



**NIEUWSBRIEF  
DECEMBER 2011**

**Jaargang 3 Nummer 3**

Verschijnt drie maal per jaar

Deze nieuwsbrief is een uitgave van Stichting Plegan Opleidingen. 'Plegan' is oud-Germaans voor verzorgen, (ver)plegen. Stichting Plegan Opleidingen ontwikkelt scholing in antroposofische verpleegkunde en verzorging. De belangrijkste doelgroep zijn verpleegkundigen niveau 4 en 5 en verzorgenden (IG). Daarnaast ontwikkelt Stichting Plegan Opleidingen cursussen voor verzorgenden en vrijwilligers in de zorg.

Deze door de V&VN geaccrediteerde cursussen en opleiding zijn geïnspireerd door de antroposofie én een grondige kennis van de praktijk.

Daar komt ook het enthousiasme van onze docenten uit voort. Zij leren de cursisten vanuit een widerse perspectief naar de maatschappij te kijken. Dan blijkt daarin ook plaats te zijn voor reële geestelijke wezens, voor karma en reïncarnatie en voor een morele ontwikkeling. Vanuit dit perspectief leer je ook je eigen werk te bezien. Je schoolt daarbij je waarneming en je manier van denken rechtstreeks aan het leven.

En al doende ontdek je nieuwe invalshoeken voor je werk.

De grondlegger van de antroposofie was Rudolf Steiner (1861-1925). Sindsdien hebben mensen uit vele vakgebieden deze werkwijze verder ontwikkeld.



# Verpleegkunde in perspectief

jos van Meer



## Moderne mensen...

"Uitwendige therapie is de therapie van de toekomst, de therapie voor de moderne mens."

Gertje Pierhagen citeerde Rudolf Steiner als gastdocent in haar les over uitwendige therapie in de nieuwe groep oriëntatiecursus (zie foto hierboven).

Een cursist vroeg: "Waarom zeg je 'moderne mensen'?" Gertje: "De moderne mens wil zichzelf genezen."

Een mooi moment om te beseffen

dat we mensen zijn van deze tijd en meewerken aan vernieuwing van de gezondheidszorg.

Een behaaglijk moment wens ik u toe om deze laatste nieuwsbrief van 2011 te lezen en deze daarna door te geven aan een collega, vriendin of vriend.

Voor 2012 moed gewenst om als modern mens de gezondheidszorg te vernieuwen

Marion

---

## Uitwendige therapie in de oncologische zorg

Heilzame toepassingen uit de antroposofische verpleegkundige zorg

door Toke Bezuijen

Een van mijn patiënten die ik gedurende haar ziekteproces intensief mocht begeleiden spoorde mij aan tot het schrijven van dit boek. "Iedereen zou ervan moeten weten" zo zei ze.

Uitwendige therapie is een verzamelnaam voor toepassingen die van buitenaf, via de huid, invloed beogen op de innerlijke gezondheidsprocessen van de mens. Zij omvat ritmische inwrijvingen volgens Wegman/Hauschka, baden, wikkels en kompressen waarmee geneeskrachtige substanties op de huid aangebracht worden, zoals antroposofische geneesmiddelen (oliën, zalven) en andere natuurproducten.

Het eerste deel van het boek verhaalt van de herkomst en ontwikkeling van de uitwendige therapie. Daarna wordt de relatie tussen de ziekte kanker en de maretak belicht vanuit het aspect van warmte en waarom antroposofische verpleegkundigen zoveel waarde hechten aan warmte binnen hun zorg. Vervolgens wordt de werkzaamheid van de heilzame behandelingen beschreven. Daarna volgt een beschrijving van de vier fases in een oncologisch ziekteverloop tot en met de laatste levensfase, inclusief een uitleg over wat de uitwendige therapie hierin kan betekenen, alsmede in de rouwverwerking van nabestaanden.

