



FLAMBOYANT



EEN VRIJZINNIG & HUMANISTISCH TIJDSCHRIFT
UIT VLAAMS-BRABANT

juli/augustus/september 2020
Vlaams-Brabant

10

**ABORTUS
IN BELGIË**

14

**ALS OUDEREN
KLAAR ZIJN
MET HET LEVEN**

26

**LEVEN NA
VERSLAVING**



"PER JAAR ZETTEN WERELDWIJD
NAAR SCHATTING 20 MILJOEN VROUWEN
HUN LEVEN OP HET SPEL DOOR EEN
ONVEILIGE ABORTUS TE ONDERGAAN."



EEN VRIJZINNIG &
HUMANISTISCH TIJDSCHRIFT
UIT VLAAMS-BRABANT

juli/augustus/september 2020
Vlaams-Brabant

Dag lezer van Flamboyant

Dit tijdschrift sturen we je met plezier gratis.
Je kan de vorige edities lezen en
je online abonneren op
www.vlaamsbrabant-demens.nu/flamboyant.
Je kan lid worden van onze Vrijzinnige
Gemeenschap door 15€ te storten op
BE72 0011 7775 6216 van Humanistisch
Verbond (HV), met vermelding HV lidgeld.
Kijk op onze website voor meer details.

Als je Flamboyant niet meer wenst te
ontvangen of als je adres gewijzigd is, stuur
een mailtje naar redactie@flamboyant.be



3 _____

Voorwoord

4 _____

Thema 'Bio-ethische problemen': Ligt het levenswerk
van Etienne Vermeersch onder vuur?

6 _____

Thema 'Bio-ethische problemen': Abortus, ook een onderwerp om
over te praten in de klas

9 _____

Lokaal Nieuws Halle

10 _____

Thema 'Bio-ethische problemen': Abortus, over de cijfers en het
belang van preventie

14 _____

Thema 'Bio-ethische problemen': Stop de wereld, wij willen eraf!

17 _____

Thema 'Bio-ethische problemen': Nederland op weg
naar 'voltooidlevenwet'?

20 _____

Verlof? Nee, vrijwilligerswerk.

21 _____

Niet te missen in Diest

22 _____

Een, twee, drie. Zo simpel kan doodgaan zijn
- column door Benny Madalijns

24 _____

De bananen van mijn buurman - column door Sonja Callay

25 _____

Selfie

26 _____

Bijna 23 jaar later - overpeinzingen

30 _____

Kalender

COLOFON

Flamboyant is het tijdschrift van de vrijzinnige verenigingen uit de provincie Vlaams-Brabant en verschijnt driemaandelijks.
V.U. René Van Audenhoven - Brusselsestraat 332 - 3000 Leuven

Interim hoofdredacteur: Vladimir Sartor

Redactie: Heidi Hermans, Etienne Maes, Veerle Magits, Luc Veroeveren, Joseph Hombroeckx, Kristof Leën, Sonja Callay,
Vincent Punie

De redactie kan niet verantwoordelijk gesteld worden voor de persoonlijke opinies die in de artikels aan bod komen.

VOOR WOORD

Dag lezer,

De voorbije maanden waren niet alleen getekend door de corona-epidemie, maar ook door bestuurlijke chaos, een mondiale anti-racismebeweging en economische perikelen. We hopen dat jullie deze periode goed hebben doorstaan.

Ook al waren al onze activiteiten geschrapt, de huizenvandeMens hebben niet stilgezeten. Zowel deMens.nu (www.woordenvantroost.be) als het Humanistisch Verbond hebben op digitale wijze onze mentale weerbaarheid proberen op te krikken, en beiden betuigden hun solidariteit met de zorgverstrekkers. Het belang van vrijwilligerswerk vind je trouwens terug in de bijdrage 'Verlof? Neen, vrijwilligerswerk' (p.20) en wordt ook benadrukt in het artikel 'Bijna 23 jaar later' (p. 26).

Voor de komende periode zijn enkele activiteiten gepland. Weliswaar onder voorbehoud. Volg zeker de website of Facebookpagina van de organisatoren voor up-to-date info.

In dit nummer gaan we verder in op de hommage aan Etienne Vermeersch (zie vorig nummer), en dit op basis van de ethische dossiers die nu op tafel liggen. Dossiers die zijn stempel dragen. Abortus en euthanasie krijgen immers opnieuw publieke en parlementaire aandacht. Er lagen wetswijzigingen op tafel die de toepassingen zouden uitbreiden, maar die zijn door een conservatieve samenwerking tegengehouden. Het zelfbeschikkingsrecht en de individuele autonomie staan op de tocht. De soap rond het sterk gemediatiseerd assisenproces rond de euthanasie bij psychisch lijden van Tine Nys staat ons nog goed voor ogen. De tegenstanders bereikten, ondanks de vrijspraak, hun doel: twijfel zaaien.

Het euthanasiethema kwam ruim aan bod in de pers, met uitzondering van het aspect van 'voltooid leven'. Dat belichten we uitgebreid van p. 14 tot 19. Traditiegetrouw doet ook Benny Madalijns zijn duit in het zakje.

In dit nummer leest u ook een eerste column van ons nieuw redactielid, Sonja Callay. Opnieuw een stap in de verjonging van onze redactie!

We wensen jullie veel leesplezier en een deugddoende zomervakantie. Hou het gezond, vermijd doemdenken en zoek verbinding in het nieuwe normaal.

Etienne Maes

× THEMA BIO-ETHISCHE PROBLEMEN ×



Campagne van Dolle Mina Gent Abortus Vrij, 1973

LIGT HET **LEVENSWERK** VAN ETIENNE VERMEERSCH **ONDER VUUR?**



Sinds Etienne Vermeersch er niet meer is, missen we zijn stem bij tal van ethische vraagstukken: de uitbreiding van de abortuswet tot 18 weken, de evaluatie van het politiek religieus beladen euthanasieproces, euthanasie voor dementerenden en bij 'voltooid leven', het klimaatprobleem ... Moeten we op onze hoede zijn dat de verworven ethische vooruitgang teruggedraaid wordt? In dit artikel lichten we de abortussituatie door. Een thema dat, eigenaardig genoeg, niet dezelfde media-aandacht krijgt als de andere ethische kwesties.

Abortus uit de illegaliteit

Tegenwoordig is abortus legaal, maar abortus was lange tijd niet toegestaan. Vrouwen die ongewenst zwanger waren en hun zwangerschap wilden onderbreken, waren dus aangewezen op een illegale abortus. De aborteurs hadden goede bedoelingen maar een slechte medische kennis. Met alle gevolgen van dien: vrouwen kregen vaak bloedingen en ze liepen inwendige verwondingen op. Bovendien kon het gebeuren dat een vrouw infecties kreeg door een gebrek aan hygiëne tijdens en na de behandeling. Die konden zelfs tot de dood van de vrouw leiden.

Dit was niet de enige mogelijkheid om een abortus te ondergaan, sommige vrouwen probeerden zelf de vrucht af te drijven. Soms leefden ze met een haaknaald

VAN KRUIHOF, VAN USSEL EN VERMEERSCH IS GEWETEN DAT ZE ONGEWENST ZWANGERE VROUWEN NAAR DE ABORTUSKLINIEK VAN BERGEN-OP-ZOOM BRACHTEN.

in hun baarmoeder verder, ze slikten een drankje of werden geholpen met een zeepsuit. Vrouwen konden hierdoor hun leven lang onvruchtbaar blijven.

Sinds 1990 is abortus legaal, onder bepaalde omstandigheden. Er bestaan tegenwoordig goede technische middelen om een abortus uit te voeren. In België worden de zuigcurettage en de abortuspil gebruikt.

Protagonisten in het maatschappelijk debat

De legalisering was het gevolg van een heftig maatschappelijk debat waarin wetenschappers van allerlei disciplines, maar ook studenten en Dolle Mina zich lieten horen. De debatten rond abortus centreerden zich, net als de Mei '68/Maart '69 beweging, rond de vraag om vrije beleving van seksualiteit en het afzetten tegen normen en waarden die van bovenaf worden opgelegd. De strijd rond abortus werd verbonden met de bredere beweging van de tweede feministische golf en de nieuwe sociale bewegingen. Een van die bewegingen waren de CGSO's (Centra Voor Geboorteregeling en Seksuele Opvoeding). Ter illustratie van de strijd: de ruiten van het CGSO in Diest, waar affiches pro legalisering ophingen, werden regelmatig met stenen ingegooid.

Het eisenpakket van Dolle Mina en het Abortuscomité luidde: abortus moet uit het strafrecht worden geschrapt; vrouwen moeten zelf kunnen beslissen over hun lichaam; abortus moet terugbetaald worden zodat het voor elke vrouw financieel mogelijk wordt; er moet betere seksuele voorlichting komen in middelbare scholen en er moeten regionale abortuscentra worden ingericht én gefinancierd door de overheid.

In het abortusvraagstuk kiest in Gent de sectie Moraalwetenschappen met Apostel, Kruithof, Vermeersch, Van Ussel en Van den Enden onvoorwaardelijk voor het zelfbeschikkingsrecht van vrouwen.

Van Kruithof, Van Ussel en Vermeersch is geweten dat ze ongewenst zwangere vrouwen naar de abortuskliniek van Bergen-op-Zoom brachten.

In 1971 publiceerde Hugo Van den Enden (1938-2007) het boek 'Abortus, pro en contra'. Hierin neemt hij de argumenten van de tegenstanders van abortus onder de loep en pleit hij voor de legalisering van abortus. Dit boek is in Vlaanderen nog steeds een standaardwerk.

Ook aan de medische faculteit was abortus een belangrijk thema. In het Universitair Ziekenhuis werden onder toezien oog van gynaecoloog en publiek figuur

Michel Thiery abortussen uitgevoerd om medische redenen, ook al was dat bij wet verboden.

Hoewel de abortuskwestie al in de jaren '70 op de parlementaire en publieke agenda stond, duurde het tot in 1980 vooraleer in Gent de eerste abortuskliniek, 'Kollektief Anticonceptie', werd opgericht. Pas in 1990 zou de abortuswet Lallemand-Michielsens gestemd geraken. Zowel Kollektief Anticonceptie als Lallemand-Michielsens lieten zich inspireren en assisteren door onder meer Vermeersch en Van den Enden.

