



Zeven jaar Stichting Mijnsheerenland en zes en een half jaar werk in Frankrijk en Nederland rondom recht op vakantie in de laatste levensfase. Het netwerk breidt zich uit - mensen die hier zijn geweest, zoeken elkaar ook in Nederland op. Vele honderden mensen zijn langsgeweest. Vele zieke gasten, vele gezonde, vele vrijwilligers, vele pelgrims, vele blanke, enkele zwarten, vele hetero's, vele homo's, dikke en dunne, oude en jonge mensen, enzovoort, enzovoort. De foto is van 22 december 2003: onze witte kerst.

Le Gaillard in kleur!

Dat is geen enkel probleem! Alleen krijgt u hem niet - zoals de vorige keer - in kleur op de mat helaas. Dat zou zonde zijn van uw donateursgeld. De enige oplossing is dus zelf de nieuwsbrief van Internet binnenhalen en op uw eigen kleurenprinter (stel dat u die heeft) uitdraaien.

We hebben regelmatig opgeroepen om u op te geven als "Internet-abonnee". Daar kwam echter zo weinig respons op (5!) dat het niet de moeite loont daar een speciale administratie voor op te zetten. Blijkbaar willen de meeste mensen toch liever de nieuwsbrief aan de 'ploftest' (hoeveel geluid maakt hij als hij op de mat valt) onderwerpen. Dus: pas als we zo'n 50 aanmeldingen hebben, gaan we over tot inkrimping van het postbestand. ♦

Terminaal en recht op vakantie!?

Bent u al eens lange tijd aan een rolstoel gekluisterd geweest? Heeft u al eens ervaren hoe het is alleen nog maar op bed te kunnen liggen? Heeft u wellicht al eens een ander nodig gehad om te kunnen poepen? Natuurlijk terwijl u al lange tijd in dezelfde kamer lag, in hetzelfde bed met hetzelfde uitzicht maar zonder uitzicht op verbetering van uw situatie. *Andere vraag:* hoe lang is het geleden dat u NIET op vakantie geweest bent? Niet noodzakelijk naar Hawaï of een ander duur oord - een dagje op de Drentse hei reken ik ook. *Laatste vraag:* bent u meer waard omdat u wellicht nog deelneemt aan het arbeidsproces en/of omdat u niet zoveel verzorgingsgeld kost?

ARISTOS

In feite onthullen de vragen die hierboven zijn gesteld al een antwoord. Althans een sociaal wenselijk antwoord. Wie durft er nu toe te geven dat hij/zij meer waard is dan iemand die ziek is? Niemand toch? Wie zegt er in Nederland nu dat hij recentelijk niet op vakantie is geweest - tenzij uit eigen vrije wil? Even in een rolstoel moeten zitten, omdat je je been hebt gebroken op de laatste ski-vakantie is toch niet echt te vergelijken met voorgoed in zo'n ding moeten zitten?

Toch heeft ooit iemand gezegd dat hij geen donatie aan de Stichting Mijnsheerenland wilde geven, omdat wij ons met een 'luxe-probleem' bezighouden. Wellicht is er maar één persoon in Nederland die dat durft te zeggen, maar dat is er dan toch één teveel. Wij waren er in ieder geval nogal van ἀλοφειλτοί.

Functie

De functie van vakantie is natuurlijk voor iedereen anders,

➤ *vervolg op pagina 2*

Kerst 2003 en de jaarwisseling

Slechts een kleine groep mensen was bevoorrecht de Kerst en/of de jaarwisseling bij Les Gaillards mee te maken. Het maximum was twaalf, zodat we nog om één tafel konden zitten. Een week na het uitkomen van nieuwsbrief 23 was het al volgeboekt.

Met de concertjes was er even een veel groter aantal mensen uit de buurt. ♦



03130 Montcroux les Mines
Frankrijk

Tel. (+33)-(0)470-996454

Fax (+33)-(0)470-996289

E-mail: mijnsheerenland@onljne.fr

Web site: www.mijnsheerenland.com

Ingeschreven bij de KvK Amsterdam onder nr. 41216637 en fiscaal gerangschikt, art. 24, lid 4.

Giro: 7.53.42.43

t.n.v. St. Mijnsheerenland
te Mijnsheerenland

Terminaal en recht op vakantie!?

vervolg van pagina 1

maar er zijn wel een aantal algemeen geldende redenen om op vakantie te gaan, aan te wijzen. Doorbreken van de dagelijkse routine is de bekendste. Veranderen van horizon, nieuwe ervaringen opdoen, voor sommigen van de zon genieten. In alle gevallen: nieuwe energie opdoen, op welke manier dan ook. Voor mensen die ziek zijn gelden enkele van deze redenen in het bijzonder. We herinneren ons nog goed onze allereerste gast, die enkele maanden voor zijn euthanasie als een witte muis binnenkwam en die we als een gezonde(!) gebruide badgast weer naar Nederland terugbrachten.

Van de gekke

In feite is het van de gekke dat wij dit onderwerp nog ter sprake (moeten) brengen. Ieder mens op deze aardbodem heeft natuurlijk dezelfde rechten: er is geen onderscheid mogelijk. Niet naar kleur, niet naar geloof, niet naar sexe, niet naar voorkeur en niet naar gezondheid. Het feit dat het regelmatig een onderwerp van discussie is of (dood-) zieke mensen zich nog voor een vakantie mogen verplaatsen, is vrees ik toch weer een kwestie van geld. Of van vergelijken van (on)geluk.

Want laten we eerlijk zijn: net zo min als we de heldendaden van mensen kunnen vergelijken, kunnen we zeggen dat de ene mens onze hulp meer verdient dan de andere. Daarom kan niemand spreken van een luxe-probleem. De kwaliteit van leven is het enige dat telt. De kwaliteit van ieder individu! Daarom ook zult u ons nooit een kwaad woord horen zeggen van mensen die hun prioriteiten ergens anders leggen. Mensen die zeggen dat ze deze

keer kun geld liever besteden aan kinderen in Afrika, of landbouwers in China, of welk hulpprogramma u ook kunt bedenken.

Recht of behoefte

Wat mij betreft heeft dus iedere zieke recht op vakantie of zelfs om op een andere plaats te zijn of haar laatste dagen door te brengen. Hij/zij heeft het recht om ook de laatste dagen van het leven in kwaliteit door te brengen. Als dat een omgeving is die niet slechts uit basale verzorging bestaat, maar uit warmte, opwinding, natuur, kunst en/of alle andere ingrediënten die het leven interessant maken, dan moet het dat zijn.