## Agenda 2012

### Oriëntatiecursus Verpleegkunde en antroposofie

Een cursus van 10 dinsdagen. In deze cursus wordt de basis gelegd voor het beroepsmatig verdiepen van de verpleegkunde door de antroposofie. De deelnemers maken kennis met en oefenen het verzorgen, bemiddelen en begeleiden. Ook komen aspecten aan de orde zoals fenomenologisch waarnemen, wetmatigheden in de levensloop, het belang van ritme, en de vier elementen (aarde, water, lucht en vuur) in de verpleegkundige praktijk. De cursisten gaan ook zelf verschillende therapieën ervaren, zoals euritmie, beeldende kunstzinnige therapie en uitwendige therapie. Aan het behalen van het certificaat is een aantal opdrachten verbonden. Deze kunt u nalezen op de site ([www.plegan.nl](http://www.plegan.nl)). Voor uitgebreidere informatie kunt u ook de nieuwe opleidingengids aanvragen.

**Doelgroep** Gediplomeerd verpleegkundigen en verzorgenden niveau 3  
**Data** 6,13,20,27 maart | 3,10,17,24 april | 8,15 mei  
Voor het najaar van 2012, nieuwe data volgen op de website  
**Prijs** € 750,00  
**Locatie** Pauluskerk, Rijsenburgselaan 2a, 3972 EJ Driebergen  
Deze cursus is geaccrediteerd voor 76 punten.

### Voortgezette opleiding verpleegkunde vanuit antroposofie

Een opleiding van 58 dagen verspreid over 1 ½ jaar, waarvan 48 cursusdagen. De opleiding bestaat uit 3 trimesters en een stage van 10 dagen op een antroposofische werkplek. Voor een uitgebreide beschrijving van de vakken en de onderwerpen die aan de orde komen, zie de website ([www.plegan.nl](http://www.plegan.nl)) of vraag de nieuwe opleidingengids aan. Als een rode draad door de opleiding loopt de vertaalslag naar het verpleegkundige vak, zowel theoretisch als in de praktijk. Aan het behalen van het diploma is een aantal opdrachten en voorwaarden verbonden. Deze kunt u nalezen in de studiegids die u kunt aanvragen bij het secretariaat. Met het diploma van deze voortgezette opleiding kunt u zich op basis van de Wet BIG laten registreren als antroposofisch verpleegkundige.

**Data** Deze cursus loopt momenteel en zal weer starten in september 2012  
**Doelgroep** Verpleegkundigen en verzorgenden niveau 3 IG, die de Oriëntatiecursus hebben afgerond  
**Prijs** 4200,00  
**Locatie** In het midden van het land  
Deze opleiding is geaccrediteerd voor 517 punten.

### Nascholingsdagen

Om als antroposofisch verpleegkundige geregistreerd te blijven is het jaarlijks volgen van één nascholingsdag een vereiste van de Vereniging V&VN, AZ. Op beide hieronder genoemde data wordt dezelfde inhoud aangeboden.

**Doelgroep** Verpleegkundigen in het bezit van het diploma van de Voortgezette Opleiding Verpleegkunde vanuit antroposofie.  
**Data** zaterdag 14 april en zaterdag 12 mei  
**Prijs** € 75,- voor leden van de Vereniging V&VN, AZ en € 85,- voor niet leden  
**Locatie** Op 12 mei: Hogeschool Helicon, Socrateslaan 22, A 3707 GL Zeist  
**Thema** Etherkrachten (leren) waarnemen.  
Deze cursus is geaccrediteerd voor 6 punten.

### Orgaandagen.

Op een orgaandag staan de organen hart en nieren of lever en milt of longen en blaas centraal. Telkens wordt één orgaan ingewreven en wordt op het andere orgaan een applicatie of kompres aangelegd.

**Doelgroep** Verpleegkundigen met VO diploma die uitwendige therapieën toepassen in hun werksituatie.  
**Datum** zaterdag 25 februari  
**Inhoud** Nier inwrijving en hart applicatie  
**Locatie** Therapeuticum Amersfoort  
**Prijs** € 75,- per dag (exclusief eventuele materiaalkosten)  
Deze dag is geaccrediteerd voor 8 punten

Het tweede deel bevat een zeer uitgebreid repertoire. Daarin worden concrete toepassingen beschreven in relatie tot veel voorkomende ziekteklachten rond kanker, en in de palliatieve en terminale fase. Het boek besluit met een literatuuroverzicht.