Mini-koningskwestie van 1990

De stemming van de abortuswet gebeurde niet zonder slag of stoot. De 'mini-koningskwestie' van 30 maart 1990 beroerde de gemoederen. Koning Boudewijn weigerde toen de 'abortuswet' (wet tot gedeeltelijke depenalisering of 'uit het strafwetboek halen' van abortus) te ondertekenen, wat in een grondwettelijke crisis dreigde uit te monden. Zijn standpunt was ingegeven door de rechtse charismatische beweging. De regering stelde Boudewijn daarom twee dagen 'in de morele onmogelijkheid om te regeren'. Het door het parlement goedgekeurde wetsontwerp 'Lallemand-Michielsens' werd daaropvolgend door de Ministerraad bekrachtigd en ondertekend (wet van 3/4/1990 – B.S. 5/4/1990). Na jaren politieke strijd had ook België een geliberaliseerde abortuswet.

De wet maakt onderbreking van de zwangerschap mogelijk tot 12 weken, met een bedenktijd van 6 dagen. Alleen indien er levensgevaar is voor de moeder of bij ernstige afwijking bij de foetus kan die termijn overschreden worden.

Uitbreiding weggestemd

Een progressieve coalitie (geïnspireerd door de abortuscentra) diende eind 2019 een wetsvoorstel in waarbij de abortustermijn wordt opgetrokken naar 18 weken en de bedenktijd verlaagd naar 48 uur. Vlaams Belang, CD&V en N-VA hebben dit tegengehouden.

Bij het ter perse gaan van deze Flamboyant vernamen we echter dat de Kamer op 2 juli het debat over de versoepeling van de abortuswet herneemt. Ze doet dit nadat de Raad van State recent liet weten geen fundamentele opmerkingen te hebben bij het voorstel. Zit er dus terug schot in de zaak, of koppelen CD&V en N-VA hun regeringsdeelname aan een veto voor de herziening? Wordt vervolgd.

E.M.

ABORTUS, OOK EEN ONDERWERP OM OVER TE PRATEN IN DE KLAS



Over ethische onderwerpen zoals euthanasie is rijkelijk wat didactisch materiaal voorhanden. Over het thema abortus bestaat nauwelijks iets. In dit artikel reiken we twee werkvormen aan die je kan gebruiken om over zwangerschapsafbreking te debatteren in de derde graad van het secundair onderwijs. Mits wat creativiteit kan alles aangepast worden aan andere niveaus.

In de debatten over abortus staan zelfbeschikkingsrecht en verantwoordelijkheid centraal. Op het einde van de les(sen) kunnen de leerlingen een duidelijke mening vormen over abortus, deze mening verdedigen en zich verplaatsen in een ander.

Achtergrondinformatie:

Abortus is het voortijdig afbreken van een zwangerschap.

België heeft sinds 1990 een wet die dat mogelijk maakt tot 12 weken. In het Verenigd Koninkrijk is abortus gelegaliseerd sinds 1967, in Frankrijk sinds 1975. In Nederland is het toegestaan om abortus te plegen tot de 24ste week van de zwangerschap onder medisch toezicht, maar artsen hanteren voor de zekerheid gemiddeld een maximale zwangerschap van 21 weken sinds 1981.

1) TWEE DEBATVORMEN

In deze les kan je kiezen uit twee verschillende discussiemogelijkheden.

- De eerste mogelijkheid is om enkele **discussiestellingen** op te schrijven waarbij de leerlingen mogen reageren. Deze mogelijkheid is vooral geschikt bij lessen van één uur. Als je dubbele lesuren hebt, raden wij mogelijkheid twee aan.
- De tweede variant is het **carrouseldebat**. Hierbij deel je de leerlingen op in drie groepen. Groep 1 zijn de voorstanders, groep 2 de tegenstanders en groep 3 de rechters. De rechters zullen uiteindelijk een concluderend oordeel vellen over het debat.

Het carrouseldebat gaat als volgt: je kiest één van de onderstaande discussiestellingen of je bedenkt zelf een stelling. Vervolgens gaan de voor- en tegenstanders bij elkaar zitten om argumenten te bedenken. Geef de leerlingen hiervoor zo'n 5 à 10 minuten. Hierna kan er een debat plaatsvinden, waarbij jij als leerkracht de debatleider bent. Wanneer alle argumenten de revue zijn gepasseerd, vatten de rechters de discussie samen en doen een uitspraak.

Wanneer er veel tijd is, kunnen er meerdere stellingen worden bediscussieerd in het carrouseldebat. Hierbij kunnen de leerlingen steeds een andere rol krijgen.

Mogelijke discussiestellingen

- Abortus zou verboden moeten zijn, het is eigenlijk moord.
- Het is beter om abortus te plegen als je weet dat één van de ouders het kind niet wil hebben.
- Het is altijd aan de vrouw om te beslissen of zij het kind wil houden, ook al is de vader het er niet mee eens.
- Het is een mensenrecht om abortus te mogen plegen.
- Minderjarigen zouden verplicht abortus moeten plegen, omdat zij niet goed voor een kind kunnen zorgen.

2) ARGUMENTATIE-ANALYSE

Deze werkvorm biedt heel wat mogelijkheden. Er kan individueel of in groep gewerkt en gerapporteerd worden. Een huiswerkopdracht kan overwogen worden, met nadien een klassikale bespreking.

De degelijke website www.scholieren.com (een aanrader!) geeft een mooi voorbeeld hoe ons thema kan uitgewerkt worden. Er wordt wel wat voorkennis verwacht.



Het is misschien wel de lastigste keuze waar een vrouw (en natuurlijk vaak ook de man) voor kan komen te staan. Pleeg ik wel of geen abortus? Maar wat zijn de argumenten tegen abortus? Welke argumenten gebruiken mensen om abortus af te wijzen? Waarschijnlijk heb je al een mening over dit onderwerp, maar voor een beter doordachte mening doe je er toch goed aan je eerst af te vragen welke argumenten er zijn. Hieronder vind je een overzicht van de meest gehoorde tegenargumenten. En zoals ook bij andere overzichten: niet ieder argument is even sterk dan wel doorslaggevend. Dit overzicht is enkel bedoeld om de argumenten tegen abortus helder te krijgen. Om te informeren. Of de argumenten je overtuigen en jij ze moet aanvaarden, is een tweede. Wees kritisch!

De 20 argumenten tegen abortus (in willekeurige volgorde)

Waarde van het kind

1. Het leven (van het kind) begint vanaf de conceptie/eideling. Abortus is vervolgens niets anders dan moord in de zin van het moedwillig ontnemen van leven. Dit gaat in tegen het beginsel van onschendbaarheid van leven.
2. Ook al omarm je niet de absolute onschendbaarheid van het leven van het ongeboren kind, dan nog weegt het recht tot leven steeds zwaarder door dan het recht van de moeder om over haar eigen lichaam te beschikken. Dit heeft ze in zekere zin eerder opgegeven (zekere wanneer de zwangerschap 'een foutje' is).
3. Het recht van de moeder om over haar eigen lichaam te beschikken kan geen argument zijn. Het ongeboren kind kan namelijk los worden gezien van het lichaam van de moeder.
4. In een geciviliseerde samenleving past het niet om moedwillig een ander pijn te doen en al helemaal niet om een ander het leven te ontnemen. Bij abortus is hier ook sprake van.
5. (indien tegenargument 1 niet omarmd wordt) Indien je van mening bent dat het vruchtje geen echt mensje is dan moet je in ieder geval onderkennen dat het vruchtje wel deze potentie heeft. Omdat je dit weet (dat het vruchtje kan uitgroeien tot een echte baby) is het vruchtje waardevol genoeg om beschermd te worden.

Alternatieven

6. Vaak zijn de redenen voor abortus op z'n minst discutabel. Komt het bijvoorbeeld ongelegen qua carrière? Een vrouw kan ook later carrière maken. Ook met een kindje met downsyndroom kun je een goed leven leiden.
7. Al is de reden misschien niet discutabel (in tegenstelling tot tegenargument 6) dan nog kunnen er goede alternatieven zijn waarbij het kind wel kan blijven leven. Bijvoorbeeld adoptie zou overwogen kunnen worden. Indien abortus om medische redenen wordt overwogen, moet niet onderschat worden wat de gezondheidszorg nu al kan betekenen (en helemaal in de toekomst kan betekenen).



KUNNEN DEZE ARGUMENTEN JE OVERTUIGEN? KAN JE ZE AANVAARDEN? DEBATTEER EN WEES KRITISCH!

Medische complicaties

8. Een abortus verhoogt - al is dit minimaal - de kans op directe medische complicaties. Nu zijn er meerdere technieken om een vrucht af te drijven (bijvoorbeeld zuigcurettage). Afhankelijk van de gekozen techniek loopt de moeder ook een zeker risico.
9. Een abortus verhoogt - al is dit minimaal - de kans op latere medische complicaties bij de moeder indien ze opnieuw zwanger wordt (denk aan buitenbaarmoederlijke zwangerschap en mogelijke miskramen).

Gedwongen zwangerschap?

10. Indien de moeder onvrijwillig zwanger is geworden - bijvoorbeeld door verkrachting - dan kan dit niet gelden als rechtvaardiging voor abortus. In dat geval wordt het ongeboren kind namelijk bestraft terwijl eigenlijk de dader gestraft zou moeten worden.

Gevolgen

11. Indien we abortus toestaan, kan dit de indruk wekken dat dit een vorm van anticonceptie is (ondanks alle medische complicaties). Dit moet te allen tijde worden voorkomen.
12. Indien we abortus toestaan, dan zetten we indirect ook de deur open voor andere levensontnemende handelingen (euthanasie, doodstraf). Je ziet ook in andere landen dat abortus wordt ingezet als instrument voor gezinsplanning. Dit moet je te allen tijde voorkomen.
13. Het is onmogelijk om een grens te trekken. Mag abortus nog wel bij 18 weken? 24 weken? Bij 25 weken? Waarom niet bij 30 weken? Waarom niet bij 7 weken? Iedere grens is discutabel. Dit zegt al genoeg: niet doen.

