

## Consultatiebureau Widar & Oudergroep

Zeist, mei 2015

Beste ouders,

Namens Sylvia Stroink en de oudergroep van consultatiebureau Widar bieden wij u deze nieuwsbrief aan. Op pagina 2 is het nieuws te vinden van Sylvia.

Pagina 3: Informatie over de nieuw te starten oudercursus 'Zorg rondom het gezonde en zieke kind'

Pagina 4: meer informatie over verkrijgbaarheid DKTP vaccin en de vaccinatie avond op maandag 28 september .

Pagina 6: Elke Wisseborn, Praktijk voor klassieke homeopatie stelt zichzelf en haar praktijk voor.

Pagina 7: Voorstel van Quirine en Norbert, de 2 nieuwste oudergroepleden

Pagina 8: Wist-u-datjes



Mijntje Smulders heeft in onze laatste vergadering afscheid genomen als actief lid van de oudergroep.

Wij willen haar bedanken voor haar inzet van afgelopen jaren. Ze zal nog helpen bij het afronden van de nieuwe folder die binnenkort weer uitkomt, maar daarna stopt zij er helemaal mee.



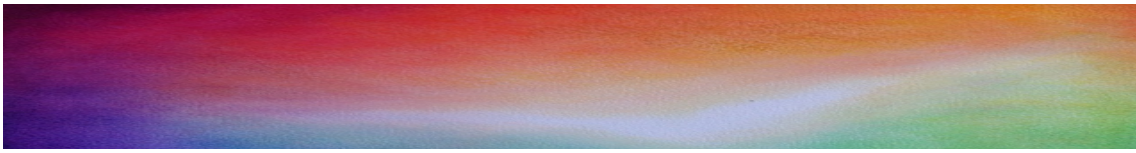
Groeten, namens de CB Widar oudergroep,

Willie Naumann, Wiard Pennings en nog niet op de foto, Quirine Vervloet en Norbert Geels.

[OudergroepWidar@gmail.com](mailto:OudergroepWidar@gmail.com)

[www.facebook.com/OudersCBWidar](http://www.facebook.com/OudersCBWidar)

# Consultatiebureau Widar, voor zuigelingen en peuters



## Beste ouders van het Consultatiebureau Widar

Hopelijk hebben jullie allen genoten van de mooie zomer met de kindertjes. De dagen worden weer korter en de avonden duidelijk weer langer en langzaam zullen we de herfst en de Michaëlstijd tegemoet gaan.

### Onze nieuwe locatie Helicon:

Desirée en ik genieten volop van onze eigen praktijkruimten binnen gebouw Helicon. We blijven een onderdeel van het Gezondheidscentrum inclusief de contacten over en weer ook al zien we onze collega's minder dan voorheen. Van ouders hebben we zeer positieve ervaringen gehoord. De verbouwingen in en rond Helicon zijn zo goed als voltooid. Het bouwverkeer is verdwenen en de weg naar het gebouw is nu autovrij. Dat houdt in dat er niet mag worden geparkeerd voor het gebouw. Dat is veiliger voor de scholieren en kleintjes met hun ouders of leidsters. Doordat we veel kosten hebben gemaakt wat betreft de aankleding en inrichting van de nieuwe ruimte, moeten we een verhoging van de ouderbijdragen gaan vragen. Per 1 januari laten we die ingaan samen met de normale prijsindex. In de nieuwsbrief van december zal dit worden aangegeven.

**De cursus 'Zorg rondom het gezonde en het Zieke Kind' gaat weer van start.** De aankondiging staat verderop in deze nieuwsbrief. Ik heb er weer zin in.

**De Groeiwijzers:** De Beide Groeiwijzers waren dit voorjaar uitverkocht. Samen met Machteld Huber en de uitgever Femke de Wolff heb ik gewerkt aan de herdruk. De Groeiwijzer van 1 tot 4 jaar is inmiddels geheel herschreven. Tijdens het 9 maand consult wordt deze Groeiwijzer uitgedeeld. Help me herinneren als dat nog niet is gebeurd.

**Oudergroep:** Mijntje Smulders moeder van David en Thomas, gaat de oudergroep verlaten. Zij heeft zich jarenlang ingezet voor de oudergroep: hielp bij het opstellen en verzenden van de nieuwsbrieven en was contactpersoon van KDV 'de Geheime Tuin'. Tevens heeft zij het logo gemaakt van de folder oudergroep. Heel veel dank Mijntje!!