Het boek draagt een voorwoord van Christa van Tellingen (arts, spreker voor medisch onderwijs in binnen en buitenland, en auteur van vele publicaties, o.a. van de Bolk's Companions), en warme aanbevelingen van Astrid Noorden, (MScN, Complementaire Zorg Specialist) en Lidwien Cornelissens (medisch ethicus en werkzaam als psychotherapeut in de psycho-oncologische hulpverlening).

'Uitwendige therapie in de oncologische zorg' richt zich op verpleegkundigen, artsen en therapeuten die

zorg dragen voor het welzijn van de oncologische patiënt. Ook geschikt als studiemateriaal en bruikbaar in de niet-oncologische palliatieve en terminale zorg.



Toke Bezuijzen, auteur van het boek  
Uitgever: Reith | Hendriks & partners.  
Prijs: €24,90 | ISBN 9789081549394  
Te koop via [www.wikkelfee.nl](http://www.wikkelfee.nl),  
[www.verpleegkundigepraktijk.nl](http://www.verpleegkundigepraktijk.nl)  
Op deze sites worden enkele pagina's uit het boek getoond.

## Een gulle gever en het Florence Nightingalefonds

Onlangs werden Hanno en ik uitgenodigd, om een bezoek te brengen aan iemand die de verpleegkundigen een warm hart toedraagt. Van het mooie gesprek wat erop volgde willen we jullie op de hoogte brengen.

Eigen ervaringen van deze gever hebben er toe geleid, dat er gezegd werd dat verpleegkundigen mensen zijn met een warm hart, begaan met de mensheid en het goede willen doen.

De verpleegkundigen /verzorgenden begeleiden de mens op een zinvolle wijze in een ziekteperiode waarin zij afhankelijk zijn, vaak hun eigenheid verliezen en hun autonomie.

**Deze aspecten zouden aan alle verpleegkundigen geleerd kunnen worden. Het is een zeer waardevolle aanvulling op het beroep**

Ze begeleiden iemand op weg naar de dood, dat is niet zomaar iets. De manier waarop de zorg wordt verleend is bepalend. De stemming, de zorgvuldigheid, de aandacht, de rust zijn aspecten die aan bod komen binnen de antroposofische opleidingen.

De antroposofisch opgeleide verpleegkundige draagt er zorg voor dat je gezien blijft, dat je er mag zijn inclusief je ziekte.

Deze aspecten zouden aan alle verpleegkundigen geleerd kunnen worden. Het is een zeer waardevolle aanvulling op het beroep.

Daarom wil deze persoon geld beschikbaar stellen voor verpleegkundigen die hun vak willen verdiepen en aspecten toe willen voegen, vanuit antroposofische achtergrond.

In mensen investeren is waardevol. Voor de verpleegkundige is het een innerlijke verrijking maar ook een verdere professionalisering van het vak.

Onze voortgezette opleiding biedt aan verpleegkundigen en verzorgenden de mogelijkheid tot een verdieping van de eigen spiritualiteit.

Daar ligt de motivatie van de gulle gever om het **Florence Nightingalefonds** op te richten. Genoemd naar de grondlegster van de moderne verpleegkunde.

Een fonds waar mensen gebruik van kunnen maken die graag deze opleiding willen volgen, maar geen- of te weinig geld hiervoor hebben.

We zijn blij met deze gulle gift en zullen het fonds met zorg beheren.

Iedereen die denkt in aanmerking te komen voor een tegemoetkoming in de kosten voor deze opleiding kan contact opnemen met onze penningmeester [hannovonsassen@casema.nl](mailto:hannovonsassen@casema.nl)

Vriendelijke groeten,  
Arienne van Kalsbeek  
Voorzitter stg Vrienden van Plegan

# Over de lessen 'Waarnemen en oordelen' bij de oriëntatiecursus

Er gebeurt voortdurend van alles om ons heen wat we waarnemen en waarover we oordelen. Dat, en hoe we dat doen, "verdromen" we gewoonlijk. Echt bewust zijn we van datgene waarop we dan al doende gericht zijn.

Voorts nemen we waar, oordelen en reageren we allemaal vanuit ons eigen kader of oriëntatie.