Financieel

14. Een abortus wordt niet (volledig) betaald door de vrouw maar wordt eigenlijk gefinancierd door anderen (andere verzekerden/de samenleving). Is het wel rechtvaardig als andere mensen betalen voor het losbandige gedrag van de moeder (behalve verkrachting e.d.)?

De moeder

15. Vaak zijn het jongeren die voor de keuze staan om de zwangerschap voortijdig moedwillig af te breken. Omdat ze echter nog zo jong zijn (denk ook aan jongeren onder de 18) is het voor hen onmogelijk om hun handelen te overzien.
16. Veel moeders ervaren op het moment zelf - dus als ze voor de keuze staan - enorme spanning. Indien we abortus niet toestaan, wordt dit voorkomen.
17. Sommige vrouwen hebben op late leeftijd spijt van hun keuze.

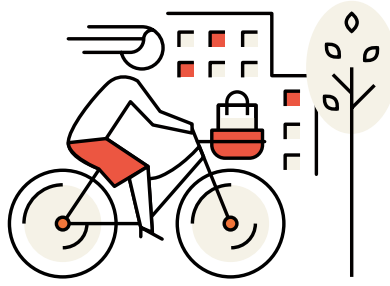
Overig

18. Bekende mensen uit het verleden zouden waarschijnlijk niet geleefd hebben als destijds dezelfde standaard werd gehanteerd. Sprekend voorbeeld: Beethoven.
19. Stel: je eigen moeder had jou weg laten halen. Had je dit kunnen begrijpen? Had je dit gewild?
20. Het gaat in tegen de ideeën van veel levensovertuigingen en religies.

Bent u leerkracht en hebt u suggesties of lesschema's voor andere onderwerpen die we in Flamboyant kunnen aansnijden? Mail ze zeker naar redactie@flamboyant.be. Flamboyant biedt u een mooi platform om ze te delen met uw collega's en andere geïnteresseerden.

E.M.





LOKAAL NIEUWS HALLE

BERENJACHT

Tijdens de lockdown werkte heel ons team van thuis uit. We hadden wel een permanentie voorzien in het huisvandeMens: beertje Knubbe die een berg waardevol wc-papier bewaakte. Een opvallende deelnemer aan de plaatselijke 'Berenjacht'!



WERELDHUMANISMEDAG MET AANDACHT VOOR ZORGVERLENERS

Op zondag 21 juni was het Wereldhumanismedag. Ondanks de vreemde realiteit waarin we al een aantal maanden leefden, wilden we die toch niet onopgemerkt laten voorbijgaan. We kozen ervoor om zorgverleners in de bloemetjes te zetten. Op Facebook lanceerden we een oproep: wie verdient volgens jou een attentie? We kregen enkele hartverwarmende reacties en vijf gelukkigen kregen een boeketje.



Verder deelden we ook groeikaartjes uit aan het personeel van twee woonzorgcentra waar we nauw mee samenwerken: Seniorie De Maretak in Halle en WZC Zennehart in Alsemberg. De voorbije periode waren een uitzonderlijke beproeving voor hen en hun bewoners. Met de kaartjes wilden we deze helden van de zorg duidelijk maken hoezeer we hun niet-aflatende inzet appreciëren.

Als ze hun groeikaartje buiten of in een potje 'planten' en goed verzorgen, groeien er prachtige bloemen uit. Dik verdiend!



× THEMA: BIO-ETHISCHE PROBLEMEN ×

ABORTUS, OVER DE CIJFERS EN HET BELANG VAN PREVENTIE



Uit het Sexpert-onderzoek in Vlaanderen blijkt dat 1 op 4 zwangerschappen ongepland is. Maar niet elke ongeplande zwangerschap is ongewenst.



In België is de registratie van het aantal zwangerschapsafbrekingen verplicht. De verplichte registraties worden opgevolgd door de Nationale Evaluatiecommissie betreffende de zwangerschapsafbreking. Het rapport bevat gegevens van 2012 tot en met 2017 over het aantal geregistreerde abortussen in België, de ingeroepen noodsituaties en de abortustechniek.

- De **globale trend is dalend**; er zijn minder abortussen en dit wordt niet verklaard door een afname van het aantal vruchtbare vrouwen. Als we het abortuscijfer bekijken - dit is het aantal abortussen op 1.000 vrouwen in vruchtbare leeftijd - dan zien we sinds 2012 een afname. In 2017 bedraagt dit cijfer 8,5. Dat betekent dus dat er ongeveer 8 abortussen zijn op 1.000 vrouwen tussen 15 en 44 jaar. In 2012 was dit 9,6. België behoort tot de 5 landen met de laagste abortuscijfers.
- De **gemiddelde leeftijd** waarop vrouwen in 2017 voor abortus kozen was 28,5 jaar. Het is dus onjuist dat abortus vooral bij min 20-jarigen plaatsvindt.
- De **voornaamste redenen** die vrouwen aanhalen voor abortus is: momenteel geen kinderwens (27%), voltooid gezin (13%) en te jong (9%). Het is dus onjuist dat enkel een bepaald soort vrouwen kiest voor abortus. Mensen denken veelal dat er een soort vrouwen is die abortus kiest als oplossing, en andere die dat niet doen. Beelden zoals het 'tentsletje', de promiscue alleenstaande feministe of de op carrière beluste zakenvrouw tegenover de rechtgeaarde huisvrouw of werkende echtgenote komen dan bovendien. Maar dat klopt niet. Je zou

kunnen zeggen dat, in de lijn van de huidige cijfers, de gemiddelde vrouw die een abortus ondergaat in België, 28,5 jaar oud is, een vaste partner heeft en één of twee kinderen heeft. De gemiddelde vrouw bestaat echter niet. We moeten dus stellen dat elke vrouw in haar vruchtbare periode kans maakt om tijdens haar (lang) vruchtbaar leven geconfronteerd te worden met een ongewilde zwangerschap en dus een keuze zal moeten maken. Jong of ouder, gehuwd of single, reeds moeder of nog niet, gelovig of niet ... de realiteit is dat 1 op 5 vrouwen in België ooit kiest voor abortus.

- De meerderheid van de vrouwen die voor abortus kozen, gebruikte een **anticonceptiemiddel/-methode** (56%); meer dan de helft hiervan gebruikte de pil (26,70%) en 15% het condoom.

Cijfers over tieners

In 2017 werden in België 1.544 zwangerschapsafbrekingen uitgevoerd bij 15- tot 19-jarigen. Bij ongeveer 6 op 1.000 meisjes tussen 15 en 19 jaar werd dus de zwangerschap afgebroken.

- Het overgrote deel van de tienerabortussen gebeurt bij 18- en 19-jarigen
- 1% van de zwangerschapsafbrekingen gebeurde bij 10- tot 15-jarigen

Het aantal abortussen bij tienermeisjes steeg aanvankelijk (licht) sinds de legalisatie van abortus (1990). Sinds 2009 was er voor het eerst sprake van een stabilisatie tot daling in Vlaanderen. Deze daling blijft zich verderzetten.



**BELGIË BEHOORT
TOT DE 5 LANDEN
MET DE LAAGSTE
ABORTUSCIJFERS.
1 OP 5 VROUWEN IN ONS
LAND KIEST OOK VOOR
ZWANGERSCHAPS-
AFBREKING.**

De verklaring ligt bij een betere en goedkopere anticonceptie. Nochtans blijkt dat de helft van de vrouwen die abortus onderging contraceptie nam. Vandaag kunnen jongeren tot 25 jaar gratis anticonceptiemiddelen krijgen. De morning-afterpil wordt gratis voor alle vrouwen, ongeacht hun leeftijd. Ook het feit dat steeds meer vrouwen op jonge leeftijd voor een spiraal kiezen, die voor langere tijd voor bescherming zorgt, verklaart de daling.

België behoort tot de groep Europese landen met het laagste aantal abortussen bij tieners.

Anti-abortuslobby veroorzaakt veel leed

Een twintigtal argumenten tegen zwangerschapsafbreking is te lezen in het artikel 'Abortus, didactische benadering' op p. 7-8.

In een aantal omringende landen wordt de druk van conservatieve en godsdienstige organisaties alomtersterker om strenge(re) wetten op te stellen. Polen is daar een goed voorbeeld van: zelfs de geboorte van een gehandicapt kind is geen argument voor abortus. In Amerika is de Pro-Life beweging zeer invloedrijk.

Per jaar zetten wereldwijd naar schatting 20 miljoen vrouwen hun leven op het spel door een onveilige abortus te ondergaan. 95% van deze vrouwen leeft in ontwikkelingslanden: ongeveer 80.000 van hen overleven de ingreep niet. Van de vrouwen die het wel overleven, kampt tussen de 10 en 50% met complicaties zoals infecties of blijvende letsels. De Wereldgezondheidsorganisatie ziet een duidelijk verband tussen onveilige abortussen en strenge anti-abortuswetten.

Deze blik op het buitenland leert ons dat de strijd om abortus nog altijd niet gestreden is. De anti-abortuslobby wint aan macht en invloed, hierin ijverig bijgestaan door de godsdienstige autoriteiten. Wat zij gemakshalve uit het oog verliezen, is dat de enige slachtoffers vrouwen zijn en dat men dus systematisch hun rechten met voeten treedt. Dit is een onwaarschijnlijke situatie in een wereld die volop internationale verdragen goedkeurt die mensenrechten (en bijgevolg ook vrouwenrechten) hoog in het vaandel voert, maar zich blijkbaar telkens laat strikken onder druk van fundamentalistische mannengroepen en, onbegrijpelijk voor ons, ook van sommige vrouwen.

In ieder geval, strenge wetten weerhouden vrouwen er niet van om door te gaan met een abortus. Daar ondergaan vrouwen vaak noodgedwongen en clandestien onveilige procedures. Naar schatting 6,9 vrouwen per 1.000 vrouwen tussen de leeftijd van 15 en 44 jaar dienden in 2012 behandeld te worden voor complicaties veroorzaakt door onveilige abortusprocedures.

