen de zusters. Het eerste jaar hebben we vliegertouw gekocht en dat boven die boxen gehangen, van de ene kant van de gang tot de andere kant. Aan het einde bevestigden we een spijker die in een conservenblik lag. Boven elke box bonden we een touwtje dat naar beneden hing. Als een gast een zuster nodig had, werd er aan het touw getrokken en ging de spijker in het blik rammelen. De zuster wist dan dat er iemand wakker was, maar nog niet bij welke box ze wezen moest. Dus liep ze noodgedwongen iedereen af.

Mevrouw Rijnders, die de week organiseerde, had de gewoonte om haar schoenen 's avonds buiten de deur te zetten zodat ze gepoetst konden worden. Maar daar zijn wij als tilbroeders nooit ingetrapt! 's Nachts ging de deur op slot. Maar dan kropen we door het raam om een nachtwandeling te maken. Onder het raam zetten we een stoel, zodat we ook weer naar binnen konden. Tijdens de derde vakantie week ging mijn verloofde mee als keukenhulp. De keukenhulpen sliepen toen in een apart gebouwtje.

Ik mocht haar 's avonds daar naartoe brengen, maar de deur ging wel achter me op slot. Als ik weer naar binnen wilde, moest ik aankloppen, zodat de hoofdleidster wist hoelang ik weggeweest was. Wat voorraden betreft was het karig, we kregen bijvoorbeeld nooit koffie, alleen maar thee. Gelukkig kwam Lies Bakhuizen, die in de keuken werkte, regelmatig naar me toe. Dan fluisterde dat ze een 'SK-tje' voor me in de keuken had klaarstaan. 'Stiekeme koffie' betekende dat. 's Middags werd er even gerust, ook door de staf. Bij mooi weer nam ik een deken mee en ging ik lekker ergens tussen de bomen liggen. Op een keer volgden vijf zusters mijn voorbeeld. Later kreeg ik van de hoofdleidster te horen dat het geen pas gaf dat ik met zoveel zusters lag te slapen.

Uitstapjes maakten we met een gewone bus van de Veluwe Autodienst. Het was een toer om de mensen daarin te krijgen. Ik ging dan achter een gast staan, met mijn rug naar de busdeur, en sloeg mijn armen om haar heen. Dan pakte de andere broeders me bij mijn broekriem en dan werd ik

stapje voor stapje, samen met die mevrouw, de bus in gehesen. Het was allemaal heel primitief, maar ik was blij dat deze vakanties voor gehandicapten van de grond gekomen waren. Er ging een keer een gast mee die op een zolderkamer woonde en nooit het huis uit kwam. Het was mei en er viel een zacht regentje. Ze zei: 'Ik zou zo graag een keer de regen willen voelen. Ik vroeg aan dokter Faber of dat kon. Hij zei: 'Kom op, regenjas aan en we zetten haar twintig minuten buiten in een stoel.' Daarna hebben we haar onder de warme douche gezet.

Na die eerste keer was ik voorgoed met het Johannitervirus besmet. Later heeft Baron Tuyl van Serooskerken ervoor gezorgd dat ook mannen officieel Johanniter Helper konden worden. Ik heb Johanniter Helper pas nr. 1. Dat is toch wel leuk." ►

** (Bas van Stam is inmiddels overleden, dit interview werd eerder gepubliceerd in een jubileumboek van de Johanniter vakantie weken.)*

"Het was allemaal heel primitief, maar ik was blij dat deze vakanties voor gehandicapten van de grond gekomen waren"





Er moeten mensen zijn

*Er moeten mensen zijn die zonnen aansteken
Voordat de wereld verregent
Mensen die zomervliegers oplaten
Als 't ijsig wintert
En die confetti strooien tussen de sneeuwvlokken
Die mensen moeten er zijn*

*Er moeten mensen zijn die aan de uitgang van 't kerkhof ijsjes verkopen
En op de puinhopen mondharmonica spelen
Er moeten mensen zijn die op een stoel gaan staan
Om sterren op te hangen in de mist
Die lente maken van gevallen bladeren
En van gevallen schaduw licht*

*Er moeten mensen zijn die ons verwarmen
En die in een wolkeloze hemel
Toch in de wolken zijn
Zo hoog
Ze springen touwtje langs de regenboog
Als iemand heeft gezegd:
Kom maar in m'n armen*

*Bij dat soort mensen wil ik horen:
Die op het tuinfeest in de regen dansen
Ook als de muzikanten al naar huis zijn gegaan*