**De Groene Schuur:** Tijdens mijn consulten adviseer ik altijd biologische of biodynamische voeding. Ik realiseer me dan ook steeds dat deze producten duurder zijn. Maar ik heb een oplossing: sinds kort is in Zeist een voedselcoöperatie: 'De Groene Schuur'. Daar zijn wekelijks biologisch en biodynamische groenten, fruit, kruiden, sappen en brood verkrijgbaar voor een hele lage prijs. Zo van de boer op je aanrecht. Het is in de bedoeling dat iedereen periodiek meehelpt met het opbouwen en verkopen van de spullen. Een echte aanrader! [www.degroeneschuurzeist.nl](http://www.degroeneschuurzeist.nl)

Heel graag, tot ziens weer op het cb!  
Hartelijke groeten, **Sylvia Stroink- van Moorsel**

## Oudercursus

### 'Zorg rondom het gezonde en het zieke kind'



Ook in dit najaar gaat de cursus weer van start. Je leert wat je als ouder thuis kunt doen om je kindje te verzorgen. In het dagelijks leven en in het bijzonder als je kindje ziek is. Hoe kan je ondersteunen met natuurlijke hulpmiddelen.

De cursus heeft een logische opbouw en wordt daarom als één geheel aangeboden.

Sylvia Stroink, jeugdverpleegkundige en antroposofisch verpleegkundige, zal deze cursus verzorgen.

#### Avond 1: Warmte

Waarom is warmte zo belangrijk voor het kind in de eerste zeven levensjaren?

Wat is het belang van natuurlijke materialen zoals wol, zijde en katoen.

Welke uitwendige toepassingen bestaan er om de warmtehuishouding te reguleren?

Praktisch voordoen van een voetinwrijving.

#### Avond 2: Koorts

Wat is de reden van koorts en hoe verloopt koorts bij het zieke kind.

Wat kan je doen als ouder om een kind met koorts goed te begeleiden?

Praktisch voordoen van een citroen-kuitwikkel.

#### Avond 3: Het zieke kind

Kwakkelen, constant verkouden oorpijn, buikpijn etc.

Wat kan je als ouder doen met natuurlijke middelen als je kind ziek is?

Wat is een voedingsbad?

Praktisch voordoen van een uienkompres en een kamille-buikkompres.

#### Avond 4: De vier temperamenten bij kinderen & welke voeding past bij welk temperament?

Hoe kan je als ouder goed voor jezelf blijven zorgen?

**Kosten:** Het CB Widar draagt de helft van de kosten. Voor vier avonden zijn de kosten € 30,- voor ouders verbonden aan CB Widar. Voor ouders van buiten zijn de kosten € 60,-. Dit is inclusief alle beschrijvingen van de thuisbehandelingen en 'de Gids voor ziektepreventie en zelfmedicatie' van Paul Meuwese.

**Wanneer:** Donderdag 29 oktober 2015 van 20.00 uur tot 22.00 uur.

Donderdag 5 november 2015 van 20.00 uur tot 22.00 uur.

Donderdag 12 november 2015 van 20.00 uur tot 22.00 uur

Donderdag 19 november 2015 van 20.00 uur tot 22.00 uur

Vanaf 19.45 staan thee en koffie steeds klaar zodat we om 20.00 uur kunnen starten.

**Waar:** Gezondheidscentrum Widar Tollenslaan 32 te Zeist (ingang aan Potgieterlaan)

Enthousiast geworden om mee te doen?: **Leuk!!! Geef je op via [sylvia.stroink@widar.nl](mailto:sylvia.stroink@widar.nl)**

## Belangrijke mededeling over verkrijgbaarheid vaccinaties DKTP en DTP

Beste ouders, sedert vorige week is de DKTP ( Infanrix-Hib-IPV) in Zeist niet meer verkrijgbaar. Deze vaccinatie is zonder hepatitis B en kan ook zonder Hib: dan houd je de basisvaccinatie DKTP ( tegen Difterie, Kinkhoest, Tetanus en Polio) over.

Bij navraag bij andere antroposofische consultatiebureaus en bij de firma die deze vaccinatie maakt is dit vaccin nu niet meer leverbaar in Nederland.