Abortus kan nooit uitgesloten worden

Ook al moeten we ervan uitgaan dat het beschikbaar stellen van efficiënte voorlichting en een ruime keuze aan anticonceptiemethoden een gezonde politiek voor volksgezondheid is, dan nog kunnen ongewilde zwangerschappen - en dus abortussen - niet uitgesloten worden. Of het nu gaat om het falen van de contraceptie, drastische wijzigingen in de omstandigheden van de zwangere vrouw of het gevolg van seksueel geweld, essentieel is de vrije toegang tot veilige abortus zodat vrouwen die een abortus nodig hebben niet moeten grijpen naar onveilige methoden.

Hoe kunnen ongewenste zwangerschappen voorkomen worden?

Een ongewenste zwangerschap komt door tal van factoren die onderling ook nog eens op elkaar inspelen. Preventie kan zich onmogelijk op alle factoren richten of alles onder controle hebben. In de infomap van Luna (de unie van Nederlandstalige abortuscentra) is een preventieprogramma in 4 stappen opgenomen.

1. Preventie van ongeplande zwangerschap in seksuele opvoeding

Preventie van ongeplande zwangerschap moet als thema gewaarborgd zijn in de relationele en seksuele vorming van jongeren. Zo ontwikkelen jongeren kennis, attitudes en vaardigheden om een ongeplande zwangerschap te voorkomen:

- kennis over de voortplanting en de verschillende (nood)anticonceptiemogelijkheden
- positieve attitudes tegenover hun eigen seksualiteit
- vaardigheden om de anticonceptie te kiezen die bij hen past en om hierover in gesprek te gaan met een partner

2. Laagdrempelig anticonceptieconsult

Een anticonceptieconsult helpt een persoon of een koppel om een passend middel te vinden. Het consult moet laagdrempelig zijn:

- makkelijk te bereiken artsen en psychosociale begeleiders
- diensten gratis of goedkoop

- hulpverleners die onbevooroordeeld over zwangerschap en gezinsplanning spreken en de privacy garanderen
- een automatische derdebetalersregeling voor jongeren en kwetsbare personen
- de 'double dutch-methode' (dubbel gebruik van anticonceptie en condoom) wordt besproken binnen de anticonceptie-counseling.
- de keuze voor een anticonceptiemiddel wordt getoetst aan de levensstijl, de financiële situatie en andere kenmerken van de gebruikster én haar partner

3. Noodanticonceptie: kennis en toegang verbeteren

De randvoorwaarden om noodanticonceptie te gebruiken kunnen beter.

- Correcte informatie geven over de werking van noodanticonceptie. Zo kunnen we misverstanden en gebrek aan kennis wegwerken
- De toegankelijkheid verbeteren

4. Betere registratie van abortus

Sensoa pleit ook voor een verbetering van de abortusregistratie. De belangrijkste kwalitatieve tekortkomingen in de huidige registratie zijn gegevens over etnische afkomst en over het gebruik van anticonceptie.



JONGEREN MOETEN KENNIS, ATTITUDE EN VAARDIGHEDEN ONTWIKKELEN OM ONGEWENSTE ZWANGERSCHAPPEN TE VOORKOMEN.



Verplichte anticonceptie: standpunt van Sensoa

Wat is het standpunt van Sensoa over verplichte anticonceptie? Is het opportuun om in specifieke situaties mensen tijdelijk te beletten kinderen te krijgen? Het gaat over (potentiële) ouders met een verhoogde kwetsbaarheid, vaak door een combinatie van psychiatrische problemen, verslaving, dakloosheid, schulden, een verstandelijke beperking, problemen met tienerpooiers of illegaliteit.

In 2005 diende Patrick Vankrunkelsven (Open VLD) hierover een wetsvoorstel in. In 2019 legden John Crombez (SPA) en Valerie Van Peel (N-VA) de kwestie opnieuw op tafel.

Reproductieve rechten tegenover kinderrechten

In de discussie komen 'reproductieve rechten' tegenover kinderrechten te staan. Mensen hebben het recht om zelf te beslissen om al dan niet kinderen te hebben, hoeveel en wanneer. Maar kinderen hebben recht op een gedegen opvoeding in een veilige omgeving.

Sensoa pleit voor overleg met de betrokken cliënten

Sensoa pleit in de eerste plaats om samen met de betrokkenen tot een beslissing rond gezinsplanning en anticonceptie te komen.

Daarvoor ontwikkelden ze het '**Onder Vier Ogen'-stappenplan**. Dat biedt ondersteuning aan (huis) artsen, verpleegkundigen, maatschappelijk werkers en andere hulpverleners om anticonceptie en gezinsplanning proactief bespreekbaar te maken met cliënten.

Daarnaast is er **Zanzu.be**, een meertalige en bijzonder laagdrempelige website die hulpverleners kan helpen om het over anticonceptie te hebben met hun anderstalige of laaggeletterde cliënten.

Ten slotte pleit Sensoa voor de terugbetaling van anticonceptie aan mensen met een verhoogde tegemoetkoming. Vaak is anticonceptie met een

langdurige werking financieel immers niet haalbaar voor hen.

Project 'Nu Niet Zwanger' in Nederland

In een aantal Nederlandse steden loopt het project 'Nu Niet Zwanger', een preventieprogramma gericht op (potentiële) ouders met een verhoogde kwetsbaarheid.

Het project wil verhinderen dat mensen in een kwetsbare fase van hun leven een kind krijgen. Dat gebeurt op vrijwillige basis met een persoonlijke benadering en maatwerk.

De aanpak bestaat uit

- intensieve begeleiding
- (meerdere) hulpverleners
- aansluiten bij de leefwereld
- samen kijken naar vragen, behoeften, barrières en mogelijkheden

E.M.

Bronnen en verdere info:

- Buysse, A. e.a. (Red.). (2013). *Sexpert: seksuele gezondheid in Vlaanderen*. Gent: Academia.
- Nationale Evaluatiecommissie voor de evaluatie van de wet van 3 april 1990 betreffende de zwangerschapsafbreking. *Verslag ten behoeve van het Parlement: 1 januari 2010-31 december 2011*. Brussel: 2012. Geraadpleegd op 1 juli 2014 via <http://www.ieb-eib.org/nl/pdf/verslag-ev-com-abortion-2010-2011.pdf>
- www.abortus.be/nl/meerweten/doc/Infomap-LUNA-jan-2018.pdf
- Steffens, Anke: '1971. Abortus, pro en contra' (2015)

× THEMA: BIO-ETHISCHE PROBLEMEN ×

STOP DE WERELD, WIJ WILLEN ERAF!



Het gaat om een kleine groep ouderen. Ze zijn niet terminaal of psychiatrisch ziek, maar maken geen verbinding meer met de wereld en de mensen om hen heen. Ze staan aan de zijlijn van het leven en kijken naar de wereld door een omgekeerde verrekijker. Ze achten hun leven 'voltooid' en hebben een actieve wens om te sterven, een wens die ze baseren op hun recht op zelfbeschikking.

Hoe gaan wij als samenleving op een respectvolle manier met deze problematiek om? Is het de taak van de overheid om ouderen met een stervenswens hulp te bieden bij zelfdoding? Of is het de plicht van de overheid om kwetsbare groepen, zoals ouderen met complexe problemen, net te beschermen? Ethische vraagstukken.

BIJ 'VOLTOOID LEVEN' GAAT HET OM GEZONDE OUDEREN. ZIJ ZIJN KLAAR MET HET LEVEN EN BASEREN ZICH VOOR DE STERVENSWENS OP HUN RECHT OP ZELFBESCHIKKING.



Wat is 'voltooid leven'?

'Voltooid leven' kan worden omschreven als 'lijden aan een te lang geworden leven'. En dat lijden is voor die ouderen wat zij daar zelf onder verstaan. Het is een complex samenspel van factoren: een beleving van leegte en neergang in het bestaan, het ontbreken van een toekomstperspectief of de angst voor wat komen zal. Ouderen met gevoelens van 'voltooid leven' vinden dat alles van waarde achter hen ligt. Ze hebben in hun leven alles meegemaakt en willen niet meer verder. Elke nieuwe dag ervaren ze als een ondraaglijke opgave. Ze zijn klaar met het leven en hebben een existentiële wens om dat leven te beëindigen.

Medische ethiek en 'voltooid leven'

Geneeskunde doet veel goeds, maar heeft ook een schaduwzijde. Wordt een behandeling beperkt of stopgezet? Moet 'alles' wat de patiënt wil, worden uitgevoerd? Respect voor zelfbeschikking, eerlijkheid, privacy, weldoen en niet-schaden zijn belangrijke waarden in de medische ethiek. Wanneer in een bepaalde situatie waarden met mekaar in botsing komen, kan er sprake zijn van een moreel dilemma. Het kiezen voor de ene waarde gaat dan ten koste van de andere. Tussen conflicterende waarden moeten afwegingen worden gemaakt. In de medische ethiek denken artsen na over hoe bij vraagstukken rond ziekte en morele dilemma's medisch juist moet worden gehandeld. Bij 'voltooid leven' gaat het om gezonde ouderen. Zij zijn klaar met het leven en baseren zich voor de stervenswens op hun recht op zelfbeschikking. Er is bij hen geen sprake van een medische problematiek. Maar artsen spreken dat tegen. In hun praktijk zien zij ouderen met een complex van niet-medische én medische problemen. En dat complex moet worden afgewogen tegen hun recht op zelfbeschikking.

Lutgart Simoens: "Ik heb het gehad"

Vorig jaar in oktober bond radiopresentatrice Lutgart Simoens in een interview de kat de bel aan. Ze verklaarde dat ze haar leven als volbracht beschouwt en zélf wil kunnen beslissen hoe en wanneer ze sterft. Iets wat de euthanasiewet haar niet toestaat. Ze lijdt niet ondraaglijk aan een terminale aandoening en haar levenskwaliteit is niet aangetast door ouderdomskwalen. Ze heeft geen klachten, fysiek noch mentaal. En toch is het voor haar genoeg geweest. Ze verwacht van het leven niks meer dat nog de moeite waard is. "Ik heb het gehad", zei ze. Ze is niet levensmoe, wel levensvoldaan.