*Er moeten mensen zijn die op het grijze asfalt
In grote witte letters 'liefde' verven
Mensen die namen kerven in een boom vol rijpe vruchten
Omdat er zoveel anderen zijn die voor de vlinders vluchten
En stenen gooien naar 't lenteblaauw
Omdat ze bang zijn voor de bloemen
En bang zijn voor ik hou van jou*

*Ja, er moeten mensen zijn met tranen als zilveren kralen
Die stralen in het donker
En de morgen groeten
Als het daglicht binnenkomt op kousenvoeten*

*Weet je, er moeten mensen zijn die bellen blazen
En weten van geen tijd
Die zich kinderlijk verbazen
Over iets wat barst van mooiigheid*

*Ze roepen van de daken dat er liefde is en wonder
Als al die anderen schreeuwen: alles heeft geen zin
Dan blijven zij roepen: nee, de wereld gaat niet onder
En zij zien in ieder einde weer een nieuw begin*

*Zij zijn een beetje clown
Eerst het hart en dan het verstand
En ze schrijven met hun paraplu 'i love you' in het zand
Omdat ze zo gigantisch in het leven opgaan
En vallen en vallen en vallen en opstaan*

*Bij dat soort mensen wil ik horen:
Die op het tuinfeest in de regen blijven dansen
Ook als de muzikanten al naar huis zijn gegaan
De muziek gaat door
De muziek
Gaat
Door*

TOON HERMANS



➤ DrieGasthuizenGroep

Schreven we in het vorige Contactblad over de stokoude, maar springlevende DrieGasthuizenGroep in Arnhem door de eeuwen heen, nu gaan we terug naar deze instelling om te zien hoe de locaties functioneren in het hier en nu. We richten onze focus daarbij op het vrijwilligerswerk.

‘DrieGasthuizenGroep kan niet zonder vrijwilligers. Zij maken het verschil, in persoonlijke aandacht, nét dat beetje extra tijd en hulp aan onze bewoners’ meldt Driegasthuizengroep op haar website. Opvallend is dat op deze site het vrijwilligerswerk veel aandacht krijgt. Dat is niet voor niets, want er zijn hier op dit moment zo’n 350 vrijwilligers actief en er is duidelijk behoefte aan nog meer ondersteuning nu corona geen beperking meer vormt in de dagelijkse activiteiten. Dat wil zeker niet zeggen dat het vrijwilligerswerk stil lag in de afgelopen periode, ook in moeilijke tijden zorgden vrijwilligers voor het vervoer van persoonlijke

hulpmaterialen zoals mondkapjes, handgels enzovoort.

Meerdere locaties

‘Wekelijks keken en kijken we naar de mogelijkheden en betrekken we onze vrijwilligers hierbij’, zegt Anne Gelsing, sinds een paar maanden coördinator vrijwilligers. ‘Een enorm leuke baan’, vindt ze zelf. ‘De meeste vrijwilligers zijn actief op onze locaties Heijendaal, Hoogstede, Klingelpoort, Westerkade, Sint Petersgasthuis en op de twee dagbehandelingen Buitenpoort en De Bonte Specht. Binnenkort komen er nog 136 vrijwilligers bij, want

Insula Dei Huize Kohlmann in Arnhem is sinds 1 juni bij ons aangesloten, maar met behoud van hun eigen unieke identiteit.’

Werkzaamheden

Anne: ‘Naast de vrijwilligersactiviteiten op de locaties als koffieschenken, spel en activiteiten, begeleiding bij maaltijden en assistentie in de keuken, kennen we ook het klets- en wandelmaatje en het duofietsmaatje, dat is één op één gezelschap of begeleiding. Vrijwilligers maken het zo mede mogelijk om bewoners en cliënten te ondersteunen op het gebied van welzijn. Plezier en ontspanning gericht op sociaal contact. Zo belangrijk! Het doel van de Driegasthuizengroep is dat bewoners zo zelfstandig mogelijk wonen. Uiteraard is wat hulp daarbij onontbeerlijk. Niet alle hulp kan door de zorgmedewerkers geboden worden, maar zij geven dan wel die hulpvragen aan mij door. Dat zijn zeer gevarieerde hulpvragen, van samen een tochtje op de duofietsen, een taalmaatje, een gezellig koffieuurtje tot samen een spelletje doen of hulp bij de verzorging van een kat. Er is altijd wel een vrijwilliger te vinden die hierbij wil helpen. Dat maakt het vrijwilligerswerk bij ons juist zo afwisselend en zinvol!’

Uitjes

‘We hebben een speciaal Uitbureau dat bestaat uit vrijwilligers die als chauffeur en begeleiders actief zijn bij het organiseren van uitstapjes’, vertelt Anne. ‘Sinds enige tijd hebben we de beschikking over de Johanniterbus en daar maken we dankbaar gebruik van. Veel bewoners maakten daar al een leuk uitstapje mee en er staan nog veel uitjes in de planning.’

