



Beste leden van De Keerkring,

Met deze eenmalige nieuwsbrief presenteren wij trots ons nieuwe **logo**- een afgeleide van het Van Dam Huis-logo.

Zoals in de Keerkringkrant van maart al stond, zouden wij ons gaan beraden over het voortbestaan van de krant. We hebben besloten om ná deze eenmalige papieren nieuwsbrief over te gaan op een **digitale nieuwsbrief**, die vier keer per jaar zal verschijnen. De eerstvolgende verschijnt in december.

Per lidmaatschap kan de nieuwsbrief slechts naar één emailadres gestuurd worden, dit omdat dat wij de nieuwsbrief via Antroposana versturen, dus indien gewenst graag zelf de mail doorsturen.

De leden zonder internet en emailadres kunnen een papieren kopie per post ontvangen. In dat geval graag een brief sturen met naam en adres, zoals op de adressticker, naar:

De Keerkring, Prinsen Bolwerk 3b 2011MA Haarlem.

NB Is je emailadres al bekend bij Antroposana?

Ga anders naar "Mijn Antroposana" op www.antroposana.nl vervolgens met mailadres en wachtwoord óf met lidnummer inloggen. Het lidnummer (vijf cijfers) staat boven je naam op de adressticker. Ga dan naar 'mijn gegevens' en wijzig dan contactgegevens als je E-mail nog niet ingevuld staat.

Opening Van Dam Huis

Wat was het een feestelijk weekend- het laatste weekend van september! Vrijdags de Opening van het Van Dam Huis, zaterdag de Open Dag en zondag voor collega's van antroposofische gezondheidscentra uit het hele land en Antroposofische Vereniging. Laurens Putter (voorzitter van het Van Dam Huis) opende vrijdag met een speech en noemde heel in het kort de enorme weg die gegaan was tot het nu in gebruik genomen Van Dam Huis. Velen werden genoemd en bedankt zoals de architect Yaike Dunselman, als ook de aannemer de heer Nat en Hans Levelt, die in de beginperiode veel heeft bijgedragen. Ook het bestuur werd bedankt door leden van het Therapeuticum, zij kregen alle drie een prachtig beeldje, gemaakt door Rik ten Cate, aangeboden.



Drude van Houwelingen vertelde dat zij het initiatief had genomen om een boekje samen te stellen. Het Van Dam Huis biedt onderdak aan het gezondheidscentrum Therapeuticum Haarlem, de Antroposofische Vereniging Haarlem en het Bureau voor Ouder- en Kindzorg – alle drie de organisaties hebben hun eigen voorgeschiedenis, waarover o.a Drude en Bob Witsenburg, oud-huisarts een bijdrage hebben geschreven. Iedereen kreeg bij het weggaan een bloem uitgereikt én het boekje. Het boekje is nog te verkrijgen en mag uit de wachtkamer meegenomen worden. Christof Zwart werd ook door zijn drie zoons in het zonnetje gezet voor zijn tomeloze inzet voor het Van Dam Huis én als vader. Buiten werd een boompje geplant en daarmee werd de officiële opening van het Van Dam Huis ingeluid en kon er geklonken worden met champagne. De schatting is dat er zo'n 200 mensen deze feestelijke opening meemaakten. De Open Dag zaterdag werd druk bezocht, door ongeveer 800 mensen, het Van Dam Huis gonsde van mensen en activiteiten. Natuurlijk een prachtige gelegenheid om het hele gebouw nu ook van binnen te bekijken en er was een ruim aanbod van korte workshops, verhaal en film over het ontstaan van het Van Dam Huis, muziek, zang en ook heerlijke hapjes en drankjes. In de grote zaal waren diverse stands waaronder ook die van De Keerkring- met de nieuwe informatiefolder- en waar leuke gesprekken ontstonden.

Geschenk van De Keerkring aan het Therapeuticum

De Keerkring wilde graag ter gelegenheid van de opening het Therapeuticum een blijvend geschenk aanbieden en zij kwamen uit op een viltkunstwerk. Na overleg met de kunstcommissie kwam de wachtkamer als geschikte plaats naar voren. Taletta Bierens en Hilda Rijkmans gingen te rade bij Inge Evers, een bijzondere viltster die al in de jaren 70 het viltten leerde van meesters in de traditionele viltlanden en zij is de grondlegger van het moderne viltten hier. Voor Inge is het viltten altijd en nog steeds verweven met haar hele wezen.

