



# NIEUWSBRIEF



Jaargang 5, nummer 1

januari 2016



**Een nieuw jaar, nieuwe kansen voor iedereen en hopelijk ook voor Nepal! Het was een moeilijk jaar voor het land... In april de aardbeving met vele doden en gewonden. De heropbouw nog niet begonnen. De moesson langer dan in andere jaren...en vele gezinnen ontwricht. De nieuwe grondwet leek een mooie vooruitgang in politiek Nepal. Maar bracht de ergste brandstofcrisis ooit in de Nepalese geschiedenis.**

De brandstofcrisis duurt voort. India-Nepal grens gesloten is nog gebaseerd op een conflict over de mogelijkheden ontstaan na het aanvaarden van de nieuwe grondwet en de wel/niet toestaan van de bestuursgerechtigheid van de in de in de grensgebieden wonende Nepalezen met een India voorvader. Beetje ingewikkeld allemaal, maar met desastreuze gevolgen....

China biedt de helpende hand...

Toch gaan ze voort...Dit dappere land dat iedere ramp het hoofd biedt met een glimlach.

Misschien een voorbeeld voor hoe ook wij in het leven kunnen staan.

Van alle dagen toch de zonzijde zien.

Zoeken naar het mooie dat tot ons komt.

Aanvaarden wat niet te veranderen is...

De Stichting Care and Cure en Vrienden van Amp Pival werkten het afgelopen jaar nauw samen.

Begonnen in april met een aanleren van operatietechnieken in Tansen.

Cursussen in Okhaldhunga. Aanvulling van de operatie equipments in Besisahar.

Fysiotherapie bekkenbodem blok doceren en aansluiting aan WCPT regelen.

2015 stond ook in het teken van zoeken naar de vorm en de wijze waarop we ons in de toekomst willen profileren samen met CARE and CURE.

Een voorzichtig loslaten van CARE and CURE en kijken hoe de autonomie ontwikkelt in de Nepalese Stichting. Zoeken naar geldelijke fondsen in Nepal zelf.



De aardbevingshulp nam veel tijd in beslag, nam de plaats in van waar we eigenlijk mee bezig waren. Langzaam terug naar het oorspronkelijke pad.

In augustus diende zich een nieuw perspectief aan in de vorm van een mogelijk draagbare echo/ultrasound apparaat waarmee we in de afgelegen gebieden op eenvoudige wijze diagnostiek kunnen verrichten en daarmee mensen op tijd kunnen insturen voor behandeling.

In september maakten we kennis met het Chapagaun ziekenhuis (10 bedden) met als insteek Care and Cure bestuursleden Dinesh en Binod die hun kennis en kunde daar willen gebruiken en daarmee de eerste stappen zetten op het pad van financiële onafhankelijkheid van de Nepalese Stichting.

In december was de grote convocatie dag van de Fysiotherapeuten. Een mijlpaal. De Universiteit op weg naar masters physiotherapy!! Het curriculum is in voorbereiding.

We kunnen tevreden terugkijken op een jaar dat moeilijk en zwaar was maar steeds bleef bewegen in positieve zin. Vol vertrouwen gaan we naar een nieuw jaar, een ander begin...Hoop op autonomie en zelfstandigheid...

We danken iedereen die heeft bijgedragen dit resultaat te bereiken.

Een mooi 2016!

Mariet



# NIEUWSBRIEF



Studenten van de University voor sociaal werk in Kathmandu nemen initiatief na de aardbeving .  
 Ons team was erbij om nieuwe uniformen en appels uit te delen.  
 UNICEF leverde de schoolspullen.  
 Gerhard Blaauw geeft dasknoopinstructies..  
 September 2015. De school is volledig ingestort.  
 Ouders willen de kinderen in het onderwijs hebben na

de aardbeving. Wij zijn erbij als de kinderen hun prefab lokaaltje betreden en ze allemaal schooluniformen krijgen. De appels sjouwen we met een riksja door de stad. Een bijzondere ervaring te zien hoeveel blijdschap een stukje fruit kan brengen.

De puinhopen moeten nog worden opgeruimd maar het onderwijs loopt alweer.

## Plannen...

Het ziekenhuis in Besisahar is nog steeds niet opgeknapt. De noodzakelijke reparaties zijn uitgevoerd maar er is nog heel wat werk aan de winkel.  
 Met name de compound en de verblijven zusters en docs moeten een ondersteuning hebben.  
 Plan is dan ook om de eerstvolgende trip naar Nepal te maken met een paar vrijwilligers in het team die bereid zijn om te schilderen, stuccen en te sleutelen om deze huisjes weer tot een goed onderkomen te maken.