Ik probeer in mijn gastlessen de deelnemers van deze cursus hiervoor wakker te maken. Ik hoop interesse te wekken voor wat er allemaal óók nog is. Dit wordt door de makers van deze cursus van belang geacht omdat verplegenden en verzorgenden met mensen werken in ziekte- en genezingsprocessen. En dit doen zij (hopelijk) in relatie en communicatie met hun patiënten en collega's. Het is daarom behulpzaam zich van tijd tot tijd weer bewust te worden van de genoemde mechanismen en gewoontes.

De eerste alinea's van het hoofdstuk *Het wezen van de mens* uit het boek Theosofie van Rudolf Steiner is de inzet van de lessen.

Huub Houben



Huub Houben, uiterst links aan het werk in de oriëntatiecursus

Op de 4de, 6de en 9de dag van de oriëntatiecursus staan de les *Waarnemen en Oordelen* op het rooster. Deze lessen worden gegeven door Huub Houben. Aan het einde van zijn eerste deelt hij ansichtkaarten uit met de opdracht: "Doe er wat mee." In onderstaand stuk uit het procesverslag van Greet Rolf is te lezen hoe zij aan de slag ging met deze opdracht:

In het terug lezen van mijn aantekeningen kwam ik tegen; het belang van de ontmoeting, de interesse, aandacht en de betrokkenheid. Dit kwam aan de orde in verschillende lessen, ook in die van Huub Houben en hoe school je jezelf daarin. Zijn opdracht met de ansichtkaart vond ik verrassend, ik baalde van de afbeelding, toen hij over de kaarten begon zag ik al allerlei mooie afbeeldingen voor me maar ik kreeg een oude ansichtkaart met de Westerkerk in Amsterdam erop, er achterop stond een bericht over een moord op iemand die in het verzet zat. Wat moet ik hier in vredesnaam mee dacht ik, maar ruilen voor een andere kaart kon ook niet, deze had ik gekregen en daar moest ik iets mee. Hij zei ook als opdracht: "doe er iets mee," natekenen o.i.d.??? dat bleef een beetje vaag. Ik heb de kaart thuis af en toe gepakt, gekeken en gelezen, mijn zoon erover verteld en die zag er wel direct iets in en ging aan de

slag. Maar het was mijn opdracht. ... Toen ontstond er iets, ik denk door er zo mee bezig te zijn. Ik nam een besluit om de toren na te tekenen, die wekte mijn nieuwsgierigheid, ik kon met mijn bril niet alles zien, dus nam ik er een loep bij. Nog niet alles duidelijk, toch maar eens op internet kijken of er iets over de kerk beschreven staat. Tot mijn verrassing wordt de toren genoemd als een belangrijk deel van de kerk omdat deze toren van zo ver te zien is. Er werden meer dingen beschreven bijv. over het bijzondere orgel enz. Mijn interesse was gewekt, als ik nu in Amsterdam kom ga ik deze kerk zeker bezoeken. Hij heeft een betekenis gekregen voor mij. Dat is het gene wat Huub waarschijnlijk wilde bewerkstelligen met de interesse. Heb je interesse in iemand of iets dan wil je daar meer mee, je verbinden, er aandacht voor hebben. De ontmoeting aangaan.

**Doelgroep** Verpleegkundigen met VO diploma die uitwendige therapieën toepassen in hun werksituatie.  
**Datum** zaterdag 20 oktober 2012  
**Inhoud** *Lever inwrijving en milt applicatie.*  
**Locatie** Therapeuticum Arnhem  
**Prijs** € 75,- per dag (exclusief eventuele materiaalkosten)  
**Deze dag is geaccrediteerd voor 8 punten**

## Cursus 4 Ritmische inwrijvingen volgens Wegman/Hauschka

**Doelgroep** Verpleegkundigen met VO diploma die uitwendige therapieën toepassen in hun werksituatie.  
**Locatie** Bussum  
**Inhoud** Alle kwaliteitscriteria van de inwrijvende hand worden besproken en geoefend. Stapsgewijze herhaling van alle deelinwrijvingen aan de hand van richtlijnen. Op vraag wordt aan een thema verder gewerkt.  
**Data** Donderdag 15, vrijdag 16 en zaterdag 17 maart.  
**Prijs** € 200,-  
**Cursus 4 is geaccrediteerd voor 18 punten**