Rijkdom opgeven

Ik ben bereid om het bovenstaande helemaal terug te nemen: *niemand* heeft recht op vakantie. Maar dan moeten we ook allemaal het recht op vakantie ter plekke opgeven. Iedereen! Dan moeten we zeggen: nee, wij werken weliswaar hard, maar recht op vakantie is een te grote luxe. Dan moeten we allemaal onze enorme rijkdom alleen voor onszelf benutten. Het woord is aan u! ♦

Rooms-katholieke rechtvaardigheid

De zo omstreden priester F. Garbar is ondanks zijn emeritaat uit elke vorm van gebedsgenezingsactiviteiten gezet en moet binnen drie weken zijn huis verlaten. De talloze misstanden (duiveldrijving), wanpraktijken (inzegenen van boerderijen tegen □ 250,-) en geldklopperij (door ingestraald water te verkopen) etcetera staat te lezen op elke kerkdeur. Ook zal er in elke dienst melding van worden gemaakt. Ten tijde van het omhakken van onze oude boom, had hij al een strafregister bij mgr. Philippe Barbarin, die nu kardinaal te Rome is geworden. Toch heeft de nieuwe bisschop Pascal Roland het heilig zwaard getrokken en 15 januari moet hij weg zijn. Een succesje voor het leefklimaat op religieus vlak!

Château te huur

Uiteraard kunt u de tarieven en mogelijkheden per post aanvragen. Het kasteel is voor een week of meer ook te huur. U kookt dan zelf en ontwikkelt uw eigen programma. Het enige extra is: de kippen voeren. Wie zou dat nu niet willen? ♦

ACTIE 2004

drie acceptgirokaarten.....

Nu de Stichting Mijsheerenland zeven jaar bestaat en alle getallen groeiend zijn, willen we als bestuur van de stichting de binnenste kring vragen om het aantal begunstigers ook te laten groeien.

De nieuwsbrief is het bewijs van betrokkenheid. *Het gaat niet om grote bedragen*, maar om een groot aantal sympatisanten, die de stichting zichtbaar steunen. Zo worden meer mensen in staat gesteld op de hoogte te zijn van de activiteiten van de stichting. De nieuwsbrief wordt net zo goed met zorg en aandacht gemaakt voor 1000 als voor het dubbele aantal. Eén van onze zeer betrokken donateurs heeft het volgende plan bedacht: stuur **drie** acceptgirokaarten mee. Vraag iedere donateur die weer door te sturen naar familie, bekenden met de nieuwjaarswensen. Wellicht zijn zij net zo enthousiast over het idee dat er een vakantieplek is voor mensen in de laatste levensfase. Voor sommige terminaal zieken, de partner en/of mantelzorger(-s) is het een verademing even uit huis, hospice of verpleeghuis op vakantie te mogen. De uitdaging is dan ook om in 2004 naar 2004 donateurs te gaan.

De nieuwsbrief kan ook als kado worden gegeven voor één jaar. Per donatie krijgt u de nieuwsbrief voor één jaar. Kijk op de wikkelaar hoelang u nog als donateur staat ingeschreven! ♦

Hakken, tekenen en schilderen in cursus: Beeldende Week I & II

Beeldhouwen, tekenen en schilderen op inspirerende wijze. Vraag de inlichtingen of kijk op de site van Les Gaillards.

Max 10 cursisten.

Tekenen en schilderen/beeldhouwen Fero Freymark

Kosten: □ 750,- p.p.p. week.

Week I: woensdag 14 - 21 juli

Week II: zaterdag 24 - 31 juli

Russische zangweek zomercursus met Aristos Bouïus

Vierstemmige koorzang van zondag 8 t/m 15 augustus 2004 kosten □ 525,- all-in p.p.p. week. De Russische sprekende Aristos wil een week lang Russische liederen gaan uitvoeren. Noten lezen verplicht evenals thuisstudie van het van tevoren opgestuurde materiaal. Er komt een concert en een CD. ♦



Laetitia Schweitzer

COLOFON

Internet

De Stichting Mijsheerenland heeft een eigen adres op Internet in vier talen (NL, FR, EN, DU):

www.mijnsheerenland.com

De site staat ook nog op een tweede plaats die soms sneller is:

<http://mijnsheerenland.free.fr>
(inderdaad zonder www)

Cursussen en dergelijke staan op de eigen site van Les Gaillards:

<http://lesgaillards.free.fr>

Berichten kunnen worden gestuurd naar:

bestuur@mijnsheerenland.com
of
mijnsheerenland@online.fr

als het de Stichting betreft. Zaken die uitsluitend de site betreffen naar:

webmaster@mijnsheerenland.com

Persoonlijke berichten voor Aristos en Gerrit naar:

lesgaillards@online.fr

Het **post**adres in Nederland is: **Stichting Mijsheerenland Laan van Moerkerken 21 3271 AH Mijsheerenland**

Houdt er wel rekening mee dat het even kan duren voordat de post is doorgestuurd.

Het postadres in Frankrijk is zo simpel dat veel mensen betwijfelen of het juist is:

Stichting Mijsheerenland Chateau Les Gaillards 03130 Montcombroux les Mines Frankrijk

Telefonisch zijn we bereikbaar onder de volgende nummers:

0033-470 99 64 54

(fax) **0033-470 99 62 89**

Bijdragen voor deze nieuwsbrief zijn welkom. Stuur uw bijdrage per email of anders via de post op een diskette. Of uw bijdrage geplaatst wordt is uiteraard aan de redactie.

Mogelijke sponsor

Sponsor maakt plan voor vijf jaar lang sponsoring van de stichting. Er wordt zelfs een medewerker benoemd die voor de komende vijf jaar betrokken is bij de voortgang, de behoeften en de uitvoering van gestelde doelen voor de werkzaamheden van de stichting Mijsheerenland als de toewijzing definitief is. Eén en ander wordt uiteindelijk besloten na een interne bedrijfspresentatie in januari in de OR. ♦

Terminaal en behoefte aan vakantie!

Een bijdrage aan dit thema in Le Gaillard is haast als preken voor eigen parochie: vrijwel iedereen die dit leest ondersteunt het werk van Gerrit en Aristos van harte en weet wat een waardevolle ervaring een vakantie in de laatste fase van het leven kan zijn. Daarom richt ik me in deze bijdrage op een wat breder publiek: de mensen die hun bedenkingen hebben tegen een dergelijk initiatief.

LAETITIA SCHWEITZER

Recht op? Dat klinkt als een eis, als iets wat de maatschappij ons verschuldigd zou zijn, waarvoor niet wijzelf maar een ander verantwoordelijk is. Zo zit toevallig het leven niet in elkaar. Wel kunnen we erkennen waar onze menselijke behoeften liggen en proberen daaraan tegemoet te komen. In plaats van 'recht op' zou ik dan ook liever spreken van behoefte aan!

Behoeftte aan wat? Naast alles wat nodig is om te overleven, hebben we ook behoefte aan rust, er even tussen uit zijn, de zinnen te verzetten, het verleggen van onze grenzen: iets wat een vakantie kan bieden. Sommige mensen gaan wel 3x per jaar op vakantie!