Het pleidooi van Lutgart Simoens laat er geen twijfel over bestaan: ze wil ervoor ijveren dat tachtigplussers die niet terminaal ziek zijn en niet ondraaglijk lijden op grond van een 'voltooid leven' toch euthanasie kunnen krijgen wanneer ze dat willen. De huidige wetgeving laat euthanasie enkel toe wanneer er sprake is van ondraaglijk lijden. Maar ondraaglijk lijden heeft geen enkele zin, zegt ze. Ze vindt het eenieders goed recht om, voordat de fysieke of mentale aftakeling inzet, bij volle verstand pijnloos te kunnen inslapen. Mensen die weloverwogen menen dat het voor hen genoeg is geweest, moeten een zachte dood kunnen sterven. Ze wil dat de wetgever respect opbrengt voor de wens van ouderen om ook na een 'voltooid leven' het leven te kunnen beëindigen.

Gwendolyn Rutten wordt pleitbezorger

Voormalig Open Vld-voorzitster Gwendolyn Rutten is het eens met de getuigenis van Lutgart Simoens. Kort na haar getuigenis doet Rutten een oproep om het debat over euthanasie bij 'voltooid leven' te openen: "Niet alleen bij ondraaglijk lijden, maar ook als je leven 'af' is, moet je er een punt achter kunnen zetten wanneer je er zélf, uitdrukkelijk, vrijwillig, onafhankelijk en duurzaam om vraagt." Reeds in 2017 openden de liberalen op hun

Vrijheidscongres het interne debat daarover. Nu, vindt de gewezen voorzitter, is de tijd rijp voor een breed debat tussen burgers, academici en politici. Maar waar trek je de grens? Mogen alleen ouderen die keuze maken, of geef je dat recht aan iedereen? Kan je die lijn trekken in een samenleving waar psychische problemen nog te vaak stiefmoederlijk behandeld worden? Waar zelfmoord bovengemiddeld veel voorkomt? Hoe vermijden we dat de dood iets banaals wordt? Het zijn vragen die Rutten in het debat wil gooien. Met een weloverwogen standpunt zou het federale parlement werk kunnen maken van nieuwe wetgeving.

Stellingnames

Wetenschapper Marc Cosyns, expert stervensbegeleiding aan de UGent, stelt dat er aan een debat over ‘voltooid leven’ geen acute nood is. De euthanasiewet uitbreiden naar een niet-medische context vindt hij geen goed plan. Er dient een onderscheid te worden gemaakt tussen burgers en patiënten. Hij wijst erop dat bij een vraag voor levensbeëindiging zonder medische context vooral achterhaald moet worden waar die vraag vandaan komt en wat eraan gedaan kan worden. Hij is in zijn ervaring van 40 jaar stervensbegeleiding nog nooit een gezonde burger tegengekomen met een vraag van levensbeëindiging enkel op grond van het zelfbeschikkingsrecht. Ook Wim Distelmans, VUB-professor palliatieve geneeskunde en voorzitter van de commissie euthanasie, heeft moeite met een uitbreiding van de euthanasiewet wanneer er geen medische context aan de basis ligt.

Vanuit politieke hoek komt er reactie van N-VA en CD&V: zonder grondige evaluatie van de huidige euthanasiewetgeving is uitbreiding ervan niet aan de orde. Waarin is de maatschappij tekort geschoten als ouderen eruit willen stappen? En hoe kan ondraaglijk lijden bij ‘voltooid leven’ op een objectieve manier worden vastgesteld? Dat zijn vraagstukken die onderzocht moeten worden. In Nederland loopt dat debat overigens al meerdere jaren (zie ‘Nederland op weg naar ‘voltooidlevenwet’?’, p. 17).

Slotbeschouwing

Ze zijn er zeker, ouderen die niet (ernstig) ziek of terminaal zijn en die klaar zijn met het leven. Moeten wij hen als samenleving helpen om uit het leven te stappen? Iedereen heeft de individuele vrijheid om het leven naar eigen goeddunken in te richten en aan dat leven eventueel een einde te maken. Maar volgt uit die individuele vrijheid dat de overheid behulpzaam moet zijn bij die levensbeëindiging - met de euthanasiewet of een andere, aparte wet? Of gaat de discussie niet zozeer over het recht op zelfbeschikking maar eerder over welzijn en over de vraag hoe de samenleving deze

ouderen kan opvangen zodat ze hun leven weer de moeite waard vinden?

Stop de wereld! De ouderen die klaar zijn met het leven willen eraf! Of zouden ze in een aangepast ‘sociaal attractiepark’ toch nog een paar rondjes extra willen meedraaien? Zouden ze?

J.H.

Bronnen (ook voor ‘Nederland op weg naar ‘voltooidlevenwet’?’, p. 17):

Algemeen Dagblad (15 aug. 2017), *Nederlands Dagblad* (17 jan. 2019), *Het Laatste Nieuws* (24 en 26 okt. 2019), *De Morgen* (29 okt. 2019), *Humo* (4 feb. 2020), *Het Parool* (4 feb. 2020), *Artsenfederatie Koninklijke Nederlandsche Maatschappij tot bevordering der Geneeskunst*, bnr.nl, d66.nl, nieuwlicht.eo.nl, nos.nl, openvld.be, wh.nl, zonmw.nl (Nederlandse organisatie voor stimulering gezondheidsonderzoek), zorgethiek.nu (Nederlandse vakgroep voor humanisering zorgpraktijken)



We willen met dit tijdschrift stof tot nadenken leveren. We hopen dan ook dat de artikelen reacties doen opborrelen. Zinnvolle op- of aanmerkingen, bedenkingen en kritieken (lof

mag ook natuurlijk) kun je kwijt in onze ‘reageerbuis’ op redactie@flamboyant.be. En dat levert de redactie dan weer stof tot nadenken. Want de vrije uitwisseling van gedachten vormt een hoofdbestanddeel van het vrijzinnig humanisme.

NEDERLAND OP WEG NAAR 'VOLTOOIDLEVENWET'?



In 2010 werd in Nederland het burgerinitiatief 'Uit Vrije Wil' gelanceerd. Dat opende het debat over zelfbeschikking over het eigen levenseinde. Wat zijn de hoofdlijnen van dat debat bij onze noorderburen? Wie zijn de protagonisten? Een reconstructie.

Burgerinitiatief 'Uit Vrije Wil'

Het burgerinitiatief Uit Vrije Wil werd opgericht in 2010. Doel van het burgerinitiatief was de legalisering van stervenshulp aan ouderen die hun leven voltooid achten; aan ouderen die na een mooi, rijk gevuld leven wilden voorkomen dat hun leven in mineur eindigt. *"Het is een kwestie van de balans opmaken. Als het negatieve de doorslag gaat geven, dan hoeft het niet meer."* Dat was kortweg de redenering. *"Als ik ernstig aftakel, dan... Als ik volledig afhankelijk ben van de zorg van anderen, dan... Als ik mijn privacy kwijtraak, dan... Als ik dement word, dan... wil ik dood."*

Uit Vrije Wil ijverde voor een 'voltooidlevenwet' die naast de bestaande euthanasiewet zou komen te staan. De stervenswens diende te gebeuren op uitdrukkelijk verzoek en onder voorwaarden van zorgvuldigheid en toetsbaarheid, maar er zou niet voldaan moeten worden aan de voorwaarden van 'uitzichtloos en ondraaglijk lijden' uit de euthanasiewet.

Adviescommissie Schnabel

Vier jaar na het burgerinitiatief werd de adviescommissie Schnabel ingesteld (juli 2014). Deze commissie moest een advies formuleren over de juridische mogelijkheden en de maatschappelijke dilemma's met betrekking tot hulp bij zelfdoding aan mensen die hun leven voltooid achten. In haar eindrapport (feb. 2016) concludeerde de commissie onder meer dat de euthanasiewet goed functioneerde inzake zorgvuldigheid, transparantie en toetsbaarheid en dat er geen aanleiding was om die wet te wijzigen. Bij mensen met het gevoel van een 'voltooid leven'

is er meestal immers ook sprake van een medische problematiek. En dan is de euthanasiewet dus van toepassing. De groep mensen met een actuele weloverwogen stervenswens zonder medische grondslag is waarschijnlijk zeer klein, oordeelde de commissie. Ze was ook van oordeel dat complexe gevallen zoals 'voltooid leven' net extra behoedzaamheid en extra consultatie behoeften en zeker niet gebaat waren bij een 'eenvoudige' procedure. Een uitbreiding van de euthanasiewet naar niet-artsen was dan ook niet aan de orde.

Visie van het kabinet-Rutte II

Ruim een half jaar na de conclusies van de adviescommissie Schnabel reageerde het kabinet Rutte II in oktober 2016 met de kamerbrief 'Kabinetsreactie en Visie Voltooid Leven'. Het kabinet volgde de aanbevelingen van de adviescommissie niet. Integendeel, het nam er afstand van en stelde voor om naast de bestaande euthanasiewet, die een strikt medische grondslag heeft, toch een aparte wet zonder medische grondslag te maken. Deze aparte 'voltooidlevenwet' wilde hulp bij zelfdoding onder bepaalde voorwaarden niet strafrechtelijk verbieden. Centraal stond het recht op zelfbeschikking: ouderen zonder medische klachten moeten met alle zorgvuldigheid en autonoom over hun sterven kunnen beslissen. Het kabinet stelde voor om voor de hulpverlening speciale 'stervenshulpverleners' op te leiden. Dat zouden ook niet-artsen kunnen zijn.

Onderzoekscommissie-Van Wijngaarden

In maart 2017 hield Nederland Tweede Kamerverkiezingen. In de daaropvolgende formatie van het kabinet-Rutte III konden de liberale en de christelijke partijen zich niet vinden in het onderwerp 'voltooid leven'. Het onderwerp werd versast naar een onderzoekscommissie onder leiding van Els van Wijngaarden. Zij was in 2016 gepromoveerd op een onderzoek naar 'voltooid leven' (zie kader). De onderzoekscommissie verrichtte diepgaand onderzoek naar de omvang en de omstandigheden van de groep mensen die 'klaar zijn' met het leven. Ruim 21.000 mensen van 55 jaar en ouder namen deel, net als 1.600 huisartsen.



DE PROBLEMATIEK VAN 'VOLTOOID LEVEN' GAAT OM EEN COMPLEX VAN NIET-MEDISCHE EN MEDISCHE PROBLEMEN.