'We besloten vervolgens om gedrieën aan de slag te gaan. En het werden mooie zomermaanden van intensief samen zoeken, viltten en genieten.

We stelden onszelf de vraag wat mensen in een wachtkamer prettig zouden vinden om naar te kijken en te ervaren. Dat kan heel verschillend zijn natuurlijk. We kwamen al proefjes viltend tot een voor ons gevoel harmonisch totaalbeeld, intense kleuren, een oppervlak waar diepte in zat en een positieve uitstraling. Vilt als materiaal zou ook de akoestiek verbeteren.

Uit het een en ander volgde dat we voor de ons toegewezen muur drie vlakken van 80 x 80 cm² kozen. Binnen deze begrenzing bleek er nog een wereld te kiezen aan materialen uit het magazijn van Inge Evers. We namen de tijd en lieten ons wat de vlakverdeling betreft inspireren door Rothko. Zowel het blauwe, het gele als het bruinrode viltwerk bestaat voor een deel uit hele fijne, hand geverfde merinowol, hand geverfde zijde, een stuk metaalorganza en een middenstrook. Het dunne vilt ontleent stevigheid aan een onderlaag van etamine. Om de duurzaamheid te bevorderen spanden we de vilts om linnen schildersdoeken en maakten daar weer een houten baklijst omheen.'



In verband met de kwetsbaarheid van het materiaal mag het vilt niet aangeraakt worden-hoe verleidelijk dat ook is. Er komt nog een map in de wachtkamer te liggen waar het proces van het tot stand komen van deze drie viltpanelen in beeld wordt gebracht. En waar ook proeflapjes van dit viltwerk in zitten die wél aangeraakt mogen worden... Het Therapeuticum dankt de leden van De Keerkring heel hartelijk voor dit geschenk. Zij genieten er dagelijks van, en zij merkten ook op dat in de loop van de dag de viltten een wisselwerking aangaan met het lichtspel, waardoor het steeds anders oogt.



Nieuws van het therapeuticum

We zijn verhuisd en ALLE huisartspraktijken bevinden zich nu in het prachtige Van Dam Huis. Met de verhuizing is er ook een aantal praktische zaken veranderd:

1. De assistentes zijn de gehele dag (8-17 uur) bereikbaar, bij voorkeur bellen vanaf 8.15 uur.
2. Het assistentensprekuur is voortaan alleen op afspraak.

We hebben een hoop - ook nieuwe - assistentes, die we graag even voor u op een rijtje zetten:

Cecile Stals
Natasja Vromans
Roline Pelser
Sandra Smit
Annet Kieft
Petra van Weel
(vervangt Sunay Arslan die helaas langer ziek is)

Didi Arons en Lidy Trago zijn onze vaste invalkrachten. Hanan Yahyaoui zal wegens ziekte helaas niet meer terugkeren in ons team.

De afgelopen tijd is de telefonische bereikbaarheid helaas onder de maat geweest. We werken hard aan verbeteringen en hopen ondertussen op uw begrip.

Aanbod van het Therapeuticum

Cursus Balanceren is een Kunst start weer op 30 november. Met behulp van o.a. non-verbale technieken (tekenen en boetseren) laten we belangrijke thema's in het leven passeren waar we meer balans in zoeken, zoals verbinden en loslaten, willen en moeten, inspanning en ontspanning. 8 bijeenkomsten op vrijdag van 11:00 - 12.30 uur. De kosten worden vergoed door de zorgverzekeraar, er geldt een eigen bijdrage voor de materiaalkosten van € 15,-.

Aanmelden/Contact

Marleen Becht 📞 06-18547620

✉️ balanceren@therapeuticumhaarlem.nl

🌐 bit.ly/Balanceren

Workshop Hoge Bloeddruk

Hoge bloeddruk is een risicofactor voor het krijgen van hart- en vaatziekten. Tijdens deze inspirerende workshop krijgt u uitleg over wat hoge bloeddruk is en over het belang van een gezonde bloeddruk. Wat kunt u eraan doen als uw bloeddruk te hoog is? Welke aanvullende therapeutische mogelijkheden zijn er vanuit de antroposofische geneeskunde?

De cursus is te bezoeken voor iedereen die meer wil weten over hoge bloeddruk en hart- en vaatziekten. Het is toegankelijk voor alle patiënten die ingeschreven staan bij één van de huisartsen verbonden aan het Therapeuticum.

Begeleiding door Marion van Bree, huisarts, Linda van Santen, praktijkverpleegkundige, Annemiek Vloon, muziektherapeut.