Maar terminaal zieke mensen hebben toch geen behoefte meer aan vakantie? Juist in deze fase verandert er zoveel, is niets meer vanzelfsprekend: het eigen lijf laat het af weten, de normale dingen lukken minder, de relatie met dierbaren verandert, de ziekte staat vaak centraal i.p.v. iemands mogelijkheden en het nog resterende leven. Een vakantie kan dan hard nodig zijn! Een

huisje in Gran Dorado? Prima als dat kan, maar vaak kan dat niet: om praktische redenen, of omdat de partner / mantelzorger ook behoefte heeft aan vakantie - of omdat er behoefte is aan een plek waar men ook met anderen kan delen in vreugde en verdriet en waar het naderende einde van het leven erkend wordt. Kortom een speciale vakantieplek is welkom!

Dan is er vast geen behoefte aan buitenstaanders en andersom: die mensen schrikken zich rot als ze weten dat er ook mensen komen die dood gaan. Voor sommigen zal dat zo zijn, voor anderen kan het juist een waardevolle ontmoeting betekenen: een betrokken buitenstaander kan een frisse inbreng hebben, een verrassing zijn, een band met het gewone leven betekenen. De ontmoeting gaat vaak gemakkelijker als je samen dingen doet: van de afwas tot samen genieten van de natuur, van kunst en cultuur of van een heerlijke maaltijd. Maar er moet ook ruimte zijn voor stilte, voor eigen expressie, voor zoeken naar nieuwe zingeving en richting aan de laatste tijd van

leven, voor ontdekken wie of wat nog echt belangrijk is.

Klinkt wel mooi, maar moeten we dit dan niet aan de professionele zorg overlaten? Natuurlijk moet er - indien nodig - goede medische en verpleegkundige zorg zijn. Op de achtergrond. Ook pastorale, psychosociale of andere professionele begeleiding kan nodig zijn. Maar een vakantie biedt bij uitstek de gelegenheid om de eigen reserves en energie te hervinden, het gezonde en veerkrachtige zelf, om niet alleen patiënt te zijn maar vooral gewoon een mens. Een mens die in zijn totaliteit gezien en gehoord wil worden, met aandacht, betrokkenheid, respect en tijd. En humor. Dat is iets wat andere vakantiegasten en vrijwilligers kunnen bieden, mensen die ook allemaal hun eigen expertise hebben! Zo dragen we met elkaar bij aan de kwaliteit van leven, die van de terminaal zieke gast en zeker ook die van de andere gasten.

Ik wens iedereen die daar behoefte aan heeft een heerlijke vakantie op Les Gaillards. ♦

Reactie naar aanleiding van artikel in Telegraaf

Afgelopen september 5 jaar geleden is een goede vriend en collega van mijn man overleden aan de spierziekte ALS slechts 41 jaar oud. Hij was voor ons een heel bijzonder en dierbaar mens. Maar ook positief en vooral reislustig tot het einde toe. (Hij werkte bij KLM).

Waarom vertel ik u dit zult u denken, nu dat wil ik u graag vertellen.

Tot 1 jaar voor zijn overlijden wilde Eric nog graag 1x met zijn vrouw een reis maken. Niet ver meer zoals vroeger maar gewoon even weg en los van zijn ziekte en alles wat daarbij hoort.

Nu werk ik zelf al sinds 1980 in de reiswereld bij een reisbureau en wilde Eric uiteraard helpen nog een laatste vakantie te hebben. Eric was afhankelijk van praktische zaken, daar hij zijn rolstoel gekluisterd was en niet meer kon spreken.

Ik kan u zeggen dat met al mijn jaren reisbureau- en luchtvaartervaring ik zeer veel problemen ondervond om ook maar iets geschiks te vinden voor Eric en zijn vrouw.

U kunt zich voorstellen dat toen ik uw interview las er een brok in mijn keel zat, want wat had ik hem zo iets gegund!

Ik weet zeker dat hij ervan genoten zou hebben en jullie zeer zeker ook van hem!

Marina Pot-van Slogteren

Beste Gaillards-bewoners,

Een bericht uit Nederland. Nadenkend over de afgelopen zomerperiode waar ik met mijn zoon Mark op Les Gaillards was ten tijde van de workshop middeleeuwse zang.

ANNEHILDE BARBIERS

Het was nieuw voor mij om op Les Gaillards te zijn terwijl er een cursus aan de gang was. Waren we in 2002 tijdens mijn verblijf met z'n zevenen, nu waren er zo'n 25 mensen aanwezig. Heerlijk de ontmoeting met zoveel mensen die gedreven met iets bezig zijn. Verrijkend voor m'n geest.

Alle mogelijkheden om het verblijf tot een avontuur te maken werden weer uit de kast gehaald. Verplegingshandelingen voor wie dat nodig hadden, middeleeuwse dans en zang en kleding voor iedereen die mee wilde doen. Maaltijden van ongekende klasse op allerlei plaatsen geserveerd.

Jammer genoeg viel het me tegen wat ik nog mee kon doen, omdat de MS me wel erg beperkt. Ook

het zingen was niet echt mogelijk. Ik besloot daarom al snel als toeschouwer betrokken te zijn. Ik nam alles in me op en heb met bewondering gekeken hoe door lessen en enthousiasme een groep mensen in vijf dagen tot een optreden konden komen.

Prachtige kleding werd op de persoon uitgezocht. Zo werd ik toch weer even deelnemer als koningin in mijn rolstoel, en Dick in zijn prachtige rolstoel werd koning. Al optredend in Souvigny was het hoewel erg warm, toch leuk om bewonderd te worden door de plaatselijke bevolking, die - ook in kostuum - zelf muziek-optredens verzorgden.

In deze droge hete zomer, broeiden we onze kleding zowat uit en bood wijn en zwembad de nood-



zakelijke verkoeling.

Het bijzondere van Les Gaillards is dat er dingen gebeuren die ik van te voren niet helemaal kan overdenken. Dus bevond ik me opeens in het zwembad onder de liefdevolle zorg van Nadja, Gerrit en Aristos.

Voor mij was het ook fantastisch om Mark bij me te hebben. Ervaren is toch makkelijker dan een indruk geven door te vertellen. Hij genoot en was actief in de groep. De vele foto's die hij maakte doen nog steeds de ronde en de contacten met Laetitia, Pieternel

en Nadja maakte het ook voor hem een bijzondere vakantie.

Ik heb vrij veel hulp nodig en het is dan ook heerlijk, qua verzorging, als je met een klein aantal bent. Ik heb genoten van het grotere gezelschap, maar vond het daarin moeilijker om ruimte te vragen voor de verzorging die ik nodig heb.