Datum: Maart 2015 nog nader te bepalen.  
 Team: Dr Albert/Dr Gerhard/Dr Jorik/Mariet/Gerda/Denis Max nog vijf extra... Twee weken verblijf.  
 Een week werken voor de vrijwilligers, daarna krijgen ze een trektocht om Nepal te leren kennen.

Prijs: rond 1600 euro (ticket en visum en rondreis en eten en slapen)  
 Meld je aan als je mee wilt!!!



*De nieuwe autoclaaf*



*Nieuwe opartietafel. Cool!*





# NIEUWSBRIEF



## Even voorstellen: Nieuwe penningmeester van de Stichting!



Drs. Ton Smeets is bereid gevonden de functie van penningmeester van de Stichting op zich te nemen. Ton heeft een financieel consultancybedrijf in Maastricht

Ton heeft vele bestuurlijke sociale taken . Daarnaast ook nog de tijd gevonden een roman te schrijven! Wij zijn Ton dankbaar voor het aannemen en bekleden van deze functie. Welkom Ton!

Postbaan 29a, 6218 HS Maastricht  
GSM: +31 6 55 816 566 Mail: [ts@tonsmeetsconsultancy.nl](mailto:ts@tonsmeetsconsultancy.nl)  
BTW: NL157861399B01 KvK: 57052697

Esther heeft genoeg van haar voortkabbelend huwelijk met Bram en begint een hartstochtelijke verhouding met Laurent, de charmante man van haar beste vriendin Eef. Als Esther Bram verlaat, weet Laurent, die financieel afhankelijk blijkt te zijn van Eefs vader Constant Cooman, zich geen raad met zijn liefde voor Esther. Scheiden van Eef zou het faillissement van zijn bedrijf betekenen. Dan blijkt Eef zwanger te zijn en smeedt Laurent een plan om zich uit zijn benarde situatie te redden. Hij krijgt hierbij hulp van zijn vriend, tevens huisadvocaat, Jan Verboeket. Deze laatste is graag bereid Laurent een handje te helpen, niet in de laatste plaats omdat hij zo zijn eigen motieven heeft om van de familie Cooman af te komen. Een spannend boek over liefde en vriendschap, trouw en ontrouw, macht en intrige.

**TON SMEETS**  
**Trustekus**



Ton Smeets (1961) studeerde bedrijfseconomie aan de Katholieke Hogeschool Tilburg. Na zijn afstuderen treedt hij in dienst bij een grote bank waar hij in 2010 zijn 25-jarig jubileum vierde. Momenteel vervult hij bij de bank de functie van Directeur Business Banking van een rayon in het zuiden van het land. 'Trustekus' is zijn debuutroman.



## Steun de projecten van SoliCare

Al meer dan dertig jaar steunt SoliCare projecten over de hele wereld. De stichting werd opgericht bij gelegenheid van het 75-jarig bestaan van het voormalige De Wever-Ziekenhuis in Heerlen en begon haar werkzaamheden op 13 juli 1979.

SoliCare steunt projecten op het gebied van gezondheidszorg in ontwikkelingslanden. De stichting probeert dit te doen door middel van financiële steun, maar ook door het verstrekken van materiële middelen en soms hulp ter plaatse.

Voor elk project werkt SoliCare samen met medewerkers van lokale projecten in het betreffende ontwikkelingsland. De doelstelling is altijd dat het project binnen afzienbare tijd door de eigen bevolking ter plaatse overge-



nomen kan worden en met de daar aanwezige middelen kan worden voortgezet

Wij danken SOLICARE voor het ondersteunen van onze pijler op weg naar autonomie .

De aanschaf van de ECHO wordt door SOLICARE ondersteund met 2500 EURO.

DANK JULLIE!!!



# NIEUWSBRIEF



## Convocation Day

**Kathmandu University of Medical science 2015  
December 6. Verrassingsbezoek van de voorzitter aan  
de Bachelor Physiotherapists.**



Bijna was de verrassing in de soep gelopen omdat Etihad Mariet van de vlucht gehaald had i.v.m overgewicht van het toestel. Het brandstofprobleem in Nepal reikte in dit geval tot ABU Dhabi.