Op 30 januari 2020 publiceerde de commissie haar onderzoeksrapport. Enkele cijfers:

- naar schatting 0,18 procent van de Nederlanders van 55 jaar en ouder (ongeveer 10.000 mensen) heeft een wens tot levensbeëindiging;
- ruim een derde van hen zou graag hulp bij zelfdoding krijgen;
- twee derde wil het leven zelf beëindigen.

Daarnaast deed ze ook deze vaststelling: de doodswens is geen vaststaand gegeven. Wanneer de lichamelijke of financiële situatie erop vooruitgaat, de woonsituatie verbetert, of mensen zich minder eenzaam of afhankelijk voelen, kan het doodsverlangen verminderen of zelfs verdwijnen. Hoewel deze groep ouderen niet ernstig ziek is, kan hij ook niet 'gezond'

Eerste wetenschappelijk onderzoek

Terwijl in Nederland het maatschappelijk debat over 'voltooid leven' al sinds 2010 woedt, was er tot eind 2016 eigenlijk nog nooit wetenschappelijk onderzoek verricht naar 'gezonde' ouderen met een stervenswens. Het was wachten op het promotieonderzoek 'De ervaringswereld van het voltooide leven' van Els van Wijngaarden (Universiteit voor Humanistiek, nov. 2016). In dat onderzoek kwam zij tot de conclusie dat er bij ouderen die hun leven als voltooid beschouwen, telkens dezelfde klachten meespeelden op de achtergrond: eenzaamheid, er niet meer toe doen, het onvermogen om zichzelf te uiten, geestelijke of lichamelijke vermoeidheid en een aversie tegen afhankelijkheid. Het onderzoek toonde aan dat de stervenswens bij 'voltooid leven' geenszins een weloverwogen en consistente wens was. De ouderen verwezen in hun verhalen immers voortdurend naar externe factoren die hun stervenswens versterkten. Ze wilden dood maar stelden dat tegelijk ook uit, hopen op een opleving.

De onderzoekster concludeerde dat de thematiek om een breder beleid vraagt, met aandacht voor zingeving en sociale cohesie in de samenleving. Daarom pleitte zij voor terughoudendheid bij het maken van een wetsvoorstel om hulp bij zelfdoding in geval van voltooid leven mogelijk te maken.

Naar aanleiding van haar onderzoek schreef Els van Wijngaarden het boek 'Voltooid leven: over leven en willen sterven'.



genoemd worden. Bij een overgroot deel is sprake van veel fysieke en mentale klachten. Het rapport zegt dat er geen eenduidig antwoord kan worden gegeven op de vraag of deze ouderen - die niet ernstig ziek zijn maar wél een doodswens hebben - binnen of buiten de bestaande euthanasiewet vallen.

Wetsvoorstel 'Voltooid leven' van Pia Dijkstra gaat door

Onmiddellijk na de bekendmaking van het rapport van de commissie-Van Wijngaarden verklaarde D66-kamerlid Pia Dijkstra dat ze toch wou doorgaan met haar wetsvoorstel 'Voltooid leven'. Haar redenering: het commissierapport ging over 55-plussers, een brede leeftijdsgroep met een brede problematiek met betrekking tot de doodswens (piekeren, eenzaamheid, aftakeling, financiële problemen). Haar wetsvoorstel daarentegen had betrekking op de oudere leeftijdsgroep vanaf 75 jaar; de groep die op hoge leeftijd terugkijkt op een geleefd leven, eigen keuzes heeft gemaakt en zelf over het levenseinde wil beslissen. Uiteraard moeten deze ouderen alle zorg en steun kunnen genieten maar wanneer de existentiële doodswens er is, moeten ze ook de kans krijgen om hun leven te beëindigen met de hulp van een levenseindebegeleider. Met haar wetsvoorstel wil Pia Dijkstra het debat verder verdiepen.



Wat is het standpunt van de Nederlandse artsenfederatie?

Inhoudelijk heeft de Nederlandse artsenfederatie KNMG tijdens het hele debat over ‘voltooid leven’ steeds dezelfde stelling ingenomen: de euthanasiewet biedt voldoende ruimte en de hulpverlening moet een breed palet aan alternatieven bieden.

- De artsenfederatie vond het voorstel van het Burgerinitiatief Uit Vrije Wil (2010) voor een aparte ‘voltooidlevenwet’ zonder de voorwaarde van uitzichtloos lijden uit de euthanasiewet, problematisch. Dat zou immers leiden tot een uitholling van de zorgvuldig opgebouwde euthanasiepraktijk.
- In 2016 stelde de adviescommissie Schnabel vast dat er bij mensen met een gevoel van ‘voltooid leven’ meestal ook sprake is van een medische problematiek – en dat ze dus ook onder de euthanasiewetgeving vielen. Het kabinet-Rutte II legde dat advies echter naast zich neer en stelde voor om een aparte ‘voltooidlevenwet’ te maken met daarin ruimte voor niet-artsen als stervenshulpverlener. In een reactie liet de artsenfederatie weten dat deze kabinetsvisie de hoekstenen van de euthanasiewet op de helling zette. De problematiek van ‘voltooid leven’ gaat immers

om een complex van niet-medische en medische problemen waarbij eenzaamheid, kwetsbaarheid, rouw, afhankelijkheid en ook psychiatrische aandoeningen een rol kunnen spelen. Voor de bestaande euthanasiewet geldt een zware toetsing. Het invoeren van een aparte voltooidlevenwet met een eenvoudiger beoordelings- en toetsingskader zou veel risico’s inhouden. Je krijgt dan immers een ‘lichte’ toets voor de complexiteit van ‘voltooidlevenwet’ tegenover een ‘zware’ toets voor euthanasie waarbij lijden op medische grondslag de overhand heeft. Het valt dan niet uit te sluiten dat burgers, patiënten en adviserende artsen de weg van de minste weerstand kiezen. En dat is niet wenselijk. Een apart wettelijk kader scheppen voor een volgens onderzoek kleine groep ouderen zou kunnen leiden tot ongewenste maatschappelijke effecten zoals gevoelens van onveiligheid onder ouderen en stigmatisering van ouderdom. De artsenfederatie vond dat er meer duidelijkheid moest komen over de omvang van de groep, de aard van de problemen en de mogelijke alternatieven.

- De onderzoekscommissie-Van Wijngaarden stelde in haar rapport (2020) vast dat naar schatting 0,18 procent van de Nederlanders van 55 jaar en ouder een wens heeft tot levensbeëindiging. Deze ouderen zijn niet ziek, maar velen onder hen hebben fysieke en mentale klachten. Hun doodswens vermindert wanneer lichamelijke of externe omstandigheden verbeteren. Het rapport laat open of zij met hun doodswens wel of niet onder de euthanasiewet vallen. De artsenfederatie bevestigde in een reactie andermaal dat de bestaande euthanasiewet mogelijkheden biedt om ook bij stapeling van ouderdomsklachten euthanasie uit te voeren. Een aparte wettelijke regeling zou een parallelle route naast de euthanasiewet creëren en de waarden van de euthanasiewet onder druk kunnen zetten.

Het laatste woord?

In België moet het debat over ‘voltooid leven’ nog gevoerd worden. In Nederland zijn ze er, ondanks commissieonderzoeken, een kabinetsvisie en stellingnames van de artsenfederatie, nog lang niet uit. Gelukkig maar. Want het onderwerp is gecompliceerd, de stervenswens is gecompliceerd en het debat is gecompliceerd. Die dulden geen eenvoudig antwoord.

J.H.

VERLOF? NEE, VRIJWILLIGERSWERK.

De ‘zachte lockdown’ was voor iedereen een ongekennde ervaring. Alsof de pauzeknop van je leven eventjes werd ingedrukt. Zowel thuis als op het werk. Ik had nog een aantal overgedragen verlofdagen van vorig jaar die ik moest opnemen voor eind april. Maar in volle coronacrisis zomaar thuis zitten en ‘verlof nemen’, dat voelde niet juist. Ik besloot dus om mij in te schrijven als crisisvrijwilliger op de website van Rode Kruis-Vlaanderen. Nog dezelfde dag ontving ik de vrijwilligersplanning van een woonzorgcentrum (WZC) in mijn buurt. Ik vulde mijn naam in op de dagen dat ik verlof had en de woensdag erop kon ik al aan de slag.

Na een grondige uitleg over het gebruik van het beschermingsmateriaal (mondmasker, handschoenen, schort) en het meten van mijn temperatuur, werd ik begeleid naar de afdeling waarop ik de komende weken zou meedraaien. Het bleek de afdeling voor de bewoners met dementie te zijn. Ik hielp vooral ’s morgens en ’s middags met het bedelen en afruimen van de maaltijden, zodat de zorg- en verpleegkundigen zich konden focussen op de echte zorgtaken, zoals wassen, aankleden en bewoners helpen met eten. Voor de bewoners was de nieuwe situatie met de strenge coronamaatregelen heel moeilijk om te vatten. Ze moesten de hele dag op hun kamer blijven en mochten geen bezoek ontvangen. Door hun dementie begrepen de meesten echter niet waarom. Dat leidde begrijpelijkerwijs tot frustratie, verveling, verdriet en woede. Bewoners hadden duidelijk meer aandacht nodig. Dankzij de helpende handen van de vrijwilligers, had het personeel wat meer tijd en ademruimte om daarvoor te zorgen.

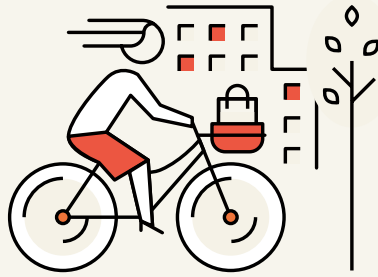
→ **BEWONERS HADDEN
DUIDELIJK MEER AANDACHT
NODIG. DANKZIJ DE
HELPEDE HANDEN VAN DE
VRIJWILLIGERS, KON HET
PERSONEEL DIE GEVEN.**

Ik heb spijtig genoeg wat vroeger dan verwacht een punt moeten zetten achter mijn opdracht als vrijwilliger. Ik had immers enkele dagen last van lichte keelpijn, en de richtlijnen waren – uiteraard – zeer streng. In het WZC waar ik gewerkt heb, waren er enkele bewoners die positief testten voor COVID-19, maar door hen tijdig te isoleren op een aparte afdeling is de rest van het WZC virusvrij gebleven.