Iets om over na te denken. Wat heb ik nodig, waar verlang ik naar en hoe geven we dat vorm. Een uitdaging waar ik zin in heb, want een bezoek aan Les Gaillards is een feest. ♦

Sterf niet voor je doodgaat

"Les Gaillards" in de Franse Allier in de Auvergne is een centrum waar mensen die ernstig ziek zijn en zich voorbereiden op de dood, worden opgevangen en begeleid. Daarbij ligt de nadruk op de kwaliteit van leven gedurende deze laatste fase. Er wordt geprobeerd een aanbod te creëren van cultuur, natuur en goed gezelschap. Muziek, dans en theater kunnen mensen helpen op waardige wijze afscheid van hun leven te nemen en kan nabestaanden helpen bij de verwerking.

"Wat voor mensen komen er bij jullie?"

Er komen vooral mensen met aids, kanker en ALS. Daarnaast ontvangen we ook gezonde mensen. In de zomer worden verschillende creatieve cursussen gegeven, daardoor is het juist niet alleen een huis voor zieken. We willen niet dat het een getto wordt. Pelgrims onderweg naar Santiago doen ons aan! Het is een heel gemengd gezelschap. De meeste zieken logeren hier een paar weken maar ze kunnen ook blijven tot ze sterven. Dat gebeurt ook. We hebben een sympathieke Franse huisarts die bekend is met de palliatieve zorg en in geval van nood kunnen we een beroep doen op een Nederlandse arts die hier in de buurt woont.

"Wat verwachten mensen die komen?"

Iedereen verwacht iets anders. Maar mensen die op reis willen gaan hebben wel een soort spanning. De koffer is het symbool van klaar zijn voor verandering. Er staat nog iets te gebeuren. Hoewel velen weten dat de dood dichtbij is, hebben ze zin om van die laatste levensfase nog iets te maken.

Bij een man in Amsterdam heeft het koffertje drie maanden in de gang gestaan. Hij was aldoor klaar om te vertrekken. Op het laatst kom hij toch niet komen. Zijn vrouw belde wel dat de mogelijkheid om te gaan hem de laatste maanden van zijn leven nog zoveel kracht had gegeven! Een andere vrouw belde: "Eigenlijk wilden we nog naar jullie toekomen, we zijn er helemaal op voorbereid." Toen bleek dat het toch niet haalbaar was, zijn ze nog een paar dagen in een hotel in de buurt gegaan om vakantie te vieren. Zo zie je dat de invloed van ons werk niet alleen te meten is aan het aantal gasten dat werkelijk bij ons komt.

"Kun je iets meer vertellen over je eigen motivatie om dit werk te doen?"

G: "Ik ben dansdocent en dat is een prachtige manier om jezelf te uiten, om je levenskracht vorm te geven. Ik heb geleerd dat kijken naar dans soms bijna het-

zelfde is als zelf dansen. Ik vind het fijn om voor/met iemand te dansen. Het is ook een confrontatie wanneer mensen het zelf niet meer kunnen. In een cursus in Nederland die ik gaf, was een mevrouw met kanker. Ze zat buiten de kring om te kijken. Ik heb de kring 'stiekem' groter gemaakt waardoor zij er helemaal in werd opgenomen. Na afloop kwam ze naar me toe: het was haar fijnste vakantie sinds jaren geweest. Dat heeft mij veel gedaan. Dit werk geeft mij meer kans mijn energie vast te houden en te bundelen. Ik blijf daarbij letterlijk op een plek, richt me op enkele mensen en probeer hen te begeleiden om de laatste fase van hun leven vorm te geven. Dat geeft me veel voldoening."

A: "Ik ben psycholoog en verpleger. Ik heb heel lang op een afdeling voor mensen met kanker gewerkt als nachtverpleger. Ik heb 's nachts veel met mensen gepraat, daar was in het werk overdag nooit tijd voor. Vier witte muren, sanseveria's, po in de aanslag, verder niets. Twee keer per dag even bezoek, dat was het dan. Daar begon het voor mij. Ik ben gaan studeren. Ik heb veel in de aidswereld gedaan, ook veel over aids en sterven nagedacht. We hebben veel gepraat over wat we nou echt belangrijk vinden om te doen. Uiteindelijk is het dit geworden. Banen opgezegd, huis verkocht en hier begonnen."



"Wat bieden jullie mensen?"

We proberen de kwaliteit van het leven te verhogen; daarbij leggen we de nadruk op spirituele begeleiding. Het is heel verschillend wat mensen nodig hebben. We letten goed op wat ze aangeven. We proberen samen het leven van iedere dag te leven.

We zoeken daarnaast naar vormen om van het dagelijkse leven iets bijzonders te maken.

Maar we laten veel gewoon gebeuren. Mensen moeten ook de gelegenheid krijgen alleen te zijn en in contact te komen met hun eigen geesteswereld. De weg naar de andere kant moeten ze uiteindelijk alleen gaan. Het grote thema is: loslaten, afscheid nemen van allerlei facetten van het leven. Dikwijls is het voor de familie ook heel moeilijk om de gene van wie ze houden, los te laten. Wij kunnen in dat proces veel van onze gasten leren. Ook wij moeten steeds weer loslaten, de mensen die bij ons zijn gaan weer weg.

"Jullie zijn er getuige van dat het lichaam aftaktelt. Hoe reageren mensen daarop en ook wat kunnen jullie daarmee?"

We proberen het uitvallen van functies te blijven benoemen en niet te verdoezelen of te doen of het allemaal wel meevalt, maar tegelijk zoeken we naar (soms technische) aanpassingen en zijn we erop gericht mensen hun waardigheid te laten behouden. Ze hoeven zich niet te schamen! We proberen tevens de geest te scherpen door samen te lachen of grapjes te maken.

Als we merken dat een jongen moeite krijgt met z'n evenwicht, gaan we de rollator uitproberen. Al heel gauw kan blijken dat hij binnenkort een rolstoel nodig zal hebben. We gaan dan bijvoorbeeld allemaal in de rolstoel en houden een eierrace. Of we doen een slalom om lege flesjes met de elektrische rolstoel. Maar het belangrijkste is nu te leven en niet morgen. Daar zijn we op ingesteld. Ook onze dieren helpen ons daarbij. We hebben drie honden, een poes, kippen, konijnen en een groot aquarium. Maar uiteindelijk draagt kunst het geheel!

"Kun je meer van de functie van kunst in dit verband vertellen?"

Mensen die bij ons komen, gaan sterven. Ze staan stil bij de zin van hun leven. Dat gebeurt niet op een rationele manier. Kunst helpt hen daarbij. Muziek is heel belangrijk en pakt emoties. Voor

In het najaar van 2001 werden Gerrit en Aristos geïnterviewd door dansdocenten Ria Walter en Sima van Dulleman. Het artikel verscheen in maart 2002 in de Nieuwsbrief voor Dans- en Bewegingsexpressietherapie. Wij herplaatsen dit interview hier, omdat het naar ons gevoel veel van de vragen beantwoordt die mensen ons vaak stellen. Het artikel is hier en daar aangepast en geactualiseerd.