Ook in omringende landen gaan de alternatieven die we voorheen hadden uit de markt en worden niet meer geproduceerd. Het lijkt een Europees beleid te zijn vertelde een medewerker van de internationale apotheek.

De DTP is nog wel verkrijgbaar maar tot het einde van dit jaar.

Dit zal mogelijk veel vragen bij u oproepen, vooral als uw kind al met een alternatief vaccinatie programma bezig is. We zullen in de consulten hierop terugkomen en het nieuws hierover bijhouden.

## Vaccinatie informatieavond

Op maandagavond 28 september 2015 is er weer een vaccinatie informatieavond op de Tollenslaan 32 in Zeist.

Inloop vanaf 19.45 uur met koffie en thee en start om 20.00 uur tot uiterlijk 21.30 uur.

We beginnen met de risico's van infectieziekten waarvoor wordt gevaccineerd.

De antroposofische visie op ziekte en gezondheid wil ik hierin meenemen.

Daarna wil ik ingaan op de mogelijke bijwerkingen van vaccinaties en de keuzemogelijkheden (wanneer starten en hoeveel vaccinaties zijn dan nodig) en wat zijn mogelijke alternatieven voor vaccinaties.

Vervolgens is er ruimte voor het stellen van uw vragen.

Graag aanmelden via de mail: [desiree.van.klaveren@widar.nl](mailto:desiree.van.klaveren@widar.nl)

Voor ouders van consultatiebureau Widar zijn er geen kosten aan verbonden.

Voor geïnteresseerden van "buiten" vragen wij een bijdrage van 10 euro vragen voor deze avond.

Hartelijke groet, Desirée van Klaveren

Nb. Mocht u deze avond niet aanwezig kunnen zijn, kunt u zich voor een volgende bijeenkomst aanmelden.



## Ouderintervisie

Ben jij ook op zoek naar tips van andere ouders? Nieuwe ouders zijn van harte welkom. De aanwezigheid is vrijblijvend. Ouder-intervisie vindt eens in de 6 weken plaats op wisselende dagen van 20:00 tot 21:30 uur, bij een van de ouders thuis.

Iedere avond is er een andere ouder die behoefte heeft aan tips over een bepaald onderwerp. We hebben het o.a. gehad over hoe je een 2-jarige de trap op krijgt om te gaan slapen, hoe je ervoor zorgt dat een 3-jarige niet steeds bij je vandaan loopt, hoe je goed voor jezelf zorgt als je steeds gebroken nachten hebt en hoe je een ontspannen autorit naar je vakantieadres kunt organiseren.

Er blijken heel veel verschillende manieren te zijn om situaties op te lossen. Iedereen heeft weer een andere invalshoek en dat maakt de avonden heel boeiend.

Heb je interesse in deelname en/of in de organisatie?  
Meld je dan aan bij: [oudergroepwidar@gmail.com](mailto:oudergroepwidar@gmail.com)

---

## Ouder- & Kindgroep



De ouder-kindgroep komt op wisselende ochtenden bij elkaar, meestal eens in de twee weken, van ca. 9.30 tot ca. 11.30 uur. De plaats waar we afspreken is afhankelijk van de deelnemers. Binnenkort komt een nieuwe lijst met data waarop mensen zich kunnen inschrijven, mochten ze hun huis willen open stellen. In de zomerperiode spreken we ook weleens af op de kinderboerderij.

De ouders wisselen ervaringen uit over allerlei zaken van opvoeding tot werk en de kinderen kunnen ondertussen spelen. De leeftijd van de kinderen is tussen de 0 en 4 jaar.

Heb je ook zin om mee te doen? Of heb je een vraag m.b.t. de groep?

Willemijn van Melle  
[wvanmelle@hotmail.com](mailto:wvanmelle@hotmail.com)



## Even voorstellen: Elke Wisseborn - Zelfrijzend, praktijk voor klassieke homeopathie

Sinds de geboorte van Daniel, ruim vijf jaar geleden, zijn we naar volle tevredenheid "klant" bij het cb Widar, waar we nu af en toe nog een consult hebben met onze driejarige Zonne. Na enkele jaren in de oudercommissie te hebben gezeten, mag ik nu mij en mijn praktijk aan jullie voorstellen: hartstikke leuk!