Ondanks het vroegtijdige einde van mijn engagement, ben ik erg dankbaar voor de ervaring. Door te zien hoe zowel de bewoners als het zorgpersoneel met deze crisis omgingen, kon ik alles wat in perspectief plaatsen. Ik wil dan ook een grote shout-out doen naar alle zorgwerkers die zich meer dan 100% blijven inzetten in deze, nog steeds, moeilijke periode. Het is al veel gezegd en geschreven, maar het kan nooit genoeg zijn: zij zijn de échte helden van onze samenleving.

V.P.





NIET TE MISSEN IN DIEST

VANAF 2/8: DE ZONDAGSFILOSOFEN

De corona-epidemie heeft onze lenteactiviteiten geëlimineerd.

Als de regeringsmaatregelen het toelaten, starten we **vanaf zondag 2 augustus** opnieuw met onze Zondagsfilosofen, elke zondag in **'t Vrij Gedacht van 10.30 tot 12.30 uur**.

Daarbij zullen we de door de overheid opgelegde regels respecteren. Waarschijnlijk leidt dit tot een beperking van het aantal aanwezigen. We raden u dan ook aan **om telefonisch contact op te nemen met 't Vrij Gedacht (013 32 53 09, vanaf 10.15 uur)** om te weten of er nog plaats is.

Hoewel onze fijne contacten enorm belangrijk zijn, staat gezondheid voorop! Neem eind juli een kijkje op **www.facebook.com/diestsevrjzinnigen** of neem contact op met Etienne Maes (etmaes@telenet.be), zodat je zeker weet of De Zondagsfilosofen doorgaan en welke maatregelen er gelden.



4/9: NAZOMER FILOCAFÉ MET WIES PAIROUX

Vanaf september hopen we ook onze andere activiteiten terug op te starten.

Zo organiseren we op **vrijdag 4 september om 20 uur** naar goede gewoonte ons nazomer **filocafé**.

Dit 'meer volwassen' filocafé onderscheidt zich qua ernst en diepgang van haar wekelijkse filosofisch zusterprogramma 'De Zondagsfilosofen'. De Zondagsfilosofen zijn immers meer geënt op een toegankelijke en ludieke ontmoeting met een hapje en een drankje.

Tegen onze gewoonte in kondigen we het thema van ons filocafé al op voorhand aan: onze gast is Wies Pairoux. Vanuit een filosofische insteek en aan de hand van een PowerPoint, gaat hij graag met ons op zoek naar welk soort van mensbeelden er vaak onder het politieke spreken vallen. Elk actueel politiek discours verwijst naar iets diepers, een hardere grond. We zoeken naar die grond op basis van een korte geschiedenis van de grote ideologieën. Beleven we het einde der Grote Verhalen? Herkennen we onze ideologische voorkeur en een dieper mensbeeld? Afsluitend met een open gesprek, hopen we minstens om andersdenkenden beter te kunnen begrijpen.

Na de uiteenzetting van Wies, is er volop de gelegenheid om met hem én met elkaar gedachten uit te wisselen of in discussie te gaan.

Om tot een boeiend gesprek te komen, en rekening houdend met de wettelijke regelingen in verband met corona, beperken we de groep tot 15 deelnemers.

Schrijf je dus vooraf in bij Etienne Maes: etmaes@telenet.be.

E.M.

EEN, TWEE, DRIE. ZO SIMPEL KAN DOODGAAN ZIJN

EEN

Hoe vaak heb ik aan een glas meesterlijke wijn gesnoven, de geur in mijn neus opgehaald, een voorzichtig nipje genomen, goedkeurend gemompeld en het volmaakte vocht naar binnen laten lopen? Gesprekken met vrienden bij een goed glas waren voor mij steeds hoogtepunten van het leven, maar er is diep in mij iets fundamenteels veranderd. Vroeger zou ik het glas nooit zomaar opdrinken, maar slokje voor slokje. In stilte naproevend. Vandaag daarentegen moet het in één teug leeg. Om daarna, na iedereen vluchtig gegroet te hebben, naar buiten te wandelen. Vastberaden maar miserabel, met hangend hoofd. Zo goed als voltooid, voel ik nu reeds de zinloze pijn van later.

De wereld is zoals hij is. Niet te licht, niet te donker. Ik denk dat jullie daarom maar beter meteen mijn voornemens onder ogen krijgen. Ik denk te weten dat kordaat omgaan met moegestreden op apegapen liggen, de doeltreffendste manier is om je inzichten in de fleur van het leven te verbreden. De stille woede (om wat we nog maar zijn) trachten te onderscheiden van de razende (om wat niet meer is) is een grootmoedig werk. Inzicht krijgen in het verschrikkelijke mechanisme dat maakt dat de tijd waarin we leven niet langer de onze is (maar die van anderen), is niet makkelijk. Beeldend trachten te verwoorden dat wat voltooid is, best zo snel mogelijk kan ophouden, lijkt echt niet zo vanzelfsprekend.

TWEE

— Voor oude honden komt het uur dat ze niet meer kunnen opspringen als ze gefloten worden door hun meester, die in de vroege ochtend vertrekt met zijn stok in de hand. Dan blijven ze in hun hok of in hun mand, hoewel ze niet aan de ketting liggen, en luisteren naar de zich verwijderende voetstappen —

[Samuel Beckett, Malone sterft]¹

Sta me daarom toe nog één keer een lange tong uit te steken naar alles wat riekt naar de kleverige kromtaal van azijspissers. Want voor iedereen die smeekt om verlossing moet de poort naar de dood simpelweg wagenwijd open. Hellend vlak of niet. Voor goddelozen als wij bestaat er nu eenmaal enkel het hiernumaals. Ik weet dat er op het zijn niets anders dan een niet-zijn volgt, dus waarom nog langer wachten op ...

Ik heb pijn, maar lieg als ze me ernaar vragen. Ze geven me pijnstillers op basis van morfine. De morfine versuft me. Ik zweet en weet niet echt hoe laat het is. Welkom in mijn dag en nacht doorwaakte routine.

Ik ben niet van plan om, wanneer ik zo dadelijk het loodje leg, er (zoals de ziener en wonderdoener Empedocles) nog holderdebolder god en klein pierke bij te sleuren.² Laat de wind maar loeien zodat de zee opschepperig met mijn rusteloos bootje spelen kan.

De kracht waarmee de finale prik binnendringt werkt genezend. De perforerende naald en het verlossende medicijn doen hun jeukende werk. Nu wil ik alleen maar luisteren naar het monotone zoemen van mijn leeglopende schedel.

¹ Samuel Beckett, Malone sterft (1965: 25)

² In de kennisleer van Empedocles liggen er tussen de drijvende krachten van het worden (liefde en haat) overgangstoestanden, waarin de afzonderlijke wezens ontstaan en vergaan.

HET IS VEERTIEN JULI EN
KERSTMIS TEGELIJK, ZOMER
EN WINTER EN VREDE OP
AARDE VOOR IEDEREEN.

Ik kijk vanaf mijn bed toe hoe de verpleegster nog een laatste keer sierlijk bij me neerhurkt om een glas whisky naar mijn mond te reiken. Het duurt een tijdje voor ik (doorheen mijn slijmen) de smaak kan thuisbrengen. Vanuit een gekoesterd verdriet naar een erkenbaar vroeger proef ik, ondanks alles, een ronduit fantastische single malt whisky van *Nikka Yoichi* (uit Hokkaido) van misschien wel tachtig jaar oud.³

Langs de grenslijnen van mijn uitputting scheert iets van de fonkeling die over het water dwaalt wanneer de laatste zonnestralen erop schijnen. Het is veertien juli en kerstmis tegelijk, zomer en winter en vrede op aarde voor iedereen. Tot mijn ziekenzuster (met een oosterse vastberadenheid) een vlieg van het klavier mept. Bizar, want zo ongeveer heeft ze (nagenoeg gelijktijdig) ook de resterende demonen uit mijn leven verjaagd. Geen wonder dat ook zij op een dag de kant zal uitgaan die ik nu uitga. Niemand heeft me ooit een andere uitgang gewezen; haar ook niet.

DRIE

VLADIMIR LUCKY: — Zullen we dan gaan?

ESTRAGON: — Laten we gaan.

[Samuel Beckett, Wachten op Godot]⁴

De man achteraan de spiegel trekt zijn zwart lederen jack aan. Hij kijkt me aan en gaat soepel achter het stuur van zijn Egyptisch blauwe Mercedes Benz 450 SEL zitten terwijl het buiten ijzig stil blijft. Dan stap ook ik in. Hij start de motor, doet het rijtuig van de handrem en rijdt weg. — Lekker Monsieur Lelouch in zijn onnavolgbare *C'était un rendez-vous* nadoen en door de ochtendlijke straten gassen, zegt hij.⁵

Achter de wolken schijnt opnieuw de zon. Als de bliksem razen we als koortsige sterrenkinderen over de brug naar een hernieuwde date met de geschiedenis (aan de overkant van het water), terwijl we schaterlachend via het Spotify audiosysteem naar Georgy Sviridov's *Time Forward Short Foxtrot* luisteren. Zo, dit was het. Het leven vloeit tot het stolt in het niets. Funny how life can turn on a dime.

Benny Madalijns

Molenstede
Donderdag 28 mei 2020

³ Sinds 1934 distilleert men hier prachtige Japanse single malt whisky's
⁴ Samuel Beckett, Wachten op Godot. Tweede bedrijf: Landweg met een boom, DOEK.

⁵ *C'était un rendez-vous* is een kortfilm van Clade Lelouch uit 1976 van een langdurige dollemansrit door de zo goed als lege straten van Parijs op een zondagochtend in augustus.

* COLUMN DOOR SONJA CALLAY *

DE BANANEN VAN MIJN BUURMAN

Mijn buurman hield van bananen. Een paar jaar geleden was hij geruisloos op dieet gegaan en na een half jaar leek de helft van hem gesmolten. Dat mocht wel, er was nog genoeg van hem over, maar het was geen kleine prestatie. Ook zijn PMD-zak was zo slank geworden als de mijne, en niet omdat hij zijn talloze blikjes cola voortaan platdrukte, nee voor hem alleen nog water. Van de kraan, met als enige luxe een sodastream voor de afwisseling.