## Jaarlijkse terugkomdag, ritmische inwrijvingen volgens Wegman/Hauschka

**Doelgroep:** Verpleegkundigen met VO diploma die uitwendige therapieën toepassen in hun werksituatie.  
**Data** zat. 21 januari 2012.  
**Thema** Doorgaande aandacht (één van de kwaliteitscriteria van de inwrijvende hand)  
**Prijs** € 75,-  
**Locatie** Therapeuticum Amersfoort.  
**Deze dag is geaccrediteerd voor 6 punten**

## Voorjaar terugkomdag voor zelfstandigen, ritmische inwrijvingen volgens Wegman/Hauschka

**Doelgroep:** Verpleegkundigen met VO diploma die uitwendige therapieën toepassen als zelfstandige.  
**Data** zaterdag 24 maart.  
**Thema** Deelnemers leveren zelf een thema aan.  
**Achtergrond** kwaliteitscriteria van de inwrijvende hand.  
**Prijs** € 75,-  
**Locatie** Therapeuticum Arnhem  
**Deze dag is geaccrediteerd voor 6 punten**

## Najaar terugkomdag voor zelfstandigen, ritmische inwrijvingen volgens Wegman/Hauschka

**Doelgroep** Verpleegkundigen met VO diploma die uitwendige therapieën toepassen als zelfstandige.  
**Data** Najaar 2012, raadpleeg t.z.t. de website  
**Thema** Deelnemers leveren zelf een thema aan.  
**Achtergrond** kwaliteitscriteria van de inwrijvende hand.  
**Prijs** € 75,-  
**Locatie** Therapeuticum Amersfoort  
**Deze dag is geaccrediteerd voor 6 punten**

## Betalingsvoorwaarden

Prijswijzigingen voorbehouden. Een cursus gaat door bij voldoende deelnemers. Dit wordt 1 maand van te voren besloten (tenzij het eerder bekend is). Het cursusgeld dient binnen 1 maand na het ontvangen van de factuur betaald te worden op bankrekening 929584 t.n.v. Stichting Plegan Opleidingen te Zutphen. Graag naam van de cursus vermelden en naam en adresgegevens van de cursist (deze kan afwijken van de tennaamstelling van de rekening). Wanneer iemand zich heeft opgegeven maar binnen 1 maand voor aanvang van de cursus afzegt, is hij het hele cursusgeld verschuldigd.

## COLOFON

### Stichting Plegan Opleidingen

Secretariaat:

info@plegan.nl

www.plegan.nl

Ameltherhout 39

9403 EB Assen

Telefoon: 0592-867422

Bankrekening: 929584 t.n.v. Stichting

Plegan Opleidingen te Zutphen

### Stichting Plegan

#### Vrienden van Plegan Opleidingen

Godfried van Seystlaan 38

3703 BS Zeist

Telefoon: 030-6911699

Bankrekening: 1735809 t.n.v. Stichting

Plegan, Werkhoven

### V&VN Antroposofische Zorg

#### Beroepsvereniging

Secretariaat:

Nienke Schaap

Hof van de toekomst 4

3823 HX Amersfoort

Telefoon: 033-8795086

secretariaat@antroposofische-zorg.nl

www.antroposofische-zorg.nl

Jaargang 3, nummer 3,

December 2011

*Verpleegkunde in perspectief*

is een uitgave van Stichting Plegan

Opleidingen en wordt mede mogelijk

gemaakt door Stichting Plegan

(Vrienden van Plegan Opleidingen).

Verschijnt 2 à 3 keer per jaar.

Redactieadres:

Emmastraat 54

6862 GV Oosterbeek

Telefoon: 026-3343083

Email: redactieplegan@xs4all.nl

Aan dit nummer hebben meegewerkt:  
Toke Bezuijen, Huub Houben, Arianne  
van Kalsbeek, Edith Minnaar, Greet Rolff  
en Ingrid Spee

Hoofdredactie: Marion Gores

Correcties: Teddy Hanepen, Mirjam

Zonneveld

Fotografie: Peter Teune

Grafische vormgeving: Viamare

Druk- en zetfouten voorbehouden

Prijswijzigingen voorbehouden

Copyright: niets uit de uitgave van deze  
nieuwsbrief mag worden verveelvoudigd en/  
of openbaar gemaakt worden door middel van  
druk, fotokopie, microfilm of welke wijze ook,  
zonder voorafgaande schriftelijke toestemming  
van de redactie.