Deze zomer ben ik afgestudeerd als homeopathisch therapeut. Mijn visie is dat genezing begint door mensen in heel hun wezen te accepteren en van daaruit hun eigen potentie tot groei te activeren, oftewel: zelf te rijzen tot je volledige en evenwichtige vorm. Daarom heb ik de naam 'Zelfrijzend' voor mijn praktijk gekozen. Ik breng mensen in contact met hun levensenergie, vitaliteit en levenskracht. Homeopathie is een goede manier om dit te doen. In mijn beleving sluit de holistische visie van de homeopathie goed aan bij de antroposofische geneeskunde. Om de patiënt en zijn of haar welzijn centraal te stellen, zoek ik daarom graag zoveel mogelijk de samenwerking op met andere (reguliere of complementaire) zorgverleners, zoals huisartsenpraktijk en cb Widar.

### Wat is homeopathie?

Homeopathie is afgeleid van het Griekse *homoiōs* (gelijksoortig) en *pathos* (het lijden). In het kort komt het erop neer dat een ziek mens van een aandoening of ziekte kan genezen door een homeopathisch geneesmiddel, dat in zijn natuurlijke vorm juist de klachten van de ziekte oproept bij een gezond mens. Dit is het principe van gelijksoortigheid. Een voorbeeld is de brandnetel. Als je deze plant aanraakt, krijg je blaasjes, jeuk en een branderig gevoel. Het homeopathische geneesmiddel *Urtica urens* (brandnetel) helpt juist bij brandwonden, jeuk en brandende pijn.

### Met welke klachten kun je bij mij terecht?

Als ouder/verzorger van (kleine) kinderen herken je vast een of meerdere van de volgende klachten: pusoogjes, buikgriep, verkoudheden, pijn bij doorkomen van de tandjes, etc. Homeopathie helpt je kind sneller van de klachten af en kan ook ingezet worden naast andere therapievormen. Ook onrust, problemen met groeien, lichamelijke, mentale of sociale ontwikkeling kunnen verbeteren door homeopathie.

Voor volwassenen, bijvoorbeeld voor zwangeren of zogende moeders, is homeopathie uitstekend toe te passen omdat dit geen schadelijke effecten heeft voor je kindje (mits toegediend door een gekwalificeerd therapeut of arts). Sterker nog, het kind profiteert ervan als de gezondheid van de moeder verbetert. Denk aan klachten als misselijkheid, bekkeninstabiliteit, borstontsteking, problemen met de borstvoeding, psychische problemen tijdens of na de zwangerschap of bevalling, etc. Vanzelfsprekend verwijs ik indien nodig door naar een huisarts, specialist, therapeut of andere zorgverlener.

Meer weten? Neem gerust contact met mij op. Contactgegevens, praktijkinfo en nieuws vind je op: [www.zelfrijzend.nl](http://www.zelfrijzend.nl). Ik hoop je van harte te begroeten in mijn praktijk tegenover het cb Widar op de Socrateslaan!

## Voorstellen nieuwe leden oudergroep

Wij, Norbert Geels en Quirine Vervloet, zijn recent in de oudergroep gestapt. Na onze verhuizing van Bilthoven naar Driebergen in september vorig jaar, verhuisden wij onze dochter Daantje (nu 2 jaar oud) van het antroposofisch consultatiebureau Utrecht naar consultatiebureau Widar. Ondertussen volgen Desiree en Sylvia ook Nora, ons tweede meisje (van een halfjaar oud).



We zijn beiden grootgebracht in wat je een 'antroposofisch nest' kan noemen, beiden kind van een vrijeschoolleraar en hebben beiden de onderbouw en bovenbouw van de vrijeschool doorlopen (Norbert in Bergen en Zeist, Quirine in Zutphen). De vormgeving en benadering van een antroposofisch consultatiebureau voelt daarom voor onszelf vertrouwd, en sluit aan bij de wijze waarop we ons eigen huis en gezinsleven inrichten, waardoor de omgeving ook voor onze kinderen vertrouwd is.

In ons gezinsleven en in de opvoeding van onze kinderen willen we een omgeving vormen waarin onze kinderen zich binnen bij de leeftijd passende grenzen met de wereld uiteen kunnen zetten en verbinden. In deze fase van het heel jonge kind is die wereld nog klein, en ook op een bepaalde manier heel heilig - voor het kind en daarom ook voor ons als ouders. Door zoveel mogelijk aan te sluiten bij die beleving van de wereld als 'heel' en 'goed' en 'in het moment' vinden we zelf een nieuwe verbinding met die alledaagse dingen waar we in de huidige maatschappelijke werkelijkheid snel aan voorbij gaan. Ouderschap voelt zo als een dankbaar beroep en ook als een hele ontwikkelingsweg, waarin we ons gaandeweg de stemming eigen maken waaraan de kinderen zich gezond kunnen ontwikkelen.

Bij Widar vinden we in eerste plaats een klankbord en een vorm van ruggensteun voor onze gezichtspunten en idealen. Ook ervaren we het als waardevol dat onze kinderen daar gezien worden door mensen die ook andere kinderen in dezelfde leeftijd zien en daarmee een veelzijdig beeld opbouwen van het jonge kind (en zijn ouders) in deze tijd. Het is mooi om te zien dat Widar meegedragen wordt door een kring van betrokken ouders. Aan die betrokkenheid willen wij bijdragen door mee te denken in de oudergroep.

## Wist u dat...

- Er in september weer regelmatig een kinderkledingbeurs in de buurt is:
  - Zaterdag 19 september Landwinkel de Hooierij, Universiteitsweg nummer 1 in De Bilt van 8.30 uur tot 11 uur
  - Zaterdag 19 september in de Koppeling, De Clomp 1904 in Zeist, van 10.00-12.30 uur
- Voor meer kledingbeurzen in de omgeving kun je kijken op [www.kinderkledingbeurs.nl](http://www.kinderkledingbeurs.nl)
- De Vuurvogel is gestart met dagopvang op het terrein van kinderboerderij 't Woelige Nest in Driebergen.  
[www.kinderopvang-devuurvogel-driebergen.nl](http://www.kinderopvang-devuurvogel-driebergen.nl)
- De Boswerf weer leuke activiteiten op het programma heeft staan
  - zondag 20 september is er de Archeologiedag van 12.00 tot 16.30 uur
  - zondag 4 oktober is er een leuke Pompoenenmarkt zie ook de website voor meer informatie [www.boswerf.nl](http://www.boswerf.nl)
- Op zondag 4 oktober vindt er voor jonge kinderen (ca. 2-8 jaar) en hun ouders/begeleiders een viering plaats ter gelegenheid van de feesttijd van aartsengel Michaël. De zaal is in herfst sfeer, waar een mooi verhaal wordt verteld en liedjes gezongen begeleid door muziek. De kinderen mogen het Michaëltuintje lopen waar de weegschaal, het symbool van aartsengel Michaël, centraal staat. De Michaëlviering start om 16.00 uur in de Rafaëlkerk van De Christengemeenschap aan de Van Tetslaan 4 in Zeist. Iedereen is van harte welkom! (Kosten: vrijwillige bijdrage).

De volgende nieuwsbrief zal in december rondgestuurd worden. Heeft u *wist u datjes?* Mail ze naar [oudergroepwidar@gmail.com](mailto:oudergroepwidar@gmail.com).







## Kinderopvang De Geheime Tuin

- Bewuste opvang voor kinderen van 0 tot 4 jaar
- Kleinschalig met een vertrouwd gevoel
- Huiselijke sfeer met vaste leidsters
- Ontdekken en beleven in de natuur
- Gezonde voeding voor uw opgroeiende kind

Kwikstaartlaan 11  
3704 GS Zeist  
030-2658852  
06-34032509

[www.kinderopvang-degeheimetuin.nl](http://www.kinderopvang-degeheimetuin.nl)



## Kinderopvang De Vuurvogel

- Antroposofische kinderopvang
- Kleinschalig met huiselijke sfeer
- Warm nest voor kinderen en ouders
- 100% biologische voeding
- Natuurbeleving en viering van de jaarfeesten



Faunalaan 250, 3972 PS

Driebergen-Rijsenburg - 06-34032509

[www.kinderopvang-devuurvogel.nl](http://www.kinderopvang-devuurvogel.nl)



Voor speelgoed & cadeaus in prachtige kleuren en natuurlijke materialen!



## Rozemarijn

Steynlaan 65\*3701 EC Zeist

030-6914592

[info@rozemarijn.nl](mailto:info@rozemarijn.nl)\*[www.rozemarijn.nl](http://www.rozemarijn.nl)