Dick danst de tango met Aristos

dans gelden andere voorwaarden: zieke mensen kunnen al gauw niet meer dansen. Soms kunnen ze er op een of andere manier nog wel bij betrokken zijn zoals ik al vertelde: ook door te kijken maken ze de dans mee. Ze kunnen zich met de danser identificeren. Dat stimuleert enorm: er gebeurt bij de kijker fysiek toch nog een heleboel: de ademhaling wordt dieper, ze gaan iets rechter op zitten, je ziet ontspanning, stralende ogen, een lach! Het geeft heel sterk het gevoel er nog bij te horen. Daarnaast kun je in de dans mensen ook uitdagen, prikkelen.

Theater geeft je de kans je te verdiepen in emoties van anderen. Dat is soms makkelijker dan het helemaal doorvoelen van de eigen emoties. Met dat stukje afstand kunnen eigen emoties dan toch wat dichterbij komen. Die afstand werkt aan de ene kant relativerend - het gaat over anderen - terwijl het anderzijds mogelijk wordt tot nieuwe inzichten te komen en dingen te verwerken.

Dan de rituelen. We proberen het dagelijkse leven bijzonder te maken. Bij een mevrouw die bij ons ging sterven, hebben we iedere dag kaarsen bij het bed aangestoken, wierook gebrand, muziek gedraaid en voorgelezen. We hebben bij haar bed de maaltijden gebruikt, zodat ze nog deel uitmaakte van het ritme van de dag.

Kunst blijft onszelf inspireren en voeden en we hopen dat over te brengen op onze gasten. We zijn erop gericht met muziek, dans en theater vorm te geven aan ons samenleven.

"Is er iets dat jullie willen bereiken met mensen?"

Ja, mensen die gaan sterven maken verschillende fasen door. We willen mensen graag helpen in de volgende fase te komen. Kortgezegd gaat het via woede via depressie naar aanvaarding. Maar daarbij hanteren we geen tijdschema. We plannen ook geen therapeutische gesprekken. Mensen kunnen er wel om vragen. We confronteren mensen met hun eigen situatie. We hebben geen medelijden. We gaan ernaast staan. De emoties kunnen heel heftig zijn en heel vlug wisselen. Lachen en huilen liggen dicht bij elkaar. Dat raakt ons ook. We gaan er soms in mee, soms gaan we er tegenin. Het verdriet kan enorm zijn, maar het is niet altijd goed heel lang te huilen om dingen uit het verleden. Dat geeft een sterk gevoel van onmacht. Het kan beter zijn, terug te keren naar het hier en nu om zo het gevoel wat om te buigen.

Bij woede en onmacht proberen we een kans te geven tot verwerking. Dit kan door een fysieke



uitdaging. Ook in gesprekken kunnen we uitdagen, we waken voor medelijden of bedekkende termen. Een jongen met aids die niet uit bed wilde komen en niet wilde eten (het kwam er toch aan alle kanten direct weer uit) wilde wel graag praten. We luidden toen de bel alleen voor een gesprek, niet voor het eten en dat werkte. Hij kwam z'n bed uit! Een andere jongen met neiging tot depressiviteit lieten we een schouw uithakken, we moedigden hem aan goed door te hakken en verboden hem zich op een andere manier negatief te uiten, waarop hij mopperde: "Je mag hier ook nooit eens lekker depressief zijn." Dat hebben we natuurlijk hartgrondig bevestigd! Bij acceptatie en aanvaarding is er meer plaats voor



Reactie van Nadja van Holst

Er wordt mij vaak gevraagd waarom "Les Gaillards" zo bijzonder voor mij is. Dat is moeilijk uit te leggen. We leven in deze maatschappij vaak langs elkaar en bij "Les Gaillards" naast- en met elkaar. Het doet er niet toe in welke hoedanigheid je er bent; gast, cursist, pelgrim, vrijwilliger, zieke. Het is ook niet belangrijk wie of wat je in het dagelijks leven bent. Dat maakt dat vrijwel iedereen zich bijzonder op zijn/haar gemak voelt. In de loop van het samenzijn leer je iedereen wel kennen, soms op hele onverwachte momenten of manieren.

Het is voor velen een verademing even niet te hoeven voldoen aan de eisen die de maatschappij tegenwoordig stelt. Niet te worden afgerekend op je prestaties, die vaak onder hoge druk gehaald moeten worden. Het is wonderlijk om te merken dat ook mensen met een hoge functie of aanzien hier helemaal tot rust komen en weer kunnen genieten van de alledaagse dingen zoals bv de afwas.

Wat ik tussen de regels door lees in de verslagen van zieke gasten is dat de ziekte niet op de voorgrond staat, maar de persoon. (in Nederland) ben je vaak een nummer of de ziekte.

Leven in het nu van het moment, flexibel zijn, je geen zorgen

Kan het zijn dat de dood ons zo bang maakt omdat ze ons confronteert met de echte vragen, de vragen die we hebben weggelaten met het idee dat we die later wel eens voor de dag zullen halen als we ouder en wijzer zijn en de tijd hebben om ons essentiële vragen te stellen? Als het moment van de dood heel nabij is en er eigenlijk alleen nog maar plaats is voor pijn en verdriet, kan er toch sprake zijn van levensvreugde en van tot dan toe ongekend diepe en intense zieleroerselen.

MARIE DE HENNEZEL

gesprekken, muziek luisteren, vieren van het dagelijkse leven.

"Wil je wat meer voorbeelden geven? Wat maken mensen mee en hoe haken jullie erop in?"

We hadden een mevrouw die alleen haar hoofd nog maar kon bewegen. We hoorden dat ze in haar jeugd in Frankrijk had gewoond. We draaiden Franse chansons, hielden een feestdiner, zongen 'Madame La Marquise'. We hebben haar met rolstoel en al meegenomen in de ambulance naar de disco een dorp verderop, waar Gerrit line-dance geeft. Toen ze binnenkwam heb ik even met haar gerolstoeldanst in het midden en haar voorgesteld als mijn vriendin. Ze kreeg applaus en heeft de hele avond naar de les gekeken. Anders is ze rond 10 uur helemaal op. Maar nu was ze om half twee nog fit. Kijken naar dans geeft soms ook heel veel energie. Ook later hebben we nog regelmatig mensen op de brancard meegenomen naar de discotheek/nachtclub.

Muziek kan ook sterk werken. Een jonge jongen vol spanning en verzet, moest erg wennen. Aristos speelde Satie voor hem: de hele spierspanning ebde weg, hij huilde - het leek wel of hij smolt.

