



NIEUWSBRIEF
DECEMBER 2010
Jaargang 2 Nummer 3
Verschijnt drie maal per jaar

Kerstspreuk

Kom,
kind,
in onze harten
en bedwing de storm
die ontstaan is door onze
zelfzuchtige wensen.
Weef uit Uw licht,
Uw leven,
Uw Liefdesvuur
een nieuwe harteklop voor
alle mensen.

A.Bittlestone/M.van IJzer



Verpleegkunde in perspectief

Verscheidenheid



Op de eerste dag van de Oriëntatiecursus verpleegkunde en antroposofie zijn veertien verpleegkundigen in levende lijve aanwezig, onder wie twee Belgische collega's!

Wat een feest om deze mensen te mogen ontvangen: mensen die verlangen,

**Ze neemt ons mee van de
Egyptenaren en de Grieken via
Florence Nightingale naar Gordon
en Van de Brink Tjebbes.
Smullen maar!**

of tenminste nieuwsgierig zijn naar de aanvulling die antroposofie op de verpleging kan geven. Op deze eerste dag spreekt Sonja van Hees in haar openingslezing over de geschiedenis van de verpleging. Ze neemt ons mee van de Egyptenaren en de Grieken via Florence Nightingale naar Gordon en Van de Brink Tjebbes. Smullen maar! Duidelijk werd dat in het allereerste begin van de geneeskunde alles door één persoon werd gedaan: een priester-arts. En kijk eens naar de differentiatie aan beroepen die we nu kennen in de gezondheidszorg, of alleen al binnen de verpleegkunde.

In de nieuwe groep van de Oriëntatiecursus zitten dit keer naast psychiatrisch

verpleegkundigen, *nurse practitioners* en collega's uit de zorg voor mensen met een verstandelijk beperking, vele collega's die in de thuiszorg of in een hospice hun verpleegkundige beroep vormgeven. Als we een kijkje nemen op de site van V&VN (www.venvn.nl) dan zien we pas echt in hoeveel verschijningsvormen ons vak zichtbaar is.

En al deze verscheidenheid kan ook ontstaan in de antroposofische verpleegkunde. Iedereen kan in haar of zijn eigen differentiatie de inhoud en de vaardigheden naar eigen inzichten, op het juiste moment en op de juiste plaats toepassen. Zo wordt verpleegkunde een verpleegkunst.

De docenten en gastdocenten van Stichting Plegan Opleidingen verheugen zich op elke nieuwe cursist die hun enthousiasme over de aanvullingen vanuit de antroposofie op de zorg wil delen.

In deze zesde nieuwsbrief komen een reumaverpleegkundige en een *nurse practitioner* aan het woord. Ook is er weer de vaste rubriek over de werking van uitwendige therapie, en een bericht over een jongeman die jaren last heeft gehad van luieruitslag en de gevonden remedie hiervoor.

Een goede kersttijd toegewenst,
Marion Gores



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 weidser 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.



Agenda

Oriëntatiecursus Verpleegkunde en antroposofie

Een cursus van 10 dinsdagen. In deze cursus wordt de eerste 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 diploma zijn een aantal opdrachten verbonden. Deze kunt u op de site (www.plegan.nl) nalezen. Voor uitgebreidere informatie kunt u bij het secretariaat de nieuwe opleidingengids aanvragen.

Doelgroep Gediplomeerd verpleegkundigen en verzorgenden niveau 3

Data 1, 8, 15, 22, 29 maart 5, 12, 19, 26 april en 10 mei 2011

Prijs € 590

Locatie Pauluskerk, Rijsenburgselaan 2a, 3972 EJ Driebergen

Deze cursus is geaccrediteerd voor 76 punten.

Wat is en doet een *nurse practitioner* (np'er)?

Hoe een antroposofisch verpleegkundige haar werk als *nurse practitioner* binnen een huisartsenpraktijk vormgeeft

Door Josee Kruijff



Deze functie in de eerstelijnszorg is gecreëerd vanwege het dreigende tekort aan (huis)artsen. Het waarborgen van de continuïteit van zorg vroeg om een herschikking van de taken. De zorgvraag was veranderend als gevolg van de vergrijzing en de wens van de patiënt naar eigen verantwoordelijkheid en inzicht. Hierdoor konden een aantal nieuwe ondersteunende beroepen worden ontwikkeld.