Donderdag 15 november van 15.30 tot 16.45 uur.

De workshop wordt u kosteloos aangeboden door het Therapeuticum.

Aanmelden/Contact

Aanmelden kan bij Linda van Santen:

📞 06-41721088

✉️ linda.vansanten@therapeuticumhaarlem.nl

Vrij atelier

Tijdens het Vrije Atelier kun je creatief aan de slag in een informele en inspirerende sfeer. Je kunt schilderen, vilten, tekenen of boetseren. Het is geen cursus; je hoeft niet elke week te komen, maar het mag wel! De grootte van de groep varieert, maar is maximaal 12 mensen. Silvia Pedrotti begeleidt de groep en laat zich inspireren door de jaargetijden, kunst, natuur en eigen ervaring.

Elke woensdag en vrijdagochtend van 09:00 tot 10:30 uur van september t/m juni. Niet in de schoolvakanties. Kosten:€7 (inclusief koffie/thee), mogelijkheid tot indiening bij verzekeraar.

Aanmelden/Contact

Silvia Pedrotti: 📞 0622183871

✉️ silvia.pedrotti@therapeuticumhaarlem.nl

Wandelgroep

Ruim 3 jaar geleden is er vanuit het therapeuticum een wandelgroep gestart. In eerste instantie was dit een wandelgroep voor mensen met diabetes.

In de afgelopen tijd hebben zich steeds meer wandelaars zich aangesloten bij de groep, ook wandelaars zonder diabetes. Iedere donderdag wordt er gewandeld, we starten om 10.30 en vaak op verschillende startplaatsen. We spreken dit af na de wandeling of via de groepsapp.

We wandelen dan ongeveer 5 km en voor degene die dat wensen sluiten we af met een kopje koffie.

Heb je ook zin om 1x per week met een groepje te wandelen dan ben je van harte welkom.

Aanmelden/Contact

Aggie Adema- Huitema 📞 06-28780198



Bureau
Ouder & Kindzorg
Haarlem

Boekrecensie

Ria Blom, Begrijp je kind, Vanzelfsprekend opvoeden door inzicht in ontwikkeling en gedrag. uitgeverij Kosmos, sept 2018.

Door Rineke Boerwinkel, jeugdarts antroposofisch consultatiebureau

Vanuit jarenlange ervaring als jeugdverpleegkundige op het consultatiebureau heeft Ria Blom een zeer leesbaar en praktisch toepasbaar boek geschreven over de opvoeding. Dit boek sluit goed aan op haar boek 'Ritme en Regelmaat' waar ze ouders bijstaat in met name het eerste levensjaar van een kind.

Naast ritme en regelmaat bespreekt ze het goede voorbeeld geven, vanzelfsprekendheid in je doen, en grenzen stellen zonder boos worden, naast nog veel meer, als werkzame ingrediënten voor de opvoeding. Hiermee bereik je zinvolle hulp in de ontwikkeling, waarbij je je kind veiligheid, zelfvertrouwen en een zinvol omgaan met frustraties biedt. Dit boek leest als een trein, en geeft mij inzicht in de ontwikkelingsfasen van het kind met zeer goed toepasbare tips aan de hand van talrijke praktische voorbeelden. Zeer herkenbaar en eenvoudig toe te passen, omdat het ook telkens inzicht geeft in welk gedrag passend is bij de leeftijd.

Door de opbouw van het boek in ontwikkelingsfasen van 0-4 jaar vind je bij iedere leeftijd praktijkvoorbeelden van alledag die zich kunnen voordoen met daarbij aanwijzingen hoe het anders kan, zonder dwingend te worden.

Ouders worden op een prettige manier aangemoedigd om naar hun eigen gedrag te kijken en daarbij het ontwikkelingsniveau van hun kind goed in het oog te houden.



Antroposofische
Vereniging
Haarlem

Programma:

Beide avonden uiteraard in de grote zaal van het Van Dam Huis!

De totstandkoming van het Van Dam Huis

Een avond over de totstandkoming van het Van Dam Huis met rondleiding.

Lezing door Christof Zwart, huisarts en kartrekker van de bouw van Het Van Dam Huis.