Een mevrouw met een hersentumor is drie-en-een-halve maand geweest. Ze zei al in het begin: "Ik kom hier om dood te gaan." Ze ging dat steeds beter ac-

cepteren. Ze had veel steun aan het boeddhisme. Ze slikte Tibetaanse kruiden-medicijnen. We stelden haar voor naar de grote Boeddha-tempel te gaan niet zo ver bij ons vandaan. Gerrit reed met haar in de rolstoel door haar kamer en vroeg haar aan te wijzen wat ze mee wilde nemen. Ze kon al niet meer praten. Toen we in het heiligdom waren, wilde ze met de rolstoel naar de Grote Boeddha en daar wees ze aan dat haar pillen op een bepaalde manier bij de Boeddha gelegd moesten worden. Toen gaf ze aan dat ze weg wilde. We begrepen dat het haar manier was om zich over te geven. Het was heel indrukwekkend.

"Wat herken je uit het boek van Marie de Hennezel?"

Vooral de grondhouding: haar houding tegenover leven en dood, het persoonlijk ontmoeten van stervenden. Het geven van warme aandacht. Ook wat ze zegt over aanraken is ons uit het hart gegrepen. We raken heel veel aan. Soms hangt dat samen met de verzorging. Het aanraken moet dan liefdevol en aandachtig zijn. Maar we cultiveren ook de extra's: de nachtzoen, hand op de schouder, steun in de rug. Het is ontroerend om mee te maken hoe mensen nog een hele ontwikkeling doormaken. Vredig de dood aanvaarden en kunnen genieten van het leven en nog veel geven - ook aan ons. ♦

hoeven maken wat de volgende dag je zal brengen. Er gebeuren bij "Les Gaillards" vaak dingen die het verloop van de dag beïnvloeden, de planning wijzigen; zoals het weer, gasten, pelgrims, enz. Leren prioriteiten stellen en de dingen nemen zoals ze komen; ondanks de spanning (mocht die er wel zijn) de rust vinden gewoon door te gaan en je niet gek laten maken. Camoufleren en improviseren zijn toverwoorden voor "Les Gaillards". Als er dan toch wat 'mis' gaat of iets is nog niet af; dan heeft niemand dat door (nou)? Er bestaan de meest uiteenlopende verhalen over hoe mensen bij "Les Gaillards" terecht gekomen zijn; van een

luchtballonvaart, een wandeling, een zieke broer, een propje papier, tot internetpagina of deelnemen aan een cursus. Dat al deze mensen met hun zo verschillende achtergronden zich hier thuis voelen is bijzonder te noemen.

Ik ben erg slecht in het afscheid nemen en heb het hele jaar door heimwee naar dit paradijsje in Frankrijk. Het is een warme liefdevolle plek, zoals je vaak leest in dit krantje. Als ik ooit definitief afscheid moet nemen, hoop ik dat er voor mij ook zo'n plek bestaat. Les Gaillards is een verslaving, ik hoop dat ik daar nog heel lang plezier aan mag beleven. ♦

(Nadja volgt ons al zeven jaar)

Bijzondere initiatieven en donaties

Marathon-sponsorloop N-Y

De New York City marathon op 2 november 2003 is door ongeveer 43.000 lopers afgelegd. Of ze allen de eindstreep hebben gehaald weten we niet. Wat wel zeker is, is dat nummer 42736 Runner **Paul Molenaar** (41) was. Hij legde de afstand af in 5 uur 25 minuten en 35 seconden. Dat is op zich al een prestatie: zeker wanneer je de tijden ziet van de professionals met de volgende tijden: bij de mannen: 2.10, bij de vrouwen 2.22. Het sponsorloopbedrag komt in de volgende nieuwsbrief van 2004.

Collecte kerkdienst

Bij de intrede in de gemeente Driebergen heeft dominee **Ton van Vliet** de SKG Kerkvoogdij gevraagd de collecte te bestemmen voor de Stichting Mijsheerenland. Het bedrag is geworden: □ 170,28.

Goede doelen

De directie van opleiding- en trainingsburo **Van Harte & Lingsma** heeft onlangs een besluit genomen dat een gedeelte van de winst naar de zogenaamde

"goede doelen" gaat. Alle medewerkers werden uitgenodigd om doelen naar voren te brengen die zij daarvoor in aanmerking wilden laten komen. Op voorstel van trainer **Otto van der Vorm**, die een bijdrage heeft willen leveren aan het voortbestaan van het huis "Les Gaillards" is er een bedrag overgemaakt. Vooral de wijze waarop wij met onze "droom" bezig zijn, met de ups en downs, past binnen hun motto's. De trainingen spreken ons erg aan, want ze zijn confronterend van karakter. Ze confronteren de deelnemers niet alleen met hun gedrag en wat het effect is op een ander, maar ook met hun denkpatronen en (innerlijke) motivatie. Het gaat naast het kennen en kunnen dus ook over willen. Wat zij in de trainingen graag zien is dat de deelnemers verantwoordelijkheid nemen voor hun gedrag, hun eigen leren en leven! "Doe alles wat je doet met hart en ziel", is een belangrijk en voor ons zeer herkenbaar motto. De meest gestelde vraag is: "Doe ik wat ik wil en wil ik wat ik doe". Een vraag over je leven in het hier en nu. Het bedrag is geworden: □ 3.584,25.

Vrienden van de Stichting Mijsheerenland

Voor dit idee zijn de eerste aanmeldingen binnen - erg storm lopen doet het niet. Vele mensen hebben ons gevraagd of ze ook vrienden mogen zijn zonder zich op te geven. Natuurlijk beschouwen we een ieder die achter dit project staat met een donatie, briefwisseling met ideeën en raad als vrienden van de Stichting Mijsheerenland. De bedoeling is echter dat de vrienden van de Stichting Mijsheerenland zich organiseren in het beleggen van bijvoorbeeld een donateursdag. (Zie verder het stukje hierover in Le Gaillard nummer 22). Zo wil Dick Schaap ook langs groeperingen die om informatie vragen en om voorlichting te geven. Momenteel doet Arjan Immel het voorlichtingswerk voor de stichting in Nederland en hem noemen we dus de ambassadeur van de stichting. De videopresentatie van vijf jaar Les Gaillards voor de Stichting Mijsheerenland blijkt erg goed aan te slaan.