Als antroposofisch verpleegkundige met een kleine eigen praktijk was ik verbonden aan de praktijk van een gedreven huisarts met een toekomstvisie. Deze arts was een ervaren opleider en vroeg me bij hem te komen werken om (medische) taken over te nemen. Daarna zijn we beiden in een pilotopleiding gestapt voor np'er in de huisartsenpraktijk. Ik heb vooral medische taken op me genomen op het gebied van dermatologie, kno, gynaecologie en urologie, bewegingsapparaat en ouderenzorg. Het combineren van *care* en *cure* is dé opgave van de *nurse*, die als verpleegkundig specialist zowel in de medische als in de verpleegkundige wereld staat. Vanuit de opleiding voor np'er heb ik geleerd om volgens protocollen en de standaarden voor huisartsen te werken. Dit betekent dat ik een anamnese afneem, lichamenlijk onderzoek verricht en eventueel vervolgonderzoek laat doen. Hierna volgt het stellen van de diagnose en het inzetten van de therapie. Als ik twijfel of wanneer er iets onduidelijk is, kan ik direct met een arts overleggen.

Mijn visie op ziekte en gezondheid heeft zich in de loop der jaren ontwikkeld. Het verhaal en de hulpvraag van de patiënt staan voor mij centraal - die wil ik graag boven water krijgen in het gesprek, waarbij ik probeer zonder oordeel te luisteren. Vanaf het moment dat ik de patiënt uit de wachtkamer haal tot aan het afscheid, gebruik ik al mijn zintuigen. Ik kan dit het beste beschrijven aan de hand van het vierledig mensbeeld. De fysieke indrukken, die meet- en weegbaar zijn, nemen regulier een grote plek in, zijn belangrijk. Lichamenlijk onderzoek is een wezenlijk onderdeel van een consult en mensen voelen zich erdoor 'gezien'. Tijdens het luisteren let ik ook op aspecten als warmte, koude, geuldheid of leegte, emoties, spanningen, blijdschap, onrust, hoop (of het ontbre-

Vanaf het moment dat ik de patiënt uit de wachtkamer haal tot aan het afscheid, gebruik ik al mijn zintuigen. Ik kan dit het beste beschrijven aan de hand van het vierledig mensbeeld.

ken er van). Als het verhaal van de ander er helemaal zonder oordeel mag zijn, voelen mensen zich 'gehoord'. Mijn uitgangspunt is proberen waar te nemen - voelen, onderzoeken - wat er ontbreekt, wat er is gebeurd; wat heeft de ander van zijn eigen bron verwijderd en wat heeft de patiënt zelf nodig om weer door te kunnen gaan? Soms is luisteren en geruststellen genoeg, een andere keer komt er aanvullend onderzoek bij om afwijkingen uit te sluiten. Een kuur of een zelf kan ook erg nuttig zijn. Ondersteunend en aanvullend zijn de antroposofische geneesmiddelen en de verschillende therapieën waar ik naar kan verwijzen. Dat is met name ondersteunend voor het ether- en het astraallichaam waarbij het gesprek het 'Ik' benadert.

Uit de praktijk:

In beweging komen

Vermoeidheid is een terugkerend thema bij de 54-jarige vrouw uit mijn praktijk als reumaverpleegkundige. Ze lijdt aan pijnklachten in polsen, handen, rug en heupen, en krijgt de diagnose fybromyalgie (letterlijk vertaald: pijn in bindweefsel en spieren).

Verlies van gezondheid speelt een rol, maar ook het verlies van een kind, 20 jaar geleden. De lichamelijke en psychische klachten dreigen elkaar te versterken. Verschillende therapieën hebben haar niet verder gebracht en nu weigert ze dan ook elke verdere vorm van medische begeleiding. Ze worstelt zich door de dagen heen, terwijl ze probeert wat vreugde te vinden in kleine zaken. Maar de zwaarte van de dagen weerhoudt

De warmte van de behandelingen, zowel lichamelijke als de psychische, hebben haar goed gedaan

haar van een concrete stap de toekomst in - ze komt niet in beweging.

Op een dag stel ik voor haar inwrijvingen te geven met lavendelolie. Ze waardeert mijn vasthoudendheid om een ingang te vinden... Ze ondergaat het aanvankelijk gelaten, maar gaandeweg kan ze letterlijk en figuurlijk meer ruimte maken voor de lavendelinwrijvingen. Ze ondergaat deze zes weken lang eenmaal per week en toont me soms een voldane glimlach.

Na die periode kijken we samen terug. De warmte van de behandelingen, zowel de lichamelijke als psychische, hebben haar goed gedaan. Ze is nu in staat om gemotiveerd in gesprek te gaan met de huisarts.

Als ik weer op huisbezoek kom, ligt er een verwijzing van de huisarts voor een intake voor een gecombineerd therapieaanbod bij de GGZ.