Dank zij het hotel, dat een auto regelde en een kamer voor twee uur slaap en vervoer naar de locatie was de voorzitter toch nog tijdig in Dhulikhel om de Bachelors te feliciteren.

De verrassing was compleet .Ze voelden zich gerespecteerd en geëerd door het bezoek.

Op naar Masters!

Ranjeeta (het hoofd van de opleiding) is in Noorwegen, studeert epidemiologie na haar eigen Masters en komt dan terug naar Nepal.

Het curriculum voor de masters is zo goed als voltooid! Wordt nu op inhoudelijkheid en kwaliteit getoetst. De verwachting is dat in 2017 zal worden gestart! Een tweede opleiding Bachelor fysiotherapie is in voorbereiding .

Aansluiting WCPT is geregeld en op het wereldcongres zijn twee posters van Nepal geaccepteerd.

Het laatste blok PELVIC Floor zal door Mariet en team in 2016 worden gegeven en dan wordt het stokje overgedragen aan Masters op de Kathmandu University of Medical Science van Nepal.



Dinesh en Lata blijven werkzaam in de Nepalese Stichting, Care and CURE.

We zijn trots en blij met het resultaat van 15 jaar doorzetten!

Chapeau voor Nepal fysiotherapie en NEPTA!

## Wederopbouw in Ghorka district (weg naar Amp Pipal)

De wederopbouw gaat goed met de donaties gegeven door jullie allen . Dank daarvoor.

Na de aardbeving..  
September 2015







# NIEUWSBRIEF



## Ontmoeting met een bijzonder iemand

In de schoolboeken van de kinderen van Kathmandu wordt ze genoemd: AMA GHAR.

Een vrouw die het op zich genomen heeft ouderen zonder identiteit een onderdak en eten te verschaffen en te verzorgen.

In Nepal kent men geen bejaarden of verzorgingstehuizen. De familie zorgt voor de oudere mens.

Nu de gemiddelde leeftijd stijgt is dat voor sommigen een te grote belasting en zij dumpen hun moeder/vader op straat.

Geen identiteit betekent ook vaak analphabeet en het betekent ook geen staatspensioentje.

In Ama Ghar's huis wonen 35 vrouwen, allen opgeraapt van de straat.

Zonder extra gelden is het armoe troef, met zessen op een klein kamertje, geen verwarming, twee toiletten voor allen samen, geen douche ect. Eten wordt gegeneerd in restanten en giften. Helaas ook geen medische zorg.

De Stichting Care and Cure en daarmee indirect Amp Pipal heeft een maandelijkse consultatie in het huis aangeboden.

Extra zorg zal per persoon worden gezien.

LIONS club Kathmandu Shangrila zal op de consultatiedag voor een maaltijd voor allen zorgen.

Zaterdag 16 januari een dag voor alle AMA's.



*En wie kwamen we tegen in Besisahar ???*

*Kroonprins Frederik van Denemarken..*

*Sunita en Mariet hebben zich maar even zelf voorgesteld aan de prins.*

*Een mooie ervaring en een gelegenheid om ons ziekenhuis te tonen.*

*Dat we niet echt passend gekleed waren voor de gelegenheid mocht de pret niet drukken..*



# NIEUWSBRIEF



## NIEUWS NIEUWS NIEUWS

### DRAAGBARE ECHO van FYZZIO gaat levens redden!

DE ECHO oorspronkelijk ontwikkeld voor gebruik in de fysiotherapie heeft met een andere probe gynaecologische waarde.

De draagbare echo getest op zijn genaecologische diagnostiek in het ZIEKENHUIS HEERLEN is kwalitatief klasse! Hiermee hebben we de mogelijkheid om in de afgelegen gebieden medische diagnostiek toegankelijk te maken voor de arme bevolking .

Draag een steentje bij aan de aanschaf van de echo ...en red een leven in de HIMALAYA.

#### FANTASTISCH!!!!!!

Een doosje zo groot als een halve A4 zal de basis gaan vormen van de mogelijkheid om in de afgelegen gebieden van NEPAL te zorgen voor diagnostiek waar voorheen alleen konden dromen.

Wanneer we na drie dagen reizen aankwamen waren de omstandigheden altijd zeer primitief en diagnostiek was dan ook alleen mogelijk op voelen en vragen.

Als er iets mis ging waren de vrouwen vaak te laat ,Bloeden ze dood en stierf het kind....

Gebroken botten werden zo goed als dat kon aan elkaar gezet met takken en repen stof.

Buikproblematiek was een kwestie van afwachten...