Wel kunt u op verzoek meerdere exemplaren  
gratis toegestuurd krijgen.

Aan- of afmelden voor deze gratis  
nieuwsbrief kunt u telefonisch of  
schriftelijk bij het secretariaat:  
info@plegan.nl.

## Uit de praktijk van de antroposofische verpleegkunde Een nieuw kans voor Hans



Hans is een ambitieuze veertiger die als jonge adolescent een hoge dwarslaesie heeft opgedaan in de sport. Mariëtte, zijn vrouw, die de zorg voor hem draagt zocht via email contact met me met het volgende probleem: Hans werd bij tijd en wijle gekweld door krampaanvallen in zijn buikgebied. Kramp die zo hevig en alles overheersend was dat het hem helemaal uit putte en hem een normaal leven onmogelijk maakte. Niemand wist raad.

We maakten een afspraak en met een zijden kompresdoek, een wollen wikkel en gedroogde kamille ben ik naar hen toegegaan. In de moderne woning werd me snel duidelijk dat ik hier met een hecht team te maken had. Mariëtte gaf blijk van haar onconventionele houding t.o.v. de geneeskunde en de zorg. Ik stelde voor om haar het kamillebuik-kompres aan te leren als wapen in de strijd tegen de buikkrimp van Hans. Moeiteloos volgde ze mijn aanwijzingen op en vol vertrouwen verliet ik het pand.

Veel later hoorde ik dat het kamille-kompres nog steeds haar dienst bewijst. Het zo eenvoudige hulpmiddel wat het verschil maakt tussen hoop en wanhoop bij dit stel mensen.

Marion Gores

De spasmen bij Hans kunnen ontstaan door overactiviteit maar ook bij onderactiviteit. ( Bij het laatste is de hoeveelheid ontlasting de aanzet tot beweging , de darm wordt als het ware gedwongen om te bewegen en dat geeft weerstand=kramp. )

De warmtekwaliteit die zich uitdrukt in de zoetige etherische olie van de grote hoeveelheid bloemetjes aan de kamilleplant, kunnen we gebruiken om ontspanning te brengen in de peristaltiek van de darm. We doen dat door een thee te maken van de gedroogde bloemetjes: 5 minuten trekken en dan door de zeef over de zijden doek gieten. We gebruiken zijde vanwege haar bijzondere kwaliteit in het beheren van de warmte. Deze doek, wordt heel goed uitgewrongen, leggen we zo warm mogelijk op de onderbuik en sluiten hier zo snel mogelijk een wollen doek omheen. We leggen er een dun gevuld warmwaterzakje op zodat de temperatuur constant blijft. Naast de werking van de kamille zorgt de warmte ook voor meer (huid) doorbloeding dus meer eigen activiteit in dat gebied.

De functionele beschadiging lost niet op, dus zal dit middel steeds opnieuw gebruikt moeten worden. Gelukkig kan dit zonder bezwaar, het mag zelfs dagelijks ingezet worden.

Met deze interventie wordt, naast de pijnverlichting, de zelfstandigheid en zelfredzaamheid van deze mensen ondersteund.

Edith Minnaar

Zie ook blz.120 'Uitwendige Therapie'  
isbn:9789062388356

Balsem uit Aloë  
Verzorgend  
Voor diepe wonden  
Te laat, verdriet  
Het andere,  
Mirre  
Bitter is het.  
Lijden en liefde,  
Hogere verbinding  
Maria Salomé,  
Reis verder  
Zuster, Vriendin,  
Verwante,  
Verloskundige  
Verkondigende  
Vrede



Dit is één van het drieliuk 'De drie vrouwen' waarvan Ingrid Spee de gedichten schreef als kunstpresentatie van het tweede trimester voortgezette opleiding. De andere twee zijn op de website te vinden.

Deze afbeelding van Maria Salomé is een gebrandschilderd raam uit de St Martin church, Fornham St Martin, Suffolk. Dit is vermoedelijk laat 19e eeuw.