Iets in haar is in beweging gekomen.

Mieke Horsman
Reumaverpleegkundige
in Alkmaar



Fybromyalgie kan worden gezien als een stukje verstarring in het bindweefsel - dat valt dan in de zwaarte. Deze aandoening van het bind- en spierweefsel roept het beeld op van een verstoring in het wilsgebied. Dit beeld spiegelt zich ook op het psychische niveau: de vrouw komt steeds minder in beweging. Om meer helderheid te krijgen over de te volgen therapie moeten de belangrijkste factoren die bijdragen aan dit beeld, zichtbaar worden. Door de lavendelolie aan te bieden via een inwrijving, proberen we met behulp van warmte de spieractiviteit aan te spreken. Juist lavendel kan helpen om de bewustzijnskant wat milder te maken en daardoor ruimte vrij te maken voor de bewegingskant. De wekelijkse herhaling versterkt deze werking. Beweging in de spieren kan helpen om ideeën en gevoelens die op psychisch niveau blokkeren, weer vlot te trekken. In deze casus leidt dat uiteindelijk tot het gesprek met de huisarts en de verwijzing naar de GGZ. Hopelijk krijgt de uitwendige therapie een vervolg naast de gesprekken. Uit ervaring weet ik dat dit een zeer werkzame combinatie is.

Edith Minnaar

Voortgezette opleiding verpleegkunde vanuit antroposofie

Een opleiding van 58 dagen verspreid over 1 ½ jaar, waarvan 46 cursusdagen. De opleiding bestaat uit 3 trimesters en een stage van 12 dagen. Voor een uitgebreide beschrijving van de vakken en de onderwerpen die aan de orde komen, zie de website (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 zijn 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 2012

Doelgroep Verpleegkundigen en verzorgenden niveau 3 die de Oriëntatiecursus hebben afgerond

Prijs € 3800 inclusief stage, exclusief extra lessen Ritmische inwrijvingen en eventueel herexamen

Locatie midden van het land

Deze opleiding is geaccrediteerd voor 517 punten

Nascholingsdagen 2011

Het onderwerp van de nascholingsdagen 2011 zijn de twaalf verpleegkundige gebaren.

Het volgen van één van de nascholingsdagen is een van de voorwaarden om als antroposofisch verpleegkundige geregistreerd te blijven. Op beide dagen wordt dezelfde inhoud geboden.

Doelgroep Verpleegkundigen in het bezit van het diploma van de Voortgezette opleiding

Data 16 april en 21 mei 2011

Prijs € 65 voor leden van de V&VN AZ;
€ 75 voor niet-leden

Locatie Romeostraat 74, 3816 SE Amersfoort

Deze dag is geaccrediteerd voor 10 punten.

In company training

Stichting Plegan Opleidingen biedt ook de mogelijkheid om een interne cursus te verzorgen die is afgestemd op de vragen binnen de instelling. Voor mogelijke onderwerpen en thema's zie de website (www.plegan.nl).

Prijs Prijsofgave volgt na een vrijblijvend kennismakingsgesprek waarin de vragen geïnventariseerd worden

Interesse? Neem contact op met het secretariaat.

Betalingsvoorwaarden

- Prijswijzigingen voorbehouden
- Een cursus gaat door bij voldoende deelnemers. Dit wordt 1 maand van tevoren besloten (tenzij het eerder bekend is).
- Het cursusgeld dient binnen 1 maand na het ontvangen van de factuur betaald te worden op rekening 929584 t.n.v. Stichting Plegan Opleidingen te Zutphen. Graag naam van de cursus vermelden en naam en adresgegevens van de cursist (omdat deze af kan wijken van de te naamstelling 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, Zutphen

Stichting Plegan

Vrienden van Plegan Opleidingen

Informatie via het secretariaat

Bankrekening: 1735809

t.n.v. Stichting Plegan, Werkhoven

V&VN Antroposofische zorg

Beroepsvereniging

Secretariaat:

Boddemate 37
8014 JJ Zwolle

Telefoon: 038-4655733

secretariaat@antroposofische-zorg.nl
www.antroposofische-zorg.nl

Jaargang 2, nummer 2,
september 2010. Verpleegkunde in
perspectief is een uitgave van Stichting
Plegan Opleidingen en wordt mede
mogelijk gemaakt door Stichting Plegan.

Verschijnt 2 à 3 keer per jaar.