Dit apparaatje kan gewoon gekoppeld aan een laptop en in de rugzak gedragen.

Het weegt bijna niets en de resultaten kunnen op de laptop worden uitgelezen .

WE kunnen nu de vrouwen op tijd naar de stad sturen,adviezen geven op orthopedisch gebied en buikproblematiek bekijken.

LEVENS REDDEN en invaliditeit voorkomen.!

De ECHO krijgt een mooie kunststof verpakking met een ruimte voor de probes.

Het gebrek aan electriciteit wordt opgelost met extra accu/batterijen.

De moesson met de waterdichte omhulling.

Het gebrek aan kennis met een opleiding door FYZZIO gratis aangeboden.

Onderhoud en reservematerialen kunnen binnen een week worden geleverd.

NU nog de fondsenwerving!!!!

### *Jorik Vellekoop en Mariet Mulders in opleiding voor een nieuw beroep?*

*Nu de draagbare echo is besteld moet er over heel wat zaken worden nagedacht!*

*Een van die zaken is hoe we deze Echo optimaal kunnen gebruiken in een land als NEPAL.Allereerst natuurlijk de gebruiksaanwijzing van de apparatuur.Dat is het minst moeilijke deel gezien de mooie instructiefilmpjes die met de ECHO worden meegeleverd.*

*De interpretatie van de gemaakte ECHO.s is een tweede.. Jorik zal de interpretaties gaan overdragen aan onze gynaecologen Dr Binod Savanna Sharma en een gynaecologe in Besisahar en Sunita als verantwoordelijke trainer en vrouwen gezondheidsdeskundige in NEPAL.*

*Mariet krijgt een vierdaagse opleiding gedoneerd door FYZZIO om de anatomisch/orthopaedische interpretaties door te geven aan Dinesh en Lata en een orthopaedisch chirurg.*

*Het doel is tweeledig;*

*In de afgelegen gebieden in de bergen kunnen we met deze apparatuur diagnostiek doen in een breed gebied van het menselijk lichaam en daarmee mensenlevens redden .*

*In het ziekenhuis kunnen we met deze apparatuur en Dr Binod en Dinsh Chataut en Sunita Luintel commerciële diagnostiek regelen die geld in het laatje gaat brengen van CARE and CURE.*

*Van iedere Echo gaat een gedeelte naar de Nepalese Stichting die dat geld weer gebruikt om de armere landgenoten te helpen en de onderzoekskampen in de verlegen gebieden gaat financieren en bemannen. Daarmee zetten we een volgende stap op weg naar autonomie van Medische hulp in ons project.*





# NIEUWSBRIEF



## Een korte impressie van mijn eerste reis naar Nepal. Wat een belevenis!

*Door Agnes Gerritsen*

Al mijn zintuigen zijn geweld aangedaan; zoveel mensen, drukte verkeer, lawaai, geuren (eufemisme voor stank). Overweldigend.

Ik ben maar achter de meer ervaren Nepalgangers aangehobbeld en heb alles over me heen laten komen, inclusief het gemis van de bagage de eerste drie dagen. Weet niet of de Nepalezen het gewoon vinden dat westerlingen zo stinken, maar ze zeiden er niets van. Waarschijnlijk zijn ze daar te aardig en beleefd voor.

Er was nog veel schade van de aardbeving te zien: kapotte huizen, grondverschuivingen, tenten, kapotte wegen. Maar misschien waren die al kapot voor de aardbeving, tenminste, datgene dat weg mocht heten.

De straten waren ook vol met mensen, koeien, geiten, kippen en vooral honden. En al het verkeer reed daar al toeterend omheen.

Heb ook min of meer geholpen met spreekuur doen in de dorpen (apothekersassistente gespeeld) en was onder de indruk van de hoeveelheid mensen die op zo'n spreekuur afkomen. En dat allemaal in geïmproviseerde "spreekkamers". Albert heeft een dag op zijn knieën spreekuur gedaan met de patiënten op de grond. En de kleine veyertjes van het dorp hadden de dag van hun leven!

Ik heb veel waardering voor de inzet van mensen als Sunita en Dinesh die daar veel werk verzetten, en voor hun 12 jarig dochtertje Sudiksha die als een volwassene meewerkt.

En wat een contrast als je die armoe ziet, en wij dan lekker in een luxe hotel zitten, al dan niet met kakkerlakken. Van de bergen niet veel gezien, maar aangezien de Himalaya in Nepal ligt, schijnen ze er toch te zijn. Maar we kwamen ook niet voor de bergen.

Dit was voor mij een indrukwekkende belevenis, en ik denk dat ik Nepal op een heel andere manier heb gezien dan de meeste toeristen.





# NIEUWSBRIEF



## Centjes verdienen in NEPAL? Utopie of werkelijkheid? Chatagaun de nieuwe basis.

DR Binod gaat opereren in Chatagaun.  
Dit dorp ligt op een uur rijden van Kathmandu en is voor Dr Binod makkelijk te bereiken na zijn normale werkzaamheden.

Iedere donderdagmiddag houdt hij spreekuur en indien nodig kan er ook geopereerd worden.

Helaas was het ziekenhuis zwaar beschadigd door de aardbeving toen we in september gingen kijken en opereren leek het repareren een onmogelijke taak.

Inmiddels heeft Chatagaun een donatie ontvangen van WHO (World Health Organisation) en daarmee kan voor een jaar de salariering worden betaald van de staf. In die tijd moet het plan om gedeeltelijk commercieel en gedeeltelijk gedoneerd te werken gerealiseerd zijn.

Een hele uitdaging! De vloer van de Operatiekamer is van cement. de lamp moet vervangen. De operatiekamer is van afmeting kleine keuken en er is geen recovery in welke zin dan ook.

Albert en Gerhard en Dr Binod opereerden dan ook met de billen tegen de achterwand in veel te kleine operatie pakken. Hilarisch om te zien.

Chatagaun blijft in het plan en we zoeken nu naar investeerder in Nepal die toekomst ziet in dit ziekenhuisje. De bedoeling is dat Binod en Dinesh samen Ceo worden en een gedeelte van hun inkomsten doneren aan CARE and CURE.

We gaan het zien !

*Chatagaun recovery*



*Chatagaun Medical team*





# NIEUWSBRIEF



## Kerstwens in de boom van IKEA

31-12-2015 bereikte ons het bericht dat IKEA de kerstwens die Mariet en Ollie in de boom van IKEA hadden gehangen werd beloond en op 6 januari zou worden uitgereikt.

De wens:

Tien nieuwe dekens voor Besisahar kinderafdeling en speelgoed voor hostels van de gehoorgestoorden en de dakloze kindjes.

Wat we kregen was veel meer dan dat! Op het laatste moment bedachten we dat IKEA ook kranen heeft en vroegen we de twee duurste keukenkranen uit het assortiment om in de komende reis te installeren op de operatiehandenwasafdeling die nu behept is met een twee krakkemikkige kranen die met de hand moeten worden dichtgedraaid. Hetgeen natuurlijk altijd problemen oplevert als er geen zuster in de buurt is en je eigen handen niets meer mogen aanraken voor ze steriel verpakt worden.

We kregen de kranen! Twee nog wel!

We kregen teken en schrijfgoed....handpoppen om toneel te spelen bij de voorlichtingsmiddagen in de scholen en dorpen.

Prachtige houten spellen voor het gehoorgestoorden hostel.

Kruiptunnels voor de kleintjes en een evenwichtsbalk voor het Chatagaun hospital om te revalideren.

Bedankt IKEA!



**ONDERZOEK IN BEWEGING**  
symposium voor (para)medici

**OPTIMALE TRAININGSINTENSITEIT BIJ CHRONISCHE AANDOENINGEN: TECHNOLOGIE OF MENSENWERK?**  
Collegae fysiotherapeuten!!!

Vergeet vooral niet in te schrijven voor het Onderzoek in Bewegen symposium te Maastricht!

**27 februari 2016**

Uw vertrouwde weg naar actuele kennis en kunde.

Onderzoek in beweging steunt al jaren de ontwikkeling van de fysiotherapie in Nepal via onze Stichting.

*Omdat het de 20e editie is krijgt elke 20e deelnemer van OIB 50% korting op de toegangsprijs!*

## Geplande activiteiten

Sponsordiner DE LEUF Ubachsberg  
Datum nader te bepalen .Wij houden u op de hoogte

Tuinmiddag in Gulpen in de prachtige tuin van Marian vander Weijden.  
[www.vanmoerastotparadijs.nl](http://www.vanmoerastotparadijs.nl)

[WWW.VRIENDENVANAMPPIPAL.COM](http://WWW.VRIENDENVANAMPPIPAL.COM)

Steun ons: NL69 INGB 0667 9684 23