De video of DVD is overigens ook te koop voor □ 25,- (eventueel opgestuurd). Momenteel is er een dag in voorbereiding over ALS. Een ieder die meer wil weten of mee wil werken kan daarover contact opnemen. Bestellingen voor de DVD over de ziekte ALS (voorzien: voorjaar 2004) bij aristos@online.fr met de vermelding "ABC producties documentaire ALS". Hij gaat □ 35 kosten, waarvan een deel voor stichting. Ook Peter De Bruijn heeft al enkele keren de ambassadeurstaak op zich genomen bij de bijeenkomsten van de EKR (Elisabeth Kübler Ross). Dit leverde enkele sympathieke reacties op. Doriany Radius vertegenwoordigde de stichting op de Amsterdamse dag van de Mantelzorg. Een donateursdag komt er mogelijk in de maand mei van 2004 met de waarschijnlijk uit Australië teruggekeerde Kees Brusse met de film over de ouder wordende mens. De film zal die dag te zien en te koop zijn. (opbrengst voor de stichting) Meer daarover in de volgende nieuwsbrief. ♦



Nadja's Mandala met uitleg en een prachtige symboliek aan het einde van het jaar. Nadja heeft de kleuren (Zie de nieuwsbrief via Internet!) en de vormen van een uitleg voorzien. Zie hiernaast.

1 = rood
8 = magenta
7 = paars
9 = regenboog
9 = parelmoer
7 = paars
6 = blauw



Nadja van Holst

Over de donateurs

De oudste donateur was mevrouw C. van Hennik-Commijs in Rotterdam. Zij is op 96-jarige leeftijd 16 december j.l. overleden. De nu oudste donateur is mevrouw Kniertje Verzijl-Dirkse uit Mijsheerenland, die dit jaar 92 jaar is geworden. Voor elk geleefd jaar heeft zij □ 0,50 voor de stichting opgeteld tot een bedrag van □ 46,-!! ♦

Waar zitten de donateurs?

- Amsterdam 298 adressen,
- Etten-Leur 79,
- Utrecht 71,
- Den Haag 55,
- Mijsheerenland 36,
- Breda 31,
- Leiden 26,
- Nijmegen 21,
- Haarlem 20,
- Groningen 19
- Arnhem 14

Vele kleine plaatsen.
Waar bent u op de kaart? Doe mee met de wervingsactie!

Erfrecht en schenkingen

Een aanvulling/wijziging (zie Le Gaillard 23) door ex-notaris Jan van Lookeren-Campagne, op de vrijgestelde bedragen die inmiddels verhoogd zijn tot respectievelijk □ 4143,- en □ 8284,- ♦

Bijzondere donaties in zeven jaar

Hoogste bedrag □ 10.000,- van John de Mol TV via Hanneke Groenteman.
Hoogste aantal keer donaties zelfde persoon: 23 keer! ♦

Uitleg van de getallen en de vormen

1 = Individualiteit ~ Wil
Behoeft aan veiligheid, overleving, geworteld zijn, aarde en lichaamsbewustzijn.

Vorm: een hart

Het hart symboliseert bij vrijwel alle culturen dezelfde waarden: liefde, wijsheid, relationele verbondenheid en vreugde.

8 = Gezag ~ Macht

De acht symboliseert stabiliteit, ritme, vernieuwing, karma, wedergeboorte. In mandala's zien we de acht vaak verschijnen als uitdrukking van kracht, ambitie, zelfvertrouwen of verantwoordelijkheid.

Vorm: lemniscaat

Het symbool voor de oneindigheid. Verder symboliseert het de vereniging van de zon en de maan en de seksuele éénwording van het mannelijke en het vrouwelijke.

7 = Wijsheid ~ Objectiviteit

De zeven geldt over de gehele wereld als een heilig en mystiek getal. Er zijn zeven dagen van de week, zeven chakra's, zeven kleuren van de regenboog, zeven muziektönen. Het getal zeven symboliseert intuïtie, sensitiviteit en innerlijke wijsheid, behoefte aan alleen zijn en bezinning.

Vorm: een lotus-bloem

Bloemen symboliseren het jonge leven, de zon, de aarde of het midden. Zij zijn een uitdrukking van levenskracht, levensvreugde en vruchtbaarheid.

Lotus: in het Oosten symbool voor de hoogste mystieke verlichting.

Vorm: een slang

Enerzijds bekend als mannelijk seksueel symbool, anderzijds de vrouwelijke vruchtbaarheid. De slang is echter ook verbonden met het kwaad, de dood, de zondeval en de onderwereld.

9 = Mededogen ~ Altruïsme

De negen betekent openbaring, vervulling, voltooiing, universaliteit en creativiteit. Negen symboliseert intuïtie, liefde op hoger niveau en mededogen.

Vorm: zon

De zon is onze belangrijkste kosmische bron van licht, warmte en leven. De innerlijke zon wordt gezien als het Hogere Zelf. De zon symboliseert wilskracht, vitaliteit en levenslust.

Vorm: regenboog

De regenboog symboliseert de brug tussen de wereld en het paradijs en is in de mythologie de troon van de hemelgod. Op de zeven kleuren van de regenboog is onze kleurenleer gebaseerd.

Vorm: zevenhoek

Heb een overgang gemaakt van de ronde kern naar de twee driehoeken(6).

6 = Verantwoordelijkheid ~ Dienst

Hier zetelt het derde oog, het is de chakra voor helderziendheid, intuïtie en introspectie.

De zes wijst op gezondheid, geluk, creativiteit, harmonie, rust en huiselijkheid.

Vorm: hexagram

Het hexagram is een zespuntige ster, ook wel bekend als het zegel van Salomo of Davidster. Het bestaat uit twee driehoeken die in elkaar geschoven zijn: harmonie tussen het mannelijke en het vrouwelijke.

Noorderlicht aan de horizon

In de vorige nieuwsbrief werd met blijdschap kennis gegeven van de zwangerschap van een dochterorganisatie. De dochter is nog niet geboren, maar graag vertel ik hier hoe het met haar gaat.

LAETITIA

Eerst een klein stukje geschiedenis. Toen ik twee jaar geleden in Trouw het artikel over Les Gaillards las, raakte dit mijn hele wezen. Oude dromen, idealen, ambities, al mijn eigen werk- en levenservaringen kwamen hierin samen: heel graag zou ik iets als Les Gaillards op willen zetten, maar dan in Nederland. Op allerlei manieren ben ik me gaan oriënteren in de palliatieve zorg: werken als vrijwilliger, verschillende projecten bezoeken, trainingen en symposia volgen, lezen en heel veel praten met mensen over de (on)mogelijkheden van wat ik wilde. De vele hartverwarmende reacties moedigde me aan om door te gaan.

Doelstelling

Had ik een miljoen, 100 uur per dag en een fractie van de talenten en energie van Gerrit en Aristos, dan zou ik zo beginnen. Mijn mogelijkheden liggen op een ander vlak: voorwaarden scheppen om (1) samen en met hulp van andere mensen een kleinschalig, vriendelijk, levendig en eenvoudig huis op te zetten, (2) voor een tijdelijk verblijf met adequate zorg en ondersteuning

(3) Aan mensen (en hun eventuele partner) in de laatste levensfase (4) met ruimte voor ontspanning, expressie en bezinning (5) in een open contact met de buitenwereld.

