



**NIEUWSBRIEF**  
**JANUARI 2009**  
**Jaargang 1 Nummer 1**  
Verschijnt drie maal per jaar

Deze nieuwsbrief is een uitgave van Stichting Plegan Opleidingen. "Plegan" is Oudgermaans voor verzorgen, (ver)plegen. Stichting Plegan Opleidingen heeft het mandaat van de beroepsvereniging V&VN Antroposofische Zorg gekregen om verpleegkundigen nivo 4 en 5 en verzorgenden niveau 3 te scholen in antroposofische verpleegkunde en verzorging. Zij doet dit door het organiseren en ontwikkelen van verschillende cursussen en opleidingen (zie agenda en [www.plegan.nl](http://www.plegan.nl)).

De belangrijkste **doelgroep** van de stichting zijn regulier opgeleide verpleegkundigen en verzorgenden (IG) die interesse hebben in antroposofie. Daarnaast ontwikkelen wij cursussen voor verzorgenden en vrijwilligers in de zorg.

**Antroposofie** is de inspiratiebron voor de inhoud en vormgeving van de cursussen maar dat geldt ook voor het enthousiasme van de docenten. Antroposofie is een bron die je het leven kan laten ontdekken vanuit de idee dat er een reële geestelijke wereld is. Deze wereld kun je leren kennen door je te scholen op moreel gebied. Maar ook door het ontwikkelen van het waarnemen en het denken, gerelateerd aan het leven zelf, waarin karma en reïncarnatie werken. Rudolf Steiner is de grondlegger van de antroposofie. Sindsdien hebben velen deze werkwijze zich eigen gemaakt en verder ontwikkeld.

# Verpleegkunde in perspectief

## Antroposofisch verpleegkundige in de praktijk

door: Alexandra Licher  
fotografie: T. Kelling



Margo Schrama is van huis uit verpleegkundige. Sinds 1997 is zij werkzaam in het Ita Wegmanhuis in Amsterdam, waar zij als zelfstandig verpleegkundige uitwendige therapie geeft.

Margo volgde de opleiding HBO-V aan de Hogeschool Holland. In 1993 koos zij voor de voortgezette opleiding Verpleeg-

kunde vanuit antroposofie bij stichting Plegan. Tijdens deze opleiding ervoer

ven aan de cliënt. Margo: 'Omdat er in de opleiding enerzijds veel informatie wordt gegeven over mens- en wereldbeeld en je daarnaast het vakgebied vanuit een fenomenologische invalshoek leert waarnemen, ga je gegevens op een andere manier bekijken en met elkaar in verband brengen.' In gesprekken kijkt zij samen met de cliënt naar de situatie waarin deze zich bevindt. De kunst is om samen met de cliënt tot een hulpvraag te

### Door het waarnemen meer te oefenen, word je vanzelf aandachtiger

Margo voor het eerst dat mens- en wereldbeeld op elkaar aansloten en dat alles met alles te maken heeft. Na de opleiding bij stichting Plegan werkte ze in de Lucaskliniek in Zwitserland met kankerpatiënten. Daarnaast volgde zij een opleiding biografiewerk. Zij werd in 1997 gevraagd om haar praktijk voor uitwendige therapie op te zetten in het Ita Wegmanhuis.

Margo's cliënten zijn mensen met allerlei ziektebeelden. Vaak hebben ze ernstige vermoeidheidsklachten, een depressie of een burn-out.

Wat deze manier van werken onderscheidt van de reguliere verpleegkunde is dat er in alle rust aandacht wordt gege-

komen waarbij de cliënt vanuit een actieve houding onderzoekend kan kijken naar het 'waarom' en 'hoe nu verder', nadat hem of haar iets is overkomen. 'Wat ga ik met dit gegeven in mijn leven doen?' Door deze vraag te stellen komt de nadruk op de eigen verantwoordelijkheid te liggen. De cliënt ervaart de aandacht die hij tijdens de therapie krijgt over het alge-

Uitwendige therapie is een onderdeel van de antroposofische verpleegkunde waarbij een medicament, bijvoorbeeld etherische olie, via de huid wordt toegediend. Dat gebeurt door middel van kompressen, wikkels of ritmische inwijvingen.

Een inwijving is een zachte 'massage' waarbij het hele lichaam ingewreven wordt. Bij deze uitwendige therapie spelen niet alleen het waarnemen van het medicament maar ook de aanraking een rol. De inwijving heeft een omhullende werking en wordt in een rustige omgeving gegeven. Het is gebruikelijk na de behandeling warm ingepakt een half uur te rusten.

## Ontwikkelingen:

Binnen Stichting Plegan Opleidingen zijn we bezig met de accreditatie van de cursussen. Dit hangt samen met de accreditatie en registratie van alle opleidingen in de zorgsector.

In januari 2009 zal de nieuwe opleidingengids verschijnen. Deze wordt momenteel aangepast en herschreven. Mocht je de nieuwe gids willen ontvangen, dan kun je dat bij het secretariaat van Plegan Opleidingen aangeven. De website van Plegan Opleidingen zal begin 2009 aangepast worden aan de nieuwe opleidingengids.

### Oriëntatiecursus Verpleegkunde en antroposofie

Informatie [www.plegan.nl](http://www.plegan.nl)

Doelgroep Gediplomeerd verpleegkundigen en verzorgenden niveau 3

Data 3, 10, 24 februari 2009  
3, 10, 17, 24, 31 maart  
14 en 28 april

Prijs € 590

Locatie Driebergen

Deze cursus wordt ook in Groningen gegeven. Het is daar een In Company training voor Ilmarin, die ook toegankelijk is voor enkele 'buitenstaanders'.

Data 27 februari 2009  
6, 13, 20, 27, maart  
3, 10, 17, 24 april  
8 mei (1 mei vakantie)

Prijs € 590

Locatie Ilmarin, Kornalijnlaan 1  
9743 JK Groningen

### Cursussen Ritmische inwijvingen volgens Wegman/Hauschka

Cursussen van elk 3 aaneengesloten dagen. In cursus 1 en 2 worden de deelwijvingen behandeld. In cursus 3 komt de totaalwijving aan de orde. Cursus 4 is bedoeld voor diegenen die in de praktijk de totaalwijving geven. De terugkomdagen dienen om de verworven vaardigheid op professionele wijze te blijven oefenen.

Doelgroep Verpleegkundigen en verzorgenden niveau 3 die de Oriëntatiecursus Verpleegkunde en antroposofie hebben afgerond

De terugkomdagen zijn bedoeld voor diegenen die cursus 4 hebben gedaan

Data Cursus 1: 29, 30, 31 januari 2009  
Cursus 2: 26, 27, 28, februari  
Cursus 3: 19, 20, 21 maart  
Cursus 4: 30 april en 1, en 2 mei  
Terugkomdag: 11 april

### Voortgezette opleiding Verpleegkunde vanuit antroposofie

Informatie [www.plegan.nl](http://www.plegan.nl)

Doelgroep Verpleegkundigen en verzorgenden niveau 3, die de Oriëntatiecursus hebben afgerond

Data start september 2009

Prijs € 2800 inclusief stage

Locatie midden van het land

meen als het belangrijkste. Margo is zelf steeds op zoek waarmee ze iemand kan helpen. Dit heeft volgens haar met waarnemen te maken. Binnen de opleiding van Plegan lag de nadruk daar al op: aandachtig leren waarnemen in plaats van het meten en wegen waarmee in de regu-

liere verpleegkunde de toestand van patiënten wordt benaderd.

Margo: 'Door het waarnemen meer te oefenen, word je vanzelf aandachtiger. De cliënt ervaart "Ik word waargenomen". Daar gaat het om.'

## Een ervaring

Babs Willemse is een cliënt van Margo. Ik vroeg haar wat zij ervaart tijdens en na de inwijving die Margo haar om de paar weken geeft.

Babs heeft veel baat bij de omhullende en ondersteunende werking van de therapie.

Zij kwam op verwijzing van haar arts bij Margo terecht, en hoewel Babs veel moeite had met aanraken, besloot ze toch voor deze therapie te kiezen. Ze ervoer dat Margo tijdens de inwijving nooit over de grens gaat die ze voelt. Margo begint meestal met het stellen van een aantal vragen. Ze is doortastend en zet Babs aan het denken: is de

Tijdens het ingepakt nog een half uurtje blijven liggen ervaart Babs dat de verbinding met haar lichaam is hersteld; ze heeft het gevoel weer 'in haar lijf te wonen'.

pijn die ik voel alleen fysiek? Waar in mijn lichaam voel ik die vermoeidheid? Margo werkt op een heel fysieke manier, maar tegelijkertijd raakt zij Babs innerlijk ook aan. Margo luistert naar wat haar lichaam vraagt en dat werkt weer door op andere lagen. ▶

## Een Cursist:

# Voortgezette opleiding verpleegkunde vanuit antroposofie

Liesbeth Billiet is verpleegkundige op een kinderafdeling in een algemeen ziekenhuis. Ze heeft de Voortgezette opleiding 2007/2008 gevolgd.

Ik werk als kinderverpleegkundige in een ziekenhuis op een algemene kinderafdeling. Ik heb deze opleiding als zeer waardevol ervaren. Het heeft me heel veel inzichten geschonken waardoor ik veel "bewuster" in de zorg sta. Het heeft me doen kijken en werken vanuit de holistische mensvisie. Hierdoor kom ik veel dicht bij het kind en zijn leefwereld.

Waar ik vroeger nog veel dingen als los van elkaar zag, begin ik nu een veel duidelijker en mooier geheel te zien. Wanneer ik bvb. kijk naar de kinderziekten die bij ons op de afdeling voorkomen dan passen deze heel erg bij de ontwikkeling, de leefwereld van het kind. De groep kinderen onder de twee jaar heeft het vaak zwaar met de "stormachtige" virussen zoals het RS-virus, het rotavirus,...Deze kinderen "stor-

men" als het ware mee. Ze kunnen zich in deze fase ook nog niet goed afsluiten voor de buitenwereld. Ze zijn nog één met hun omgeving. Juist in deze fase is de "hechting" ook zo belangrijk. Deze kinderen nemen de intenties van hun verzorgers waar, ook hiervoor kunnen zij zich niet afsluiten. Hieruit kan dan wor-

## Vertrouwen hebben in het kind, is voor mij een belangrijk uitgangspunt in mijn zorg

den afgeleid dat het essentieel is voor de ontwikkeling van een kind om het te verzorgen met goede intenties en een groot vertrouwen. Dit zal een positieve bijdrage leveren aan het ziekteproces. Vertrouwen hebben in het kind, is voor mij een belangrijk uitgangspunt in mijn zorg. Ik besteed er nu ook echt aandacht



Docent en cursusbegeleider van de Oriëntatiecursus:

# Vrijheid en enthousiasme

Marion Gores is docent verpleegkunde. Daarnaast heeft ze een eigen praktijk, waarin ze uitwendige therapie geeft.



Samen met collega Frits Langhorst begeleid ik de oriëntatiecursus Verpleegkunde en antroposofie. Ook geef ik er enkele lessen.

De cursus wordt gegeven in de ontmoetingszaal

van de Pauluskerk in Driebergen. Deze ruimte laat veel licht binnen en heeft een prettige akoestiek. Bovendien is het een mooie, goedverzorgde ruimte waar je je snel op je gemak voelt. In de behandelkamer van mijn eigen praktijk, is de zorg voor de ruimte een dagelijks aandachtspunt.

Als docent/begeleider zie ik het als mijn taak om enerzijds een sfeer van vertrou-

aan om dit door te geven aan de ouders. Zij vormen immers “de directe omgeving” van het kind. Wil ik het kind helpen dan moet ik ook aandacht hebben voor een “gezonde” omgeving waarin het kind nog zo sterk opgaat. Angst bij ouders wegnemen, een aangename kamertemperatuur, een comfortabele positie in bed met de nodige omhulling wanneer het kind aan allerlei snoeren gebonden is, op een rustige manier de kamer betreden, zorgen dat er voldoende “ruimte” is voor het kind, de omgeving aanpassen aan het ontwikkelingsniveau, zijn hierbij belangrijke interventies. Ik merk dat ik nu veel meer werk dan voorheen zie, altijd in tijdstekort kom maar veel bewuster, rustiger, sterker, voldaner en gelukkiger in mijn vak sta. Daar waar ik vroeger nog vaak meeding in de stress die van een situatie uitging, merk ik nu dat ik veel steviger op mijn benen sta, mijn rust en vertrouwen kan behouden en onzekere, angstige ouders ook werkelijk kan helpen.

Elke verpleegkundige die op zoek is naar meer diepgang in het vak en van verpleegkunde een ware verpleegkunst wil maken, zou ik deze opleiding van harte aanbevelen.

Liesbet Billiet

wen te scheppen en de deelnemers onderling de gelegenheid te geven elkaar te ontmoeten.

Anderzijds is het soms nodig om met de cursisten door te praten over een thema dat in de lessen behandeld is. Zo zoeken we naar een aansluiting tussen de lesinhoud en hun eigen (werk)leven. Men kan zich aangevallen voelen door wat verteld wordt. Het is dan goed om aandacht te besteden aan hun vragen en gevoelens. We streven ernaar, mensen binnen een vertrouwde bedding de vrijkeus te laten en hen enthousiast te maken.

De Oriëntatiecursus Verpleegkunde en antroposofie is een cursus van 10 dagen, waarin men kennis kan maken met antroposofische verpleegkunde. Er komen ongeveer 10 gastdocenten spreken over allerlei onderwerpen zoals visie op de verpleegkunde, de vier elementen, medicatie, biografie en nog veel meer. Alle docenten zijn vakmensen. De begeleiders van de cursus zijn zowel verpleegkundig docent als antroposofisch verpleegkundigen. Na de oriëntatiecursus is er de mogelijkheid om de Voortgezette opleiding Verpleegkunde vanuit Antroposofie te volgen en de cursussen Ritmische inwijvingen volgens Wegman/Hauschka.

De inhoud wordt door verschillende gastdocenten gegeven met elk hun eigen stijl en thema's. Soms komen van verschillende gastdocenten dezelfde thema's voorbij, maar dan op een totaal andere manier belicht. Hoewel dit verwarrend kan lijken, zorgt het ook voor openheid en vrijheid. In hun dagelijkse praktijk als verpleegkundige kunnen de cursisten de inhoud toepassen en toetsen of zij herkennen wat hen verteld is.

De bedding van vertrouwen is een voorwaarde voor de praktijklessen uitwendige therapie. Hierbij is men aan elkaars lijf aan het oefenen. In deze situatie betracht ik terughouding in combinatie met waarnemende betrokkenheid. Dit is ook als voorbeeld van de attitude in de eigen praktijksituatie van de cursisten. In deze lessen kunnen zij zich immers inleven in hun patiënt. Ik beschouw de deelnemers als collega's die ik binnenleid in een schatkamer met nieuw gereedschap, om het vak van verpleegkundige mee uit te gaan oefenen.

## Nascholingsdagen 2009

Het onderwerp van de nascholingsdagen 2009 is: Concentratie – een praktische weg naar evenwicht, effectiviteit, en zelfsturing. Het volgen van één van de nascholingsdagen is een van de voorwaarden om als antroposofisch verpleegkundig geregistreerd te blijven. Op beide dagen wordt dezelfde inhoud geboden.

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

**Data** 28 maart en 9 mei 2009

**Prijs** € 60 per dag

**Locatie** Amersfoort

## Module ouder- en kindzorg

**Informatie** [www.plegan.nl](http://www.plegan.nl)

**Doelgroep** Afgestudeerde cursisten van de Voortgezette opleiding die belangstelling hebben voor de zorg rondom het kind

**Data** 9 en 23 januari 2009

6 en 13 februari

6 en 20 maart

3 en 17 april

15 en 29 mei

**Locatie** midden van het land

**Prijs** € 800 voor de hele cursus per dag

€ 90, per ochtend € 45

## Cursus Kompressen, wikkels en applicaties

Drie cursussen van elk 3 dagen waarin aan de hand van vragen en behoeften van deelnemers de verschillende uitwendige therapieën aan de orde komen: de zalfpapen, de theeën, etc. Zowel de achtergrond van als de vaardigheid in de betreffende applicaties komen aan de orde.

**Doelgroep** Verpleegkundigen en verzorgenden die belangstelling hebben voor en werken met deze therapieën (of willen gaan werken)

**Data** Bij voldoende belangstelling wordt er in overleg met de deelnemers een cursus gepland

**Locatie** Zeist of omstreken

**Prijs** € 200 per cursus, inclusief materialen

## Orgaandagen

Speciale orgaandagen (2 organen per dag) waarin zowel de ritmische inwijvingen als de applicaties met betrekking tot de specifieke organen aan de orde komen.

**Doelgroep** Verpleegkundigen die de cursussen Ritmische inwijvingen 1 t/m 4 hebben gevolgd en deze inwijvingen in hun werk toepassen

**Data** Najaar 2009

**Locatie** Koekoeksweg 100 in Olst

(Overkempe)

**Prijs:** € 60 per dag

## 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](http://www.plegan.nl).

**Prijs** Prijsopgave volgt na een vrijblijvend kennismakingsgesprek waarin de vragen geïnventariseerd worden

## Betalingsvoorwaarden

zie [www.plegan.nl](http://www.plegan.nl)



## COLOFON

### Stichting Plegan Opleidingen

Secretariaat:

De Moesmate 13

7206 AC Zutphen

Telefoon: 0575-574799

Bankrekening: 929584 tnv Stichting

Plegan Opleidingen te Zutphen

email: info@plegan.nl

website: www.plegan.nl

### Stichting Plegan

(Vrienden van Plegan

Opleidingen)

Godfried van Seystlaan 38

3703 BS Zeist

Telefoon: 030-6911699

Bankrekening: 1735809 tnv Stichting

Plegan, Werkhoven

### V&VN Antroposofische zorg

(beroepsvereniging)

Secretariaat:

Eikenlaan 6

1406 PL Bussum

Telefoon: 035-6930936

email:

secretariaat@antroposofische-zorg.nl

website: www.antroposofische-zorg.nl

Jaargang 1, nummer 1,

januari 2009.

Verpleegkunde in perspectief is een  
uitgave van Stichting

Plegan Opleidingen en wordt mede  
mogelijk gemaakt door Stichting Ple-  
gan (Vrienden van Plegan Opleidin-  
gen).

Redactieadres: De Moesmate 13,

7206 AC Zutphen

Telefoon: 0575-574799

Email: info@plegan.nl

Meegewerkt aan dit nummer hebben:

Marion Gores, Liesbeth Billiet,

Alexandra Licher, Margo Schrama,

Babs Willemse en Hanno von Sassen.

Hoofredactie: Ruth In 't Veld.

Eindredactie: Mario Domen. Grafische

vormgeving: Viamare.

Druk- en zetfouten voorbehouden.

Prijswijzigingen voorbehouden Aan-

of afmelden voor deze nieuwsbrief

kunt u telefonisch of per email doen

bij het secretariaat.

# Vrienden van Plegan

Al sinds de oprichting wordt Plegan gesteund door een grote groep donateurs die regelmatig een financiële bijdrage doen. Deze steun maakt het mogelijk om nieuwe cursussen te ontwikkelen, vakliteratuur te schrijven of te vertalen, en om meer bekendheid te geven aan wat de antroposofische verpleegkunde en antroposofische zorg te bieden heeft. Kortom, aan al die zaken die buiten het kader van de normale cursus of opleidingsprijzen vallen.

De steun van de donateurs ervaren wij als meer dan alleen een materiële bijdrage. Wij ervaren het als hartverwarmend dat een grote groep mensen het werk van Plegan van belang op deze wijze ondersteunen. Het geeft ons het vertrouwen iets te doen wat maatschappelijk belangrijk wordt gevonden. Bij dezen wil ik alle donateurs en schenkers van harte danken voor hun bijdragen in de afgelopen jaren.

In 2008 heeft Stichting Plegan een bedrag van € 2000 ter beschikking gesteld voor de ontwikkeling van een cursus voor antroposofische ouder- en kindzorg.

€ 1000 is gegeven voor het bevorderen van de bekendheid van de antroposofische verpleegkunde en de antroposofische zorg; hiermee wordt onder andere deze Nieuwsbrief gefinancierd.

Ten slotte is € 1000 gegeven ten behoeve van het ontwikkelen van nieuw lesmateriaal, onder andere voor de cursus Ritmische Inwijzingen.

In 2009 hopen wij geld ter beschikking te kunnen stellen voor de verdere ontwikkeling van antroposofische ouder- en kindzorg. Verder liggen er vragen voor bijdragen ten behoeve van de ontwikkeling van nieuwe lesboeken en lesmateriaal – onder andere voor de Voortgezette opleidingen, de cursus Ritmische inwijzingen.

In begin 2009 zal de opleidingsgids vernieuwd en aangepast worden. Ook dat willen wij mede mogelijk maken. De website zal dan daaraan aangepast moeten worden.

Tevens verwachten we in 2009 geld beschikbaar te kunnen stellen voor het verdere professionaliseringproces van de opleiding. Er zal ook een bijdrage worden gegeven aan de herdruk van het boek *Uitwendige therapieën*.

Mensen die het werk van Plegan willen ondersteunen nodigen wij van harte uit om een financiële bijdrage over te maken op: Rekeningnummer 1735809,

ten name van Stichting Plegan te Werkhoven.<sup>1</sup>

Desgewenst kunt u aangeven aan welk doel uw bijdrage ten goede moet komen. Donateurs van Stichting Plegan ontvangen voortaan de Nieuwsbrief. Wij hopen op deze wijze minimaal eenmaal per jaar de donateurs op de hoogte te kunnen houden van nieuwe ontwikkelingen.

Stichting Plegan ondersteunt en bevordert sinds 1991 de ontwikkeling van opleidingen op het gebied van de antroposofische verpleegkunde en antroposofische zorg. Vanaf 1 januari 2008 richt Stichting Plegan zich uitsluitend op het financieel mogelijk maken van nieuwe ontwikkelingen en heeft daarmee nog meer het karakter van een 'Stichting tot steun' gekregen. De verantwoordelijkheid voor de opleidingen en cursussen is overgenomen door het kernteam van docenten en in een nieuwe stichting ondergebracht: Stichting Plegan Opleidingen.

Mocht u nog verdere vragen hebben of bijvoorbeeld de jaarcijfers van Stichting Plegan over 2007 willen ontvangen, dan kunt u contact opnemen met de penningmeester: Hanno von Sassen, Pollaan 4, 3985 RM, Werkhoven. Tel. 0343-551755.

Daarnaast zijn wij op zoek naar mensen die als bestuurslid van Stichting Plegan een bijdrage willen leveren aan de ondersteuning en de bloei van de antroposofische verpleegkunde en antroposofische zorg. Belangstellenden kunnen hierover geheel vrijblijvend contact opnemen met: Arieanne van Kalsbeek, Godfried van Seystlaan 38, 3703 BS, Zeist. Tel. 030-6911699

#### noot

<sup>1</sup> Stichting Plegan is per 1 januari 2008 door de Belastingdienst aangemerkt als een 'Algemeen Nut Beogende Instelling' (ANBI). Dat betekent dat donaties en giften van particulieren vallen onder de giftenaftrek voor de inkomstenbelasting en vrijgesteld zijn van schenkingsrecht. Erfstellingen en legaten zijn vrijgesteld van successierecht. Schenkingen van bedrijven komen in aanmerking voor een giftenaftrek in het kader van de vennootschapsbelasting.