Redactieadres:

Emmastraat 54,
6862 GV Oosterbeek
redactieplegan@xs4all.nl

Meegewerkt aan dit nummer hebben:
Mieke Horsman, Edith Minnaar, Ria de
Jong, Josee Kruijff, Arieanne van Kalsbeek
Hoofdredactie: Marion Gores
Eindredactie: Mario Domen
Grafische vormgeving: Viamare

Druk- en zetfouten en prijswijzigingen
voorbehouden.

Voor deze gratis nieuwsbrief kunt u zich
aan- of afmelden bij het secretariaat.

info@plegan.nl

Een bericht van de vrienden van Stichting Plegan

De vrienden hebben met hun financiële bijdragen in het afgelopen jaar weer diverse goede projecten en ontwikkelingen van Plegan kunnen steunen.

Zo is er geld vrijgemaakt voor communicatie via deze nieuwsbrief en de website met studenten, verpleegkundigen en andere belangstellenden. Er worden momenteel ook professionele foto's gemaakt van inwijvingen en applicaties die gebruikt kunnen worden als illustratie en ondersteunend lesmateriaal. Hiermee wordt het bijzondere werk van de antroposofisch geschoolde verpleegkundige nog beter in beeld gebracht.

Dankzij een gulle gever is er kortgeleden onder de paraplu van Stichting Plegan een nieuw fonds ontstaan: het *Florence Nightingale Fonds*, genoemd naar de grondlegster van de moderne verpleegkunde. De sterke wens van de goede gever was dat er vooral geïnvesteerd zou gaan worden in mensen. Het belangrijkste doel van dit fonds is daarom cursisten te ondersteunen die de opleidingen van Stichting Plegan niet volledig zelf kunnen financieren. Dit kan in de vorm

van een renteloze lening of een schenking. Neem gerust contact op met ondergetekende voor nadere informatie. Daarnaast is er ook behoefte aan een vertaling van het Duitse lesboek 'Ritmische Inwijvingen'. Om dat mogelijk te maken hebben wij opnieuw de steun nodig van vrienden en donateurs.

De vaste donateurs van Stichting Plegan ontvangen binnenkort een overzicht van de bestedingen van hun donaties en de plannen voor de toekomst.

Mensen die donateur willen worden kunnen dit doen door een bedrag over te maken op rekeningnummer 1735809 t.n.v. Stichting Plegan te Werkhoven.

Nadere informatie is te vinden op www.plegan.nl bij 'Vriendenstichting', of telefonisch bij Arieanne van Kalsbeek op telefoonnummer 030-6911699.

Met veel dank en hartelijke groet,
namens het bestuur van Stichting Plegan,
Arieanne van Kalsbeek,
voorzitter



De huid en stuit van Umit

Als pleegouders van Umit, een 26-jarige, meervoudig gehandicapte jongeman, hebben wij, al zo lang we ons herinneren, veel zorgen om zijn huid. Voornamelijk de gebieden om en onder zijn luier zijn lang een probleem geweest. Sinds zeven jaar helpt een antroposofisch verpleegkundige ons wekelijks met de zorg voor Umit. Zij heeft kennis van en ervaring in het werken met de natuurlijke middelen waar wij een groot voorstander van zijn: medicijnen, zalfen en oliën. Op een goede dag introduceerde zij de *Calcea Wund- und Heilcreme*. Deze zalf is ontwikkeld door o.a. verpleegkundigen van een antroposofisch ziekenhuis in Duitsland en in productie genomen door Wala, een Duitse producent van antroposofische geneesmiddelen. We willen met dit bericht laten weten dat deze zalf een preventieve en helende werking heeft, en dat onze zorgen om de luierslag van Umit hiermee na 20 jaar de wereld uit zijn.

Ria de Jong,
Zorgboerderij De Maartensplaets
Leuvenheim



De Calcea-zalf is vervaardigd uit een samenstelling van twee planten met algemeen bekende

bloemen; de *Calendula* (goudsbloem) en de *Echinacea* (Rode zonnehoe). *Calendula* kent een krachtige groei en een onophoudelijk komen en vergaan van de stralende oranje, mathematisch geordende composit. Dit stimuleert de ordenende kracht in de huid waardoor bij wonden de weefselvorming wordt bevorderd.

Echinacea heeft een relatie met warmte. Zwavelprocessen hebben eerst een aanvurende en daarna een oplossende invloed op ontstekingsprocessen. Het afweersysteem en de bloedvorming worden erdoor gestimuleerd. Deze plant werd en wordt in Noord-Amerika door de Indianen gebruikt als antibiotica bij bijvoorbeeld de behandeling van geïnfecteerde wonden.

Calcea-zalf is te koop of te bestellen bij de meeste Duitse apotheken (pleganredactie@xs4all.nl)