Maar zijn bananen, nee, daar nam hij geen afscheid van. Al bevatten ze nog zoveel calorieën, ze waren naar het schijnt goed tegen krampen. Niet dat hij mij deelgenoot maakte van al zijn culinaire voorkeuren of zijn gezondheidskwaaltjes, maar we hadden het er wel eens over. Net zoals over zijn job in de verpakkingafdeling van de suikerfabriek, een job die hij al meer dan dertig jaar deed, full continu zelfs tijdens de bietencampagne, en nooit een dag te laat. Hij was délégué van de socialistische vakbond, iets waar we het ook wel eens over hadden. We hadden elkaar gevonden in die buurt van het politieke scala.

Niet dat we bij mekaar op bezoek kwamen of zo. Onze gesprekken ontsponnen zich altijd op de stoep voor zijn huis, want als het niet regende en niet vroom, zat hij 's avonds op de trapjes van zijn huis te genieten van de avondzon. Met de voordeur achter zich dicht. Altijd.

Het waren de bananen die me opvielen. Ze lagen die vrijdag nog in zijn auto, op de vloer achter de chauffeurszetel. Een groot pak felgroene bananen. Ik passeerde op een van mijn dagelijkse coronawandelingen en zag ze liggen, samen met een aantal andere niet zo makkelijk te identificeren boodschappen. Goh, dacht ik nog, waarschijnlijk had hij nachtschift en is hij eerst gaan slapen voor hij zijn auto leegmaakt.

De volgende dag lagen ze er nog, maar dat soort burens zijn we niet, dus ik ging me ook nu niet bemoeien. We zijn toevallig allemaal single, de vier bewoners van ons end-of-the-world straatje. Twee mannen in het midden, twee vrouwen aan de buitenkanten. En al ontsponnen de toevallige stoepgesprekken zich wel eens met drie of zelfs met vier, we bemoeien ons niet met elkaar. Toen het onkruid in zijn tuin zo wild stond dat de distels tot bij ons waaiden, gaf de buurman van de andere kant hem een gans cadeau, om de boel een beetje proper te grazen. Wat maar matig hielp, maar verder ging de bemoeienis niet. Nooit.

Dus nu ook niet. De bananen bleven liggen, merkte ik zondag toen ik opnieuw op wandel ging. Maar we bemoeien ons niet met elkaar.



Dinsdag genoot ik op mijn terras van de verzachtende coronazon. Ik las 1793 en daar ben je niet meteen klaar mee. Er klonken stemmen in de tuin van de buurman. En toen klom er een man in een fluovest over zijn muurtje. En even later nog een man, nu in een donkerblauw kogelvrij vest met 'POLITIE' op de rug. Toen ging ik toch maar eens vooraan op straat kijken. Er stonden op onze babbelstoep vier bemondmaskerde agenten en één van hen was met een CSI-stormram de voordeur aan het inbeuken.

Ze hadden hem al twee dagen gemist op het werk, zei de meest spraakzame agent van het stel. Hij was voor het weekend naar huis gestuurd met een zware hoest maar had maandag terug moeten beginnen. Dat hij niet opdaagde, waren ze niet gewoon van hem. Huizen kon je op hem bouwen. En nu kregen ze hem niet eens te pakken. Niet op maandag aan de telefoon. En niet op dinsdag toen een collega langskwam en aanbelde en aanhoudend klopte en nog maar eens belde, en toen ongerust de politie riep. Want buurmans auto stond er wel. Mét de bananen.

Hij was al een paar dagen dood, klapte de agent uit de biecht. En dat het niet de laatste zou zijn die ze zo zouden vinden. En dat ze geen familie van hem konden vinden. Ook niet die halfzus waar ik weet van had, van onze stoepbabbels. Een halfzus waar hij al jaren geen contact meer mee had, iets over een erfenis. Uiteraard. Maar ze bestond wel.



SELFIE

In de rubriek 'selfie' stellen we elke editie een vrijzinnige geest voor. Onze medewerkers, vaste en vrijwilligers, vormen de echte kracht achter de vrijzinnigheid in onze provincie. Vandaar dat we hen in de spotlights plaatsen.



Ik ben Tania Ramoudt en ik woon al zo'n 23 jaar in Gelinden (Sint-Truiden), het dorp waar de oudste fossiele planten ter wereld gevonden zijn.

In 1997 startte ik als moreel consultant in het toen nog Centrum voor Morele Dienstverlening (CMD) in Hasselt. In 2005 trok ik naar Tongeren om er het CMD op te starten. Toen er in 2007 bezoldigde moreel consultants aangeworven werden voor de penitentiaire instellingen, zag ik mijn kans om mijn levensbeschouwing te combineren met mijn opleiding als criminoloog. Gedurende 6 jaar werkte ik in de gevangenissen van Hasselt, Antwerpen, Wortel en Leuven-hulp. In 2013 werd ik coördinator bij de Stichting voor Morele Bijstand voor Gevangenen (SMBG) – eerst enkel Nederlandstalig, nadien tweetalig.

Door medische problemen werd het woon-werktraject naar Brussel echter te zwaar voor mij. Gelukkig opende zich een nieuwe deur: sinds augustus 2019 ben ik vrijzinnig humanistisch consultant in het huisvandeMens Tienen, dicht bij huis!

Als natuurliefhebber trek ik er graag op uit met onze Beagle. En mijn vakanties gaan stevast naar Zuid-Frankrijk om er te genieten van het lekkere eten én de rosé.

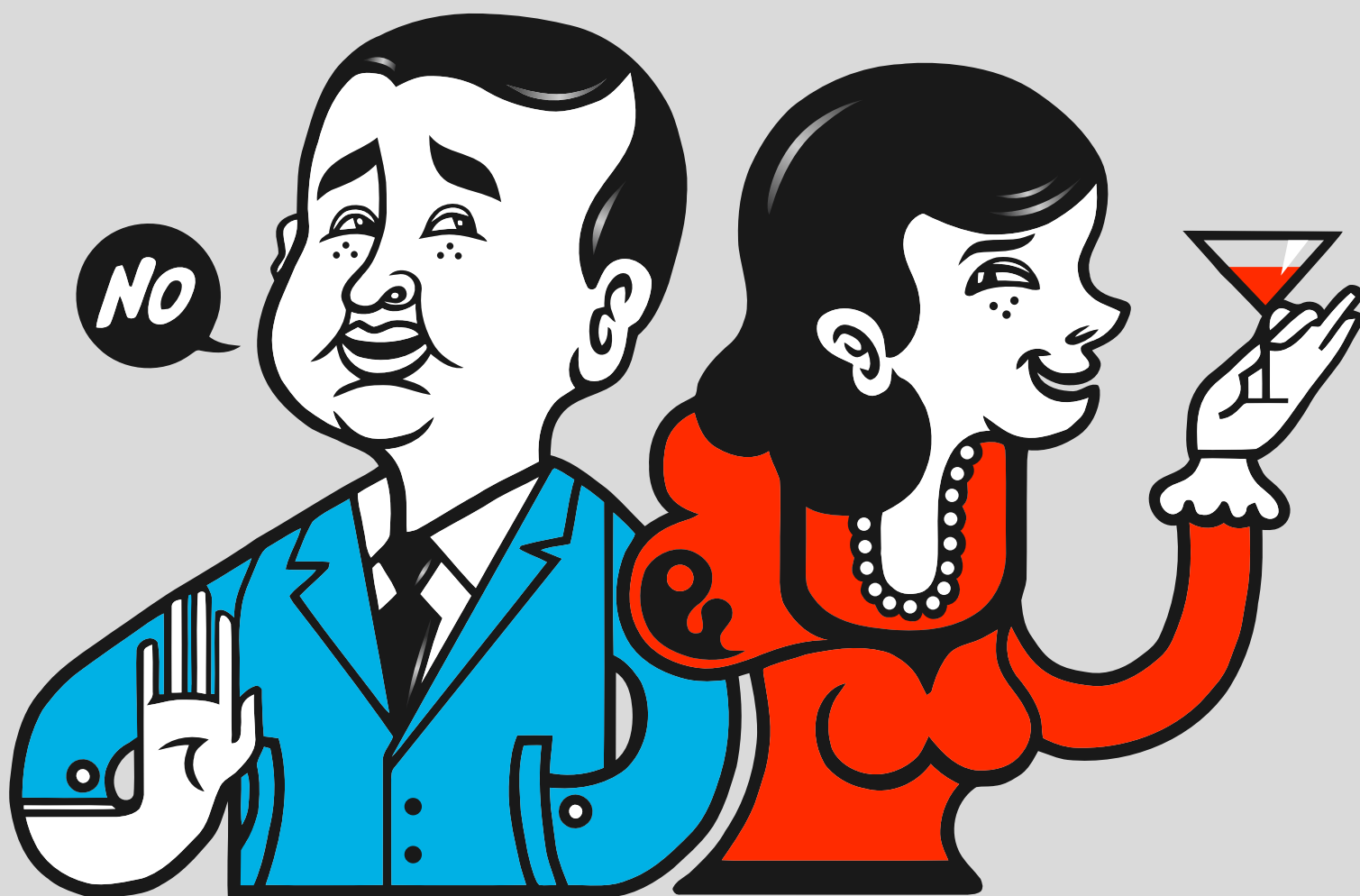
De politie vond haar niet, al wist ik dat ze in het volgende dorp woont. Dus het OCMW moest het maar allemaal regelen. Een eenzame uitvaart zou het worden. Dat zijn mijn woorden, niet die van de agent. Die vond dat hij verder niet te veel moeite moest doen voor zo'n 'marginaal'. Je zou het daar binnen eens moeten zien... Gelukkig voor hem waren handschoenen en een mondmasker sowieso al verplicht. En dat het ook vast niet de laatste zou zijn die via het OCMW gecremeerd zou worden, haalde hij de schouders op.

Ik heb nog geprobeerd de wetsdiender te vertellen over buurmans job en zijn trouwe staat van dienst, maar ben maar thuis terug naar binnen gegaan. