



## IN DIT NUMMER:

- Orgaandonatie
- Vanuit het bestuur
- ANBI erkenning
- Verkort financieel jaaroverzicht 2019
- Hospice in Kampen?
- Josta Westerink: Veertien jaar lang soep, melk en koeken(?)
- Gastlescoördinator Annemarie Flier op haar plek achter de laptop
- De NPV Gastles opdracht
- Kom ons helpen!

## Thema-avond Fit met voeding

De spreker: Dr. Marieke Dijkgraaf-ten Bolscher, therapeut, eigenaar van Monsana, praktijk voor orthomoleculaire geneeskunde. Voeding en gezondheid hebben veel met elkaar te maken. Het zoeken naar mogelijkheden om via voeding de gezondheid te verbeteren is vandaag de dag 'hot'. En dat is ook niet zo verwonderlijk. Deze avond zal u meer inzicht geven in wat u zelf kunt doen om uw gezondheid te verbeteren. Neurotransmitters zijn communicatiestoffen binnen de hersenen. Ze worden geproduceerd uit specifieke voedingsstoffen. Dit natuurlijke proces kan uit balans raken. De behoefte aan voedingsstoffen ter ondersteuning van de betreffende neurotransmitter neemt dan toe. Vermoeidheid, gevoelens van angst, toegenomen prikkelbaarheid, verminderde plezierbeleving, verminderd zelfvertrouwen, stemmingswisselingen, onvoldoende controle over emoties, veranderde pijnwaarneming, ongeremde of gebrek aan eetlust, trage stofwisseling zijn bijvoorbeeld een paar opvallende kenmerken die



veroorzaakt worden door het uit balans raken van dit proces. Tijdens deze avond wil ik u laten zien op welke manier voeding daar een rol in vervult. En hoe u dus door een gezonde leefwijze een positieve invloed uitoefent op uw welbevinden. Het is een open avond waarbij iedereen welkom is.

### Woensdag 25 maart 2020:

**Tijd** Inloop 19.30 uur

Opening 19:45 uur

**Locatie** Hervormd Centrum 'De Zaaier'

**Adres:** Dorpsweg 38, IJsselmuiden



# Orgaandonatie

## De nieuwe donorwet

De Rijksoverheid vraagt aan iedere Nederlander van 18 jaar en ouder die nog geen keuze over orgaandonatie en weefseldonatie heeft vastgelegd in het Donorregister, dat wel te doen. Dit staat in de nieuwe donorwet.

Na ingang van de wet op 1 juli 2020, krijgen alle Nederlanders van 18 jaar en ouder een brief, wie na 2 brieven geen registratie in het Donorregister maakt, wordt automatisch geregistreerd met 'geen bezwaar' tegen donatie van organen of weefsel. U krijgt hierover een brief. Dit geldt voor iedereen in Nederland van 18 jaar en ouder die ingeschreven staat bij een gemeente.

## NPV- keuzehulp orgaandonatie

De NPV-keuzehulp Orgaandonatie kan u of jou helpen om een keuze te maken over dit belangrijke thema. Je krijgt dan niet alleen informatie over hoe orgaandonatie precies werkt, maar leert ook meer over de Bijbelse visie op ons mens-zijn en wat voor consequenties dat kan hebben als het gaat om jouw denken over orgaandonatie. De volgende onderdelen komen aan bod:

- Wat is orgaandonatie precies en hoe werkt het?
- Welke keuzes zijn er allemaal? En hoe kan ik daarover in gesprek?
- Waarom kunnen christenen verschillende keuzes maken? En wat is mijn keuze?

De keuzehulp is bedoeld voor alle mensen die hun keuze over orgaandonatie moeten vastleggen:

- Jongeren die 18 jaar worden en door de overheid worden uitgenodigd om hun keuze vast te leggen in het Donorregister;
- Mensen die nog geen keuze hebben vastgelegd, maar van wie dat in 2020 wel wordt gevraagd.

De digitale keuzehulp is gratis beschikbaar. Ga naar [www.npvzorg.nl](http://www.npvzorg.nl) om de keuzehulp te maken.

# ANBI erkenning



Wanneer u ons een gift overmaakt kunt u aanspraak maken op belastingvoordelen. We zijn hier erg blij mee en hopen dat voor u hiermee de drempel om een extra gift te geven aan onze lokale vereniging weggenomen is. Vorig jaar hebben we verlies gemaakt, dit jaar hebben we gelukkig weer een positieve bijdrage aan de reserve zodat we net het hoofd boven water te houden.

Onze bankrekening is NL37INGB 0007 7835 07 op naam van NPV afd. IJsselmuiden.

## Vanuit het bestuur

Het is tegenwoordig heel gebruikelijk om meer tijd te besteden aan 'schermtijd' dan aan de maaltijd. Wat doet dat met ons als mens? Voeding heeft een grote invloed op ons lichaam en dan bedoel ik niet alleen ons gewicht. In deze tijd van snel, sneller snelst is het een hele kunst om gezond te leven. Voldoende slapen, voldoende beweging en gezond eten. Ik ben heel benieuwd wat we in de thema-avond hier over leren en of dit onze voeding zal gaan beïnvloeden.

Zorgen voor elkaar een belangrijk thema in IJsselmuiden en Kampen. Zelfs als u gezegend bent met zorgzame familie is het niet vanzelfsprekend dat zij u mantelzorg kunnen verlenen. Afstand kan alleen al een grote belemmering zijn. Wat is het dan mooi als we in onze eigen omgeving toch zorg kunnen krijgen en geven aan elkaar. Een hospice in de gemeente Kampen zou daarin een belangrijk baken kunnen zijn.

Als lokale vereniging volgen wij de ontwikkelingen van het hospice op de voet en denken mee in de mogelijkheden. Wat zou het mooi zijn als we vanuit een gemeentelijk hospice de diverse hulporganisaties kunnen verenigen om zo samen zorg te bieden aan ieder die het behoeft. Vanuit de opdracht van onze grote leermeester Jezus Christus. Want net als de moordenaar aan het kruis, is het nooit te laat om Hem te leren kennen. Wat een opdracht voor ons allen.

Ik zie ernaar uit u weer te ontmoeten en samen vanuit Bijbels perspectief na te denken.

Hartelijke groet namens het bestuur.  
*Erik Bruggink*



# Verkort financieel jaaroverzicht 2019

(verkort) Financieel jaaroverzicht			
Retributie	€ 2.763,25	Jaarvergaderingen	€ 1.016,47
Giften	€ 505,00	Bestuurskosten	€ 288,09
Subsidie Gemeente Kampen	€ 9.975,00	Nieuwsbrieven	€ 3.822,35
		Automatiseringskosten	€ 110,00
		Attenties/vergoedingen	€ 81,20
		Advertentiekosten	€ 579,30
		Bankkosten	€ 154,70
		Vergoeding coördinatoren VTH	€ 2.700,00
		Advertentiekosten VTH	€ 854,45
		Automatiseringskosten VTH	€ 460,00
		Hulpverleningskosten VTH	€ 583,06
		Attenties/vergoedingen VTH	€ 1.449,16
Toename Algemene Reserve			€ 1.144,47
<b>Totaal</b>	<b>€ 13.243,25</b>	<b>Totaal</b>	<b>€ 13.243,25</b>

## Hospice in Kampen?

**Zoals u wellicht onlangs heeft gelezen is er onderzocht of er in de gemeente Kampen behoefte is aan een hospice. Als NPV zijn we betrokken bij dit traject samen met andere zorgaanbieders. Als NPV zien we het belang in van dit initiatief en onderzoeken we op welke manier we aan dit initiatief kunnen bijdragen. Lubert Bosman, regiomanager Curadomi thuiszorg Kampen schrijft onderstaande om u te informeren over de laatste stand van zaken.**

### Hospicezorg, wat is dat?

De vraag naar hospice-zorg neemt toe. Een hospice is een huis waar mensen de laatste periode van hun leven kunnen verblijven en sterven. Mensen die komen te overlijden, komen eerst in een palliatieve fase en als laatste in een terminale fase. Mensen overlijden vaak (nog) thuis, maar soms is dat niet (meer) mogelijk omdat mantelzorg en/of professionele zorg in de thuissituatie onvoldoende inzetbaar blijkt te zijn. In dat geval kan een hospice uitkomst bieden.

### Waarom een hospice in Kampen?

In Kampen is nu nog geen hospice zoals hierboven beschreven. De inwoners van Kampen moeten nu nog gebruik maken van hospices in Zwolle, Nunspeet, Dronten of verder weg. Vanuit een motie in de gemeenteraad is onderzocht of er voldoende belangstelling en draagvlak is voor een hospice in Kampen. Hierop is positief geantwoord. De Gemeente Kampen laat het aan de betrokken partijen over om een hospice in Kampen te realiseren.

### Samenwerking in een hospice

IJsselheem en Curadomi thuiszorg hebben aangegeven zich als kartrekkers

van dit verhaal te willen inspannen en vooral te kijken naar de professionele ondersteuning van zowel het bestuur als de zorgprofessionals en vrijwilligers. Het gaat erom om een breed draagvlak te creëren voor een onafhankelijke en duurzame positie als hospice en daarbinnen een goede samenwerking te realiseren. Op dit moment wordt door de kartrekkers onderzoek gedaan naar de financiële haalbaarheid, bouw, zorg en advies gegeven voor een goed bestuur van de hospice.

De contouren van een hospice in Kampen In de aanloop tot nu zijn door de betrokkenen uitspraken gedaan die de contouren van een hospice in Kampen schetsen:

- Visie is gericht op waardig oud worden en waardig sterven
- De hospice is toegankelijk voor alle Kampenaren
- De sfeer is ruimtelijk en zo thuis als mogelijk (waar velen zich thuis kunnen voelen)
- De hospice wordt gerund door veel (zorg) vrijwilligers
- Er wordt goede kwaliteit van zorg & welzijn geleverd
- Er moet sprake zijn van goede structuur en inrichting van verantwoordelijkheden (goede steun voor zowel de professionals als de vrijwilligers en het bestuur)
- De hospice is financieel zelfstandig

### Sponsors gezocht

Een hospice kost veel geld, zeker in de opstartfase. Het bemoedigt ons dat veel mensen belangstelling hebben getoond om een bijdrage te leveren als (zorg) vrijwilliger in de hospice. Echter, er moet eerst een geschikt gebouw gevonden worden en volledig ingericht. Hiervoor



zoeken wij sponsors of mensen die het leuk vinden om fondsen aan te schrijven. Wij willen deze mensen bij elkaar brengen in een zogeheten "stichting vrienden van de hospice Kampen". Op deze manier hopen wij naamsbekendheid en het opstarten van een hospice dichterbij te halen.

### Vervolgstappen

Het streven van de projectgroep is om voor de zomer 2020 een plan klaar te hebben dat volledig is doorgerekend en dat inzage geeft of de hospice in Kampen op korte termijn gerealiseerd kan gaan worden. Daarvoor hebben we de samenwerking van de vele (zorg) partijen en vrijwilligers nodig. Niet alleen in de aanloop, maar zeker ook wanneer er een hospice in Kampen staat.

### Vragen?

Mocht u belangstelling hebben voor de hospice, goede ideeën hebben of een bijdrage willen leveren in welke vorm dan ook, neem dan contact op met Lubert Bosman, l.bosman@leliezorggroep.nl

# Josta Westerink: Veertien jaar lang soep, melk en koeken(?)

Door Niek Teune

Tot voor kort pakte Josta Westerink (54) eens in de twee weken op donderdagmiddag haar boodschappentas. Niet in de eerste plaats voor haarzelf, maar voor mevrouw Versteeg in de Rembrandstraat. Dit heeft Josta veertien jaar lang mogen doen. Totdat mevrouw Versteeg onlangs op 95-jarige leeftijd overleed. "Veertien jaar is een hele tijd geweest. 9 januari deed ik voor het laatst haar boodschappen. Ik mis haar nu wel, nu ze er niet meer is. Je bent toch aan iemand gehecht geraakt na zo'n lange tijd", zegt Josta.

Josta groeide als derde kind op in een ondernemersgezin. Na de havo ging ze naar de MEAO, waar ze een administratieve opleiding volgde. In 1988 trouwde ze met Bert Westerink. Het echtpaar kreeg drie dochters, waarvan de jongste nog thuis woont. Josta heeft haar leven lang administratief werk gedaan. Eerst deed ze dat bij het bedrijf van haar man; nu werkt ze nog vier ochtenden in de week bij een onderdeel van de VDK Groep.

Ongeveer veertien jaar geleden liet Josta aan de afdeling IJsselmuiden van de NPV weten dat ze graag vrijwilligerswerk wilde doen voor de vereniging. "Een vriendin van mij was namens de vrijwillige huishulp actief. Toen dacht ik bij mijzelf dat het net wat voor mij zou zijn om voor iemand iets

te gaan doen. Ik vind het mooi om anderen te helpen", vertelt Josta. Vanuit de NPV was men blij met Josta's enthousiasme. Ze kon direct aan de slag.

Vanuit de vrijwillige huishulp worden er veel verschillende activiteiten met of voor zorgvragers ondernomen. "Ik denk dat er ongeveer zestig mensen bij de vrijwillige huishulp aangesloten zijn; het is een behoorlijke groep. We wandelen met mensen of gaan bij hen op bezoek. Ook komt het voor dat de vrijwillige huishulp mensen met de auto naar het ziekenhuis brengt. De gemiddelde leeftijd ligt wel wat hoger, dus het zou leuk zijn als er nog wat jongere mensen bijkomen", zegt Josta. Voor haar begon het veertien jaar geleden niet met wandelen of vervoeren, maar met boodschappen doen.

In februari 2006 meldde mevrouw Versteeg zich bij de NPV. Ze vroeg om assistentie bij het doen van boodschappen. "Ik vond het leuk om dat op te pakken, want ik wilde het liefst iets actiefs doen. Dat past bij mij; ik moet een beetje bezig zijn." Hoe combineerde Josta het boodschappen doen met haar werk en gezin? Ze glimlacht en zegt: "Je hebt toch altijd wel wat tijd over. Ik ging vaak om 14.30 uur naar haar toe. Als het snel ging, kon ik 15.45 uur weer thuis zijn.

Wat is dan een uur in de twee weken? Het was maar een kleine moeite."

Eens in de twee weken pakte Josta op donderdagmiddag om 14.30 uur haar boodschappentas. "Was ik er om 14.45 uur nog niet, dan ging de telefoon. Mevrouw Versteeg was heel stipt. Ze was bang dat ik het zou vergeten." Als Josta dan bij mevrouw Versteeg had aangebeld, voltrok zich iedere keer hetzelfde ritueel. "Ik ging bij haar aan tafel zitten om even te kletsen. Ze toonde ook altijd belangstelling in mijn gezin. We wisten op een gegeven moment bijna alles van elkaar."

Na een paar minuten kwam het boodschappenbriefje op tafel. "Eigenlijk was dat altijd hetzelfde lijstje, geschreven op een lijntjeskladblok", lacht Josta. Wat stond daar dan zoal op? "Fijn volkorenbrood, ontbijtkoek, plakjes kaas, melk, rookvlees, een klein blikje soep..." Zonder blikken of blozen dreunt Josta een hele lijst op. "Ze had er ook altijd 'koeken' opstaan, met een vraagteken. Eigenlijk wist mevrouw Versteeg nooit welke koeken ik precies moest halen, daar moesten wij aan de keukentafel nog samen uitkomen."

Als Josta de instructies van mevrouw Versteeg goed begrepen had, kreeg ze haar grote portemonnee mee. Daarna was het tijd om naar de supermarkt te gaan. Josta ging veertien jaar lang naar het Markeresplein; eerst naar de C1000, later naar de PLUS. "Daar ging ik op de fiets of met de auto heen. Eigenlijk kon ik de boodschappen van mevrouw Versteeg altijd wel in de boodschappentas houden. Wanneer ik die bij haar afgeleverd had, praatten we nog een paar minuten na en dan ging ik weer. Dan stond ze altijd bij haar deur en zwaaide naar mij."

Nu mevrouw Versteeg niet meer in leven is, heeft Josta weer tijd over. "Met mijn twee kleinkinderen, mijn werk en mijn hobby's is er nog wel genoeg te doen. Maar ik zou graag weer boodschappen of iets dergelijks willen doen. Ik vind het leuk om een ander te helpen en daarom wil ik ook graag vrijwilliger bij de NPV blijven. Het is leuk om erbij betrokken te zijn. Als ik namens de vrijwillige huishulp weer boodschappen mag gaan doen voor iemand, dan doe ik dat graag."



# Gastlescoördinator Annemarie Flier op haar plek achter de laptop

Door Niek Teune



In de keuken van de familie Flier staat de laptop van moeder Annemarie (43) op tafel. Aan deze keukentafel wordt namelijk niet alleen gegeten, maar het doet tegelijkertijd dienst als bureau voor de coördinator gastlessen van de IJsselmuiden afdeling van de Nederlandse Patiënten Vereniging (NPV). Deze taak vult Annemarie sinds begin 2019 met veel plezier in. "Ik vind het belangrijk dat je jouw geloof uitleeft in daden. Daarom heb ik bewust voor deze taak gekozen."

Annemarie groeide op in Hasselt. Toen ze 9 jaar oud was, werd haar vader directeur van Hervormde Basisschool Ichthus in IJsselmuiden. Kort daarop verhuisde het gezin naar ons dorp. Na haar middelbare schooltijd ging Annemarie naar de PABO in Zwolle. Soms valt de appel niet ver van de boom. "Het was altijd mijn wens om de PABO te doen. Ik denk dat het iets erfelijks is. Mijn vader heeft jarenlang in het onderwijs gewerkt en mijn oma zei altijd dat wanneer zij had kunnen leren in haar jeugd, ze ook juffrouw was geworden."

In 1998 had Annemarie haar studie afgerond. Ze vond op Urk een baan als juffrouw. Het jaar erop trouwde ze met haar man Johan. Het echtpaar werd gezegend met drie dochters en een zoon. "Toen de kinderen kwamen, ben ik in 2001

parttime gaan werken." Vier jaar later ruilde ze het klaslokaal in voor het kantoor van een Intern Begeleider (IB'er). "Dat heb ik ongeveer tien jaar op Urk mogen doen", aldus Annemarie.

In 2016 besloot Annemarie om haar werkgever op het voormalige eiland na achttien jaar te verlaten. "Het verlenen van mantelzorg aan mijn vader was lastig te combineren met mijn werk op Urk. Daarom besloot ik om uit te kijken naar werk dichterbij huis." Annemarie zocht met succes contact met de Hervormde Schoolvereniging IJsselmuiden (HOIJ). Nadat ze een jaar invalleerkracht op de Rehoboth was geweest, gaf ze een dag in de week les op de Eben-Haëzer. In 2018 vertrok ze naar de Ichthus, waar ze opnieuw een functie als IB'er op kon pakken. "Dat doe ik op dit moment voor het tweede jaar; elke dinsdag en donderdag met heel veel plezier", zegt Annemarie.

Als IB'er coördineert Annemarie de zorg in de school. Lachend zegt ze: "Er heeft eens iemand tegen mij gezegd dat de schoolleider ook wel directeur voor personeelszaken is en de IB'er de directeur zorgtaken genoemd mag worden. Dat vond ik wel een mooie omschrijving." Tijdens haar werkdagen voert ze veel gesprekken.

"Meestal heb ik geen pauze, want juist dan zijn de leerkrachten beschikbaar. Ze lopen dan vaak even binnen voor advies; dat geef ik hen natuurlijk graag."

Naast haar baan als IB'er op de Ichthus, coördineert Annemarie sinds begin 2019 de gastlessen van de NPV. "Wanneer ik lid geworden ben van de NPV? Dat zou ik niet meer weten, dat is al heel lang in ieder geval. Ik vind het heel belangrijk dat wij vrijwilligerswerk ondersteunen." Die ondersteuning was in eerste instantie financieel van aard. "Hoewel ik mij graag actief in wilde zetten voor de NPV, zag ik mijzelf geen rolstoelen duwen. Ik ben een juf, geen zuster", lacht Annemarie. Ongeveer een jaar geleden zag ze een oproepje in Ons Kerkblad voor een coördinator gastlessen; een taak die voor haar in de wieg gelegd was. "Het past bij mijn werk en ik kan het thuis vanachter mijn laptop aan de keukentafel doen. Ik heb toen direct gebeld", aldus Annemarie.

Vanaf september van het vorige jaar stuurt Annemarie naar scholen in de regio een e-mail met de vraag of ze een gastles willen van de NPV. "Dan is het wachten op reactie. Het helpt als je mensen persoonlijk kent. Zo ben ik op de Ichthus gewoon naar de leerkrachten van groep 6 en 7 gegaan. In die klassen heeft Quriijn Dorst namens de NPV inmiddels meerdere gastlessen mogen verzorgen." In deze lessen probeert Dorst om de leerlingen te motiveren om een stukje mantelzorg te doen. "Het gaat om een stukje bewustwording. Het leven is niet alleen voor jezelf. Daar krijgen de jongeren wat van mee tijdens de gastlessen", aldus Annemarie.

Op korte termijn staan er twee lessen op de Groen van Prinstererschool in Kampen gepland. "In het voorjaar hoop ik contact met een nieuwe school te leggen. Het zou trouwens ook goed zijn om een bezoek te brengen aan de Rehoboth of Eben-Haëzer", denkt Annemarie hardop. Daarmee dienen zich alweer twee nieuwe scholen aan. Voorlopig zit de coördinator gastlessen van de afdeling IJsselmuiden nog niet voor niets achter haar laptop aan de keukentafel.

*Bent u bekend met een school waar een gastles van de NPV van waarde zou kunnen zijn voor groep 6 of 7? Dan mag u Annemarie een seintje geven via [jaflier@hotmail.com](mailto:jaflier@hotmail.com).*



#### Bestuur NPV-IJsselmuiden

- **Voorzitter**  
Erik Bruggink  
e-mail: e.bruggink@verbruggen.nl
- **Secretaresse**  
Ellen van Dieren  
telefoon: 038 - 3334685  
e-mail: ijsselmuiden@afdeling-npvzorg.nl
- **Penningmeesteres**  
Klazien de Vries
- **Portefeuillehouder VTH**  
Anita Bouma
- **2e Voorzitter**  
Maarten van der Hoek



#### NPV-thuishulp

- **Coördinatoren**  
Corrie van den Berg  
Ria Kaashoek  
Jenet Klooster



- **Werkgroep**  
Ina van der Linde

Voor hulpvragen zie [www.npv-ijsselmuiden.nl](http://www.npv-ijsselmuiden.nl).  
U kunt e-mailen naar: [thuishulp-ijsselmuiden@afdeling-npvzorg.nl](mailto:thuishulp-ijsselmuiden@afdeling-npvzorg.nl). Uiteraard kunt u ook bellen en whatsappen naar **06-55 80 07 46** elke werkdag tussen 9.00 en 10.00 uur.

## De NPV Gastles opdracht

Een meneer van de NPV was op een vrijdagmiddag in onze klas gekomen om iets over de NPV te vertellen. Hij gaf ons de opdracht om naar iemand te gaan die eenzaam was. Wij gingen naar de receptie in de Maarlenhof. De vrouw die achter de balie zat zei dat er op de bank wel een man zat. Alleen hij hoefde het niet. Dus we gingen naar een man die in het restaurant zat. Hij vond het erg leuk dat we kwamen. We hadden een praatje gemaakt. Hij wou ons geld geven maar we zeiden dat dat niet hoefde, vroegen of we nog een klusje konden doen maar dat hoefde ook niet. Dus we gingen weer naar huis.



## Kom ons helpen!

Voor het juiste evenwicht en om ons werk in de gemeente Kampen voortvarend op te kunnen pakken zijn we per direct op zoek naar **twee vrijwilligers die eventueel als bestuurslid willen meewerken om de beschermwaardigheid van het leven uit te dragen**. Het is enerzijds een aanvulling en anderzijds invulling van een ontstane vacature in het huidige bestuur.