Concrete stappen

De basis voor het plan groeit gestaag: er is inmiddels een aardig netwerk van mensen en organisaties uit de palliatieve wereld, van mogelijke vrijwilligers en mensen die op een andere manier hun diensten aanbieden. Zelfs de eerste potentiële gasten vragen wanneer ze kunnen komen! Kortom tijd om naar buiten te treden, met als eerste concrete stap de oprichting van een stichting: de ontwerpstatuten zijn klaar en in 2004 gaan we aan het grote werk beginnen:

1. Een aardige weldoener vinden die financieel warm loopt voor het plan.
2. Een mooi pand vinden in een natuurlijke omgeving en dat geschikt maken.
3. De concrete invulling van opzet en organisatie rondkrijgen.

Vruchtbaar

Het Noorden lijkt een vruchtbare geboortegrond te vormen voor deze dochter en met name de schitterende gemeente Noordenveld in Drenthe. Vandaar ook de (nog niet officiële) naam *Noorderlicht*. Maar zover is het nog niet...

Een ieder die wil reageren: van harte welkom!

l.schweitzer@12move.nl

INTERVIEW Telegraaf

De journalist Milco Aarts heeft wederom een interview afgenomen in Frankrijk, om het werk van de Stichting Mijnsheerenland in beeld te brengen door de initiatiefnemers te ondervragen. Dit is reeds in de Telegraaf verschenen op zaterdag 20 december. Milco staat bij ons bekend als een integere eerlijke betrokken man, die strijdbaar in het leven staat. Het was weer boeiend om twee dagen ondervraagd te worden. Het artikel is te herkennen aan de zwarte Cadillac limousine die symbolisch genoeg alleen nog voorwaarts rijdt. Reden om een keer de Telegraaf te lezen dus! ♦

Agenda 2004

tot 22 februari	gasten (onder voorbehoud)
1 - 8 mei	Vrijwilligersweek bij Les Gaillards.
9 - 16 mei	Gereserveerd
30 mei - 6 juni	Gereserveerd
26 juni - 4 juli	Massagecursus I voor MANNEN
3 - 10 juli	Massagecursus II voor MANNEN
14 - 21 juli	Beeldhouwen/tekenen en schilderen o.l.v. Fero Freymark
24 - 31 juli	Beeldhouwen/tekenen en schilderen o.l.v. Fero Freymark
8 - 15 augustus	Russische vierstemmige koorzang o.l.v. Aristos Bouïus

Voor alles geldt: reserveren/aanmelden/deel vooruitbetaling verplicht. *Inschrijving is reeds mogelijk.*

Prijzen en verdere belangrijke details zijn natuurlijk op aanvraag beschikbaar en op de Internet-site te vinden. Vaak (maar niet altijd, vanwege de bezetting) kunt u als u dat wilt ook extra overnachtingen bespreken om er een vakantietijd aan vast te koppelen. Natuurlijk bent u de rest van het jaar gewoon als gast welkom! Kijk voor uitgebreide informatie op onze site (*geen www dus!*):

<http://lesgaillards.free.fr>

NIEUWjaarspuzzel 2003/2004

De gegeven woorden zijn -in alle richtingen- in het diagram verborgen. Sommige letters zijn meer dan een keer gebruikt. Plaats de resterende letters in het oplossingsbalkje voor de oplossing van deze puzzel.

AKIDO
ARISTOS
ASSERTIVITEIT
BEELDHOUWEN
BOURBONNAIS
CHECKLIST
COUNTRYLINE-DANCE
DOELSTELLINGEN
ERFSTELLINGEN
GAIL
GERRIT
GISELA HEISING
HET CHATEAU
HET INITIATIEF
KOOR
LEGATEN
LITERATUURSTUDIE
MONTCOMBROUX
MUZIEK
MUZIEKKAMER
MIJNSHEERENLAND
NIEUWSBRIEF
POTTENBAKKEN
RENAISSANCE
RETRAITECENTRUM
RODOKUS
ROUWVERWERKING
RUSSISCHE ZANG
SALLE D'AMBIANCE
SCHENKINGEN
SERRE
STEENBEWERKING
STILTECENTRUM
TERMINAAL
TRAINING
VERBLIJFSOORD
VRIJWILLIGER
WIM JANZEN
ZANG



© gossepuzzels baambrugge 2003



Deze Nieuwjaarspuzzel is gemaakt door de professionele puzzelmakers Ruud en Nel Gosse. Hun bijdrage aan de nieuwsbrief en de stichting. We hopen dat weer veel mensen meedoen met het oplossen ervan. Uw antwoord mag tot in lengte van dagen worden ingestuurd, maar de prijswinnaars worden bekend gemaakt in de eerste **Le Gaillard** van 2004 d.m.v. loting onder de juiste inzendingen. U kunt **ALLEEN PER POST UW ANTWOORD** opsturen. Er zijn twintig troostprijzen(!) ter beschikking gesteld. De **HOOFPRIJS** is wederom een

verzorgd weekend voor twee personen bij Les Gaillards. Het weekend loopt van vrijdag avond tot maandagmorgen in een peri-

ode naar keuze in overleg reis is niet inbegrepen, de drank en maaltijden vanzelfsprekend wel. Met klem wordt vermeld dat de

ENIGE manier om mee te doen is per post via een kaart of brief. Dus geen e-mail of ingesproken berichten!

Succes!

Gaillard-wens voor 2004 voor iedereen

LEVEN is op weg zijn,
BERGEN beklimmen,
WADEN door RIVIEREN
BLOEMEN plukken bij MAANLICHT,
DWALEN door de EENZAAMHEDEN
EN WOESTIJNEN,

EEN KAARS BRANDEN TEGEN DE STORM,
OPLOPEN MET ANDEREN EN HEN DRAGEN
BROOD delen EN VIEREN in de NACHT.

LEVEN is pelGRIMEREN,
EEN tijdlang werken AAN de WEG,
EEN BRUG bouwen OVER ZWART WATER,
ROVERS verJAGEN en duIVELS,
WAKEN en bidden MET zieken,
Doden beGRAVEN bij de kapel.

NOOIT raken pelGRIMS thuis:
"VREEMDELINGEN" vestigen zich NIET.
WANNEER ZE eindelijk aankOMEN,
WETEN ZE wat ZE vermoEDEN:

DE WEG is HET doel.

(Achtergelaten door langstrek-
kende pelgrims.)

Hier hebben wij niets meer aan toe
te voegen, behalve dat wij wensen
dat ook he! 2004 de weg zal zijn
voor ons allemaal.

Aristos Bouius & Gerrit Schelling

7 JAAR Stichting Mijnsheerenland !!

Oprichting 12 december 1996 te Amsterdam. Ingeschreven bij de Kamer van Koophandel 41216637 en geregistreerd bij de Nederlandse Belastingdienst, afd. Successie als stichting voor het algemene nut volgens art. 24, lid 4.