Scholieren

Sinds april dit jaar biedt DrieGasthuizenGroep scholieren de mogelijkheid om Maatschappelijke Diensttijd (MDT) bij hen te doen. MDT is een landelijke regeling die zich richt op jongeren tussen 14 en 27 jaar en de stage gebeurt op vrijwillige basis. ‘Het is de bedoeling dat de scholieren binnen zes maanden zo’n tachtig uur bij ons actief zijn’, vertelt Anne. ‘Jongeren noemen de belangrijkste motivatie om mee te doen dat ze anderen willen helpen en

daarvoor erkenning willen krijgen. Deze stage is voor hen een kans om hun talenten te ontdekken, van betekenis voor anderen te zijn, nieuwe mensen te ontmoeten en gefundeerde keuzes te maken voor hun toekomst. Hun vrijwillige inzet is een voorbeeld voor onze samenleving. De werving verloopt het best via school of opleiding. Dus deze stage is goed voor de jongeren, maar ook goed voor onze organisatie! De jongeren komen wekelijks op bezoek bij een vaste bewoner. Ik twijfel er niet aan dat in veel gevallen dat contact na het aflopen van de stage zal blijven bestaan!’

Vooruitkijken

Anne: ‘De corona pandemie heeft ook binnen DrieGasthuizenGroep grote impact gehad. Gelukkig ziet het er naar uit dat we die periode achter ons hebben gelaten en dat we weer vooruit kunnen kijken. Steeds meer vrijwilligers zijn gevaccineerd en dat maakt het mogelijk om het vrijwilligerswerk weer goed op te pakken. We zijn volop bezig met plannen maken voor aantrekkelijke activiteiten om het sociale contact te bevorderen, want daaraan heeft het in de afgelopen tijd wel ontbroken. Als eerste richten we ons op de jubileumactiviteiten in het kader van ons 775-jarig bestaan, die we nu met elkaar kunnen beleven. Daarbij kunnen we niet zonder onze vrijwilligers, want zij spelen in onze organisatie een ongekend belangrijke rol. Want vrijwilligerswerk, net dat beetje extra aandacht voor de bewoners, ook al is het slechts af en toe, levert veel op. Ook voor jezelf!’ ➤

JOKE BOS



Anne Gelsing

➤ Hulpmiddelen om te lezen

Lezen is heerlijk. Zonder van je stoel te komen kun je avonturen beleven, reizen maken of meer leren over welk onderwerp dan ook. Lekker neuzen in de krant naar een artikel over je eigen stad of je favoriete column. Voor niet iedereen is dit vanzelfsprekend. Gelukkig zijn er hulpmiddelen.

Voor sommige (oudere) mensen kan het moeilijk worden om te lezen. Dat kan zijn omdat ze slechte ogen krijgen door bijvoorbeeld Glaucoom of Macula Degeneratie (MD). Of ze verliezen kracht in hun armen of handen zodat het vasthouden van een boek of de krant niet meer mogelijk is. Gelukkig zijn er veel hulpmiddelen die hierbij soelaas kunnen bieden. De techniek heeft de laatste decennia enorme sprongen gemaakt. Er bestaan heel geavanceerde elektronische hulpmiddelen, gelukkig zijn er ook vaak eenvoudige oplossingen.

Grote letters

Om met de eenvoudigste te beginnen: grootletterboeken. Het woord zegt het al, dit zijn boeken die gedrukt zijn in een groot lettertype. Het nadeel is dat het wel grote zware boeken zijn. Ze zijn bij de openbare bibliotheek te krijgen en ook bij Passend Lezen.

Vergrootglas

Vergrootglazen zijn er in veel varianten. De gewone handloep is prima om kleine stukjes te lezen maar vermoeiend voor een heel boek. Een regelloep is

een bolle staaf die je op het papier legt en waarmee je een hele regel kunt vergroten. Dat kan alleen als je aan tafel zit. Een elektronische loep is een klein apparaatje dat je ook op het papier legt, en dat letters heel erg kan vergroten en waarbij je ook het contrast kunt aanpassen, dus bijvoorbeeld witte letters op een zwarte achtergrond. Ze zijn handig om de krant, een tijdschrift of de post te lezen. Deze loepjes zijn er in alle soorten en maten, van zakformaat tot een loep op pootjes zodat je hem niet zelf hoeft vast te houden.