Wanneer: Donderdag 15 november, 20.00uur – 21.30 uur

Kosten: vrijwillige bijdrage

Aanmelden (wordt op prijs gesteld):

Peter de Vries: ☎ 06 238436970

✉ CVA.Programmagroep@gmail.com

Adventsviering "Van het donker naar het licht"

In de Adventstijd bereiden we ons voor op het kerstfeest. Dit is niet enkel een herinnering aan een ver verleden maar kan ons voeren tot een hoger inzicht waarin de Christus als komende beleefbaar wordt. Een beschouwing door Ardan Heerkens, priester van de Christengemeenschap in Amsterdam. Aangevuld met poëzie voorgedragen door Sjaak Bont en muziek van ensemble On the Blok.

Wanneer: Maandag 3 december, 20.00– 21.30 uur

Kosten: vrijwillige bijdrage

't Winkeltje

Sinds de opening van het Van Dam Huis wordt 't Winkeltje druk bezocht. Naast knutselmateriaal, seizoentafelfiguren, poppen, boeken en een uitgebreide kaartencollectie verkopen wij nu ook nu ook baby- en kinderkleding (zoals wollen ondergoed, sokjes, mutsjes en jasjes) en kleine cadeauartikelen. Heel binnenkort zullen wij ook een aantal zelfzorgmiddelen verkopen. Kom gerust eens een kijkje nemen in onze mooie winkel!

Openingstijden: maandag t/m vrijdag van 9.00- 15.00 uur. Tijdens de schoolvakanties gesloten.

Bibliotheek/ informatiecentrum Antroposofie

In het Van Dam Huis, naast 't Winkeltje bevindt zich de bibliotheek. We richten ons op zowel doorgewinterde antroposofen, als op mensen die de antroposofie graag willen leren kennen. Met misschien kinderen op de Vrije School, of patiënten van een antroposofische arts of therapeut.

U bent welkom om bij ons een tijdschrift te komen lezen, met een vraag over antroposofie, antroposofische initiatieven en instellingen.

De boeken van de bibliotheek van De Keerkring (op de zolder van het oude Therapeuticum) zijn opgenomen in deze bibliotheek. U kunt boeken lenen als u bent ingeschreven als lid voor €15,- per jaar, gerekend vanaf de dag dat u lid wordt. Een folder met informatie en reglement ligt voor u klaar in de bibliotheek en staat ook op onze website www.antroposofiehaarlem.nl. Het lidmaatschap is ingesteld omdat de bibliotheek abonnementen op verschillende tijdschriften heeft en graag nieuwe boeken wil aanschaffen en oude boeken gaat vervangen.

Openingstijden: dinsdag t/m vrijdag van 10.00- 15.00 uur. Tijdens de schoolvakanties gesloten. Wij zoeken nog vrijwilligers! Informatie: 072-7370209 of kom op een vrijdag langs.

DE KEERKRING ZOEKT VRIJWILLIGERS

Wil je iets bijdragen aan de antroposofische gezondheidszorg,
dat kan! In de vorm van:

een keertje koffie-thee verzorgen voor een lezing,
posters rondbrengen,
helpen bij het maken van de nieuwsbrief,
deelnemen aan programmagroep
en meer...

En wie wil onze nieuwe penningmeester worden?

Aanmelden: Secretariaat De Keerkring,

✉ keerkring@antroposana.nl

☎ 023-5518640 🌐 keerkring.antroposana.nl

Uw donatie in 2018 aan het Solidariteitsfonds

Velen van U hebben positief gereageerd op onze oproep tot het overmaken van uw donatie voor 2017 aan het Solidariteitsfonds. Hartelijk dank daarvoor. Op 1 augustus 2018 was ruim 3000 euro gedoneerd, ongeveer 2/3 van het bedrag, waar we op hopen. (In geheel 2017 ontvingen wij ruim 4150 euro, in 2016 ruim 4800 euro). De aanvragen voor steun blijven binnenkomen, heel begrijpelijk in een tijd, waarin velen het financieel niet gemakkelijk hebben. Het Solidariteitsfonds is daar ook voor. Wij hebben het maximum van de vergoedingen per jaar, dat reeds lange tijd 500 euro was, aangepast aan de huidige tijd en verhoogd tot 600 euro.

Hierbij vragen wij degenen, die dit nog niet gedaan hebben, vriendelijk hun bijdrage alsnog over te maken.

Bij de Keerkringkrant van maart was een overschrijvingsformulier bijgevoegd, maar U kunt ook zelf overmaken op rekening:

NL69TRIO0212100548 t.n.v. Solidariteitsfonds van De Keerkring te Haarlem.

Bij voorbaat onze hartelijke dank.

Maarten Gast, secretaris Solidariteitsfonds