Luisterboeken

Voorgelezen worden is niet alleen fijn voor mensen die slechter gaan zien maar ook voor mensen met een lichamelijke beperking, je hoeft immers geen boek vast te houden. Luisterboeken op cd zijn heel populair. Tijdens een lange autorit, bij het strijken of lekker op de bank met een kopje thee. Je kunt luisterboeken bij iedere boekhandel vinden, maar ze zijn vrij prijzig. In de openbare bibliotheek zijn ze ook te krijgen. Hiervoor is een cd-speler of discman nodig. Die laatste is makkelijker te bedienen als je niet zo mobiel bent.

Passend Lezen

Passend lezen is een bibliotheek speciaal voor mensen met een visuele beperking. Je kunt er luisterboeken lenen die zijn voorgelezen door vrijwilligers. Ook hebben ze kranten en tijdschriften, sommige voorgelezen door mensen en andere met een computerstem. Behalve luisterboeken heeft Passend Lezen ook boeken in braille en in grootletter. Bij het opnemen van een boek wordt een speciaal format gebruikt dat 'daisy' heet. Je kunt de luisterboeken beluisteren met verschillende apparaten: een daisy speler, een smartphone of een computer. Je kunt het boek streamen, of je krijgt het

Websites

- www.passendlezen.nl
- www.worldwidevision.nl (leverancier van loepen en daisy spelers en de webbox)
- www.optelec.nl (ook een leverancier)
- www.slechtziend.nl (informatie en leverancier)
- www.leeslicht.nl (boeken voor volwassenen in eenvoudige taal)
- www.webbox.nl



op een special daisy cd. Een daisyspeler die zowel gewone cd's als daisy format kan afspelen en die makkelijk te bedienen is, is de i-Speak. Het is te veel om alle daisy spelers te bespreken, maar in het gele kader noemen we websites waar meer informatie te vinden is. Om gebruik te maken van Passend Lezen moet je er wel een abonnement hebben, maar ze hebben wel meer dan 80.000 boeken in de collectie.

Webbox

Een webbox is een apparaat dat is ontwikkeld voor slechtziende mensen die het lastig vinden met een computer om te gaan. Het is eenvoudig te bedienen met grote knoppen. Je kunt er boeken mee beluisteren, maar ook kranten (in combinatie met Passend Lezen), de radio en nog meer. Om hem te gebruiken heb je internet nodig en een abonnement op Solutions Radio, de producent van de Webbox.

Eenvoudige boeken

Het komt ook voor dat iemand nog wel kan lezen, maar verstandelijk een gewoon boek niet meer aankan omdat hij bijvoorbeeld last heeft van dementie. Voor zulke mensen zijn er de zogenaamde leeslicht boeken. Dit zijn bestaande boeken die worden verkort en omgezet in eenvoudige taal. Het

zijn boeken die makkelijk te lezen zijn maar geen kinderboeken.

Aanschaf

Veel van bovengenoemde apparaten zullen worden vergoed door de zorgverzekering. Vaak kan de leverancier helpen bij het aanvragen van een product. Het is belangrijk om goed na te gaan of een hulpmiddel bij je past. Ook hierbij kan de leverancier helpen. ➤

KAREL GREVEN



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.

Rotterdam

Rotterdam de mooiste Rotstad die er is! Dit is een zin uit een nummer van de Hermes House Band.

Wanneer je dit nummer beluistert hoef je eigenlijk geen artikel meer te schrijven. Het omvat alles waar (ook in mijn ogen) Rotterdam voor staat: een stad die immer bouwt, prachtige plekjes heeft die je wel net even moet weten, vuil is en toch schoon en die, zoals het een grote stad betaamt, last heeft van grootstedelijke problematiek. Toch is er nog zoveel meer over te schrijven, teveel om alles te benoemen. Hopelijk geeft onderstaand artikel een beter beeld van Rotterdam en inspireert het tot een bezoek aan de mooiste rotstad die er is!

De stad

Sinds de negende eeuw lag op de plaats van het huidige stadscentrum van Rotterdam de nederzetting Rotta. Deze werd in de twaalfde eeuw onbewoonbaar door overstromingen van de rivier Rotte. Omstreeks 1270 werd in de Rotte een dam gelegd op de plek waar de Hoogstraat de Rotte kruist. Hieraan dankt Rotterdam zijn huidige naam. Met 587.960 inwoners is Rotterdam de op een na grootste stad qua inwonertal. De haven van Rotterdam was lang de grootste ter wereld en is nu nog de grootste en belangrijkste haven van Europa. En Rotterdam ligt natuurlijk aan de Maas, de baas van Rotterdam. Het is heel leuk om met de watertaxi, waterbus of de Spido over de Maas te varen. Zie daarvoor: www.watertaxirotterdam.nl, www.waterbus.nl, www.spido.nl

Wederopbouw

Zoals iedereen wel weet is Rotterdam in de Tweede Wereldoorlog grotendeels plat gebombardeerd en kende het een wederopbouw van jewelste. Rotterdam kreeg het imago van 'werkstad', ontwikkelde zich tot een toonbeeld van moderniteit en trok internationaal veel aandacht. De Lijnbaan, de eerste autovrije winkelstraat in Europa. Het nieuwe Centraal Station met daarnaast het toen hypermoderne Groothandelsgebouw. De Euromast. De eerste metro in Nederland (verbindt Zuid met het Centrum). Inmiddels staat Rotterdam 'bomvol' met vernieuwende architectuur, zoals de kubuswoningen, de Erasmusbrug en een groot aantal wolkenkrabbers. Waar het Witte Huis met zijn 43 meter de eerste 'wolkenkrabber' van Rotterdam was (en het bombardement heeft overleefd!), vind je nu langs de mooie skyline aan de Maas inmiddels wolkenkrabbers van meer dan 100 meter. Dit jaar wordt het hoogbouwproject De Zalmhaven, ook wel genoemd de Zalmhaventorens, afgerond. De hoogste van de drie woontorens meet inclusief antennes maar liefst 215 meter!

Musea

Rotterdam kent vele verschillende musea, voor elk wat wils. Om er enkele te noemen: De Kunsthal, Het Nieuwe Instituut, Nederlands Fotomuseum, Natuurhistorisch Museum, Wereldmuseum, Depot Boijmans Van Beuningen (prachtig architectuur en

het eerste depot ter wereld dat toegang biedt tot een complete collectie, zonder tussenkomst van een conservator). Voor kinderen is het erg leuk om Villa Zebra en het Maritiem Museum te bezoeken.

Festivals

In juni begint het festivalseizoen van Rotterdam, zowel op muzikaal als op culinair gebied is er voor jong en oud van alles te beleven, zoals: CuliNESSE (een culinair en muzikaal festijn in Nesseland), De Nacht van de Kaap (een ode aan het schippersleven op Katendrecht), De Wereldhavendagen, het Schouwburgplein met muziek en theater, de welbekende Parade in het Museumpark en Het Oude Haven Zomerfestival. Overigens is de Oude Haven ook zeker de moeite waard om doorheen te struinen en een hapje / drankje te doen als er geen festival is. Voor meer informatie, ook v.w.b. coronamaatregelen, kun je het best even kijken op: www.rotterdamfestivals.nl

Groen

Wie denkt dat Rotterdam één blok beton is, heeft het mis! Rotterdam kent verschillende groene plekken. Neem bijvoorbeeld het Kralingse Bos. Met driehonderd hectare is dit het grootste, groene recreatiegebied van Rotterdam. Je kunt er fietsen, wandelen, zeilen, suppen en skaten. Er is een kinderklimpark, een kinderboerderij, een hertenkamp en er zijn diverse speeltuinen. Op verschillende plekken in het bos en aan het water zijn etablissementen waar je met een mooi uitzicht kunt genieten van je bestelling. Wil je zelf voor je eten zorgen? Geen probleem! Op aangewezen plekken is het ook toegestaan om te barbecueën. Een ander mooi stuk groen

ligt langs de Rottermeren, mooi voor een fietstocht naar de Zevenhuizenplas om daar een heerlijke duik in het water nemen. Ook zijn er leuke uitspanningen aan het water. Trompenburg is een prachtig aangelegde plantentuin met een grote collectie bomen, struiken, vaste planten, bollen en knollen. De tuin ligt in de wijk Kralingen en is een ware schatkamer voor plantenkenner en een weldaad voor wandelaars op zoek naar rust in een drukke stad. Dan is er op Rotterdam Zuid nog het Zuiderpark te vinden, het grootste stadspark van Nederland. Met een meer dan twee kilometer lange promenade, een fantastisch speelterrein, een strandje, moerasgebied, bossen, eilanden en veel water nodigt het park uit tot wandelen en genieten. Ook worden er regelmatig (gratis) activiteiten georganiseerd, zoals een rommelmarkt, circus, de Zuiderparkdagen en er is kunst te bezichtigen. Naast dit alles mag een bezoek aan diergaarde Blijdorp natuurlijk niet ontbreken! 📍

SACHA JANSEN



➤ St John Eye Care in Zuid-Afrika

Apartheid mag dan in 1990 in Zuid-Afrika zijn afgeschaft, het land blijft er een van uitersten. Ik studeerde in 2002 een jaar in Kaapstad en schrok van de enorme verschillen tussen de prachtige huizen in de wijngebieden enerzijds en de eindeloze townships anderzijds waar miljoenen mensen leven in de meest erbarmelijke omstandigheden. Ook hier zijn Johanniters actief.

De tweedeling tussen heel rijk en heel arm in Zuid-Afrika is er anno 2021 nog steeds. Deze tweedeling geldt ook voor de gezondheidszorg. Twintig procent van de bevolking gaat naar particuliere huisartsen en ziekenhuizen, waar de zorg uitstekend is. Tachtig procent is afhankelijk van zorg vanuit de overheid. De kwaliteit van deze zorg komt steeds meer onder druk te staan. Oogzorg is grotendeels in handen van particuliere klinieken en dus niet toegankelijk voor een overgroot deel van de bevolking.

Johanniter oogklinieken

St John Eye Care in Zuid-Afrika komt financieel kwetsbare mensen tegemoet in hun noden. In het hele land hebben zij twaalf klinieken, waar 19.000 mensen per jaar behandeld worden. Er worden geen financiële voorwaarden verbonden aan de behandelingen. De organisatie is uitgesproken christelijk maar iedereen is welkom. De lijfspreuk van de organisatie is 'Pro fide, pro utilitate hominum' (voor het geloof en in dienstbaarheid van de mensheid). De artsen worden bijgestaan door een grote groep vrijwilligers. Er zijn verschillende opleidingstrajecten voor artsen en vrijwilligers.

Hieronder volgt een aantal voorbeelden van mensen die behandeld zijn in een van de klinieken van St John Eye Care.

De stralende gezichten (en ogen) spreken boekdelen.

Thelma en Jeandre

Thelma en Jeandre Newman, moeder en dochter, zijn eigenaar van een kleine kledingwinkel in een buitenwijk van Kaapstad. Zij maken hun eigen kleding. De ogen van Thelma gingen sterk achteruit, de huisarts kon er niks aan doen en verwees hen niet door. Zij raakte al haar inkomsten kwijt. Jeandre kwam op het spoor van St John Eye Care en maakte een afspraak voor haar moeder. Thelma draagt nu een bril en is weer in staat om kleren te maken.

Oudere dame

Deze vrouw uit de befaamde township in Soweto zag steeds minder en bleef jarenlang in haar eigen (kleine) woning. Via de predikant kwam zij in aanraking met St John Eye Care. Op haar zeventigste ging zij voor het eerst een bril dragen. Nu kan zij zich weer volop inzetten als vrijwilliger en als grootmoeder.

Nelly Nobles

De 87-jarige Nelly Nobles kon al jaren niks meer zien. Na een operatie bij St John Eye Care was haar zicht terug en kon zij voor het eerst naar haar kleinkinderen kijken.

Junio

Junio kreeg via St John Eye Care zijn eerste bril toen hij twee was. Zijn ouders zagen meteen het verschil: hij reageert op zijn omgeving, is gefascineerd door mensen en auto's die voorbijkomen. Junio is volgens zijn ouders een veel gelukkiger kind geworden. 📖

JOOST RÖSELAERS

➤ Cryptogram

Van de 10 letters in de vakjes met een cirkel kun je een Nederlandse plaatsnaam maken. Die naam is de oplossing van de puzzel. 📖

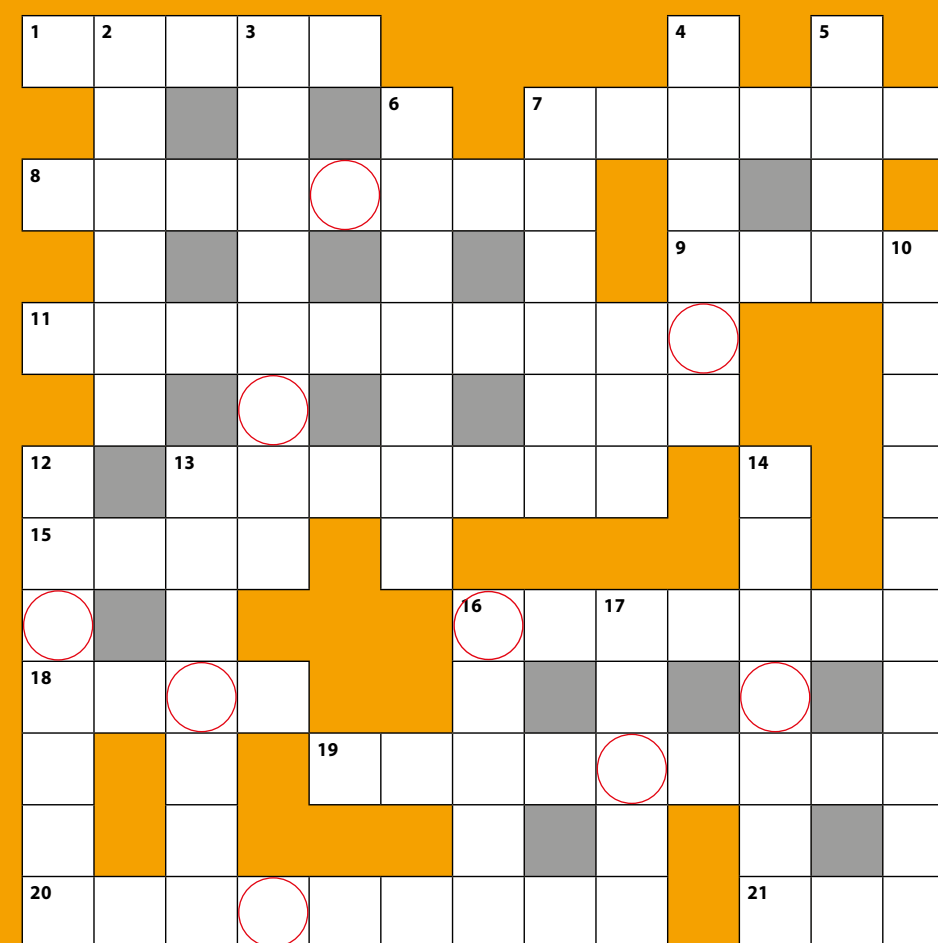
Horizontaal

1. In Italië hebben ze het land aan die kleur (5); **7.** Wat een regen in Drenthe! (6); **8.** Leer je bij dit vak hoe je het bord schoonmaakt? (8); **9.** Niet zo gewild pangerecht (4); **11.** Laat zien dat je met dat riedeltje hogerop komt (10); **13.** Respect voor een verdwenen hoofddeksel (5+2); **15.** Na (de) dronk (4); **16.** Zo'n slogan, daar geef ik graag een klap op (7); **18.** Klopt als een zwerende vinger (4); **19.** Gemeen als je verder

fietst! (9); **20.** Zo kom je in de Kamer... van de tandarts (9); **21.** Hier kun je elegant aanleggen (3).

Verticaal

2. Uitvinder van een bronzen beeld? (6); **3.** Noodzakelijk vóór 8 hor. (8); **4.** Legeroefening zonder man: wat een werk! (6); **5.** Die ander moet zich schamen! (4); **6.** Met dat jochie is het wel in de haak (7); **7.** Wat schuift dat/daar? (6); **10.** Weg met de zon op dat stukje gras! (10); **12.** Wiskunst? (7); **13.** Een hele tijd anders in een eierdop (7); **14.** Beetje gewichtige bedenking (7); **16.** Is altijd de klos (5); **17.** Die bloem is een eersteklas uitblinker (5).



Thelma & Jeandre

Oudere dame

Nelly Nobles & Junio



Stuur uw antwoord voor 15 oktober naar: **redactie Contactblad, Lange Voorhout 48, 2514 EG Den Haag** of naar: **kersting@johanniter.nl**. Vergeet niet uw naam en adres te vermelden. 📖



Eindelijk weer Johanniter vakanties!

Heel 2020 en de eerste helft van 2021 waren er geen Johanniter vakanties. Eind mei konden we onze gasten eindelijk goed bericht sturen: we zetten alles op alles om de vakanties later in het jaar wél door te

laten gaan. Er staan zes vakanties gepland in het najaar en december. Dit nieuws werd met heel veel vreugde ontvangen en de aanmeldingen stroomden direct binnen. 📌

Lintje

Een welverdiend koninklijk lintje voor Tilly Pusch! Tilly was jarenlang vakantie-vrijwilliger bij Johanniter Nederland. De aanvraag voor het lintje werd door maar liefst zeventien organisaties ondersteund. 📌



Duurzaam



52wekenduurzaam nodigt je uit om je eigen leven stapje voor stapje duurzamer te maken. Een jaar lang maak je iedere week een kleine en duurzame stap. Om te zien of het bij je past. Word je er gelukkig van, dan houd je het vol. Zo niet, dan stop je ermee en probeer je de volgende stap. Ze focussen op acties die ons leven leuker, mooier, gezelliger, goedkoper en gezonder maken. Want dan is het veel makkelijker vol te houden én bereiken we meer. Win-win dus. 52wekenduurzaam is uitdagend, leuk, leerzaam en gratis. Aanmelden kan op

52wekenduurzaam.nl. 📌



Ze groeien!

Alle vrijwilligers ontvingen afgelopen voorjaar een zakje tomatenzaadjes. Gertie Pinxteren ging er mee aan de slag en stuurde ons een foto van het resultaat. Ze schrijft: Bij deze de status van begin juli. Zoals je ziet groeit de plant goed, maar nog geen tomaten. Maar ik heb hoop. De zaadplantjes van Albert Heijn zijn allemaal niet zo ver gekomen als jullie tomatenzaadjes.

We zijn benieuwd naar de vorderingen en de oogst van anderen! Stuur een foto in hoge resolutie naar kersting@johanniter.nl en wij plaatsen hem in het volgende *Contactblad*. 📌



Meer hierover in het artikel op pagina 4

AGENDA

2021

11 t/m 17 sep	Vakantieweek in Lunteren
23 t/m 29 okt	Vakantieweek in Lunteren
31 okt t/m 5 nov	Vakantieweek in Beekbergen
13 t/m 19 nov	Vakantieweek in Wezep
23 t/m 27 dec	Kerstvakantie in Laag-Zuthem
29 dec t/m 2 jan	Nieuwjaarsvakantie in Laag-Zuthem

SPELUITREIKINGEN

2021

16 juli	Diakonaal Aandachtcentrum (Dordrecht). 3 25-jaarsspelden, 2 JVV-medailles
---------	---

Verder zijn in 2021 (i.v.m. corona)

spelden per post verstuurd aan:

DSV|Verzorgdleven, locatie Duinrand (Katwijk),

6 Johanniterspelden

DSV|Verzorgdleven, locatie Zorgthuis (Katwijk),

4 Johanniterspelden

DSV|Verzorgdleven, locatie Salem (Katwijk),

3 Johanniterspelden

DSV|Verzorgdleven, locatie Hospice Vlietstede

(Rijnsburg), 3 Johanniterspelden

DSV|Verzorgdleven, locatie Vlietstede (Rijnsburg),

3 Johanniterspelden

DSV|Verzorgdleven, locatie Rustoord (Lisse),

2 Johanniterspelden



Luc van der Schoot bezoekt het afgelopen jaar bijna elke vrijdag als vrijwilliger de Efteling.

Voor mijn pensioen gaf ik les op het VMBO. Ik kreeg daar regelmatig de wat ingewikkelder klassen. In die tijd werd ik benaderd door VluchtelingenWerk Nederland met de vraag of ik les wilde geven aan nieuwkomers die niet zo goed Nederlands spraken. Ik kwam daardoor op plekken waar je anders niet zo snel komt en ik heb daar heel veel van geleerd. Ook zaken die me in mijn werk als docent op het VMBO hielpen. Bijvoorbeeld hoe je leerlingen op hun nummer kunt zetten zonder ze te beledigen. Dat contact met andere mensen, andere culturen en nieuwe situaties hielpen mij enorm. Je doet er ervaring mee op die je in je werk en in je leven kunt gebruiken. Ervaring die je niet uit een boek kunt leren. Dat is voor mij een deel van de meerwaarde van vrijwilligerswerk. Los natuurlijk van de hulp die je aan mensen biedt.

Wanneer je aan vrijwilligerswerk begint, dan komt er geen einde aan. Want dan weten andere organisaties je ook snel te vinden. Nu ik met pensioen ben besteed ik ongeveer vier dagdelen per week aan vrijwilligerswerk. Ik geef extra lessen, lees voor bij mensen met een handicap, bezoek dementerende mensen en ga als vrijwilliger mee met de Johanniter vakanties. Ach, ik doe van alles. Ik denk maar zo: als het gezellig is en je kunt het inpassen in de andere bezigheden, dan is het heel leuk om te doen. Een van de mooiste momenten was mijn fietstocht met één van de gasten tijdens een Johanniter vakantieweek in Lemele. Ze hebben daar een fiets waar een rolstoel voorop gemonteerd is. Niet zo'n hippe Amsterdamse bakfiets maar meer een soort riksja. Terwijl we door de omgeving van Lemele fietsten riep mijn gast: 'Wat heerlijk, de wind door mijn haren'. En dan moet je weten dat hij helemaal geen haar meer had maar kaal was. Hij genoot met volle teugen. Daar word ik echt heel erg blij van. Deze vakanties geven gasten de mogelijkheid even uit hun normale leven te stappen, een leven waar helaas vaak weinig afwisseling in zit. Zo'n vakantie, bijvoorbeeld tijdens de kerstdagen, geeft nieuwe impulsen, geeft onze gasten het idee dat ze ook een verhaal te vertellen hebben. Dat maakt ze gelukkiger. Al is maar voor even.

Het afgelopen jaar ben ik met een, ik mag inmiddels wel zeggen 'vriend' die aan een rolstoel gebonden is, elke vrijdag naar de Efteling gegaan. We gingen echt bij het meubilair van het park horen. Ja zolang ik gezond ben blijf ik bezig. ☺ KAREL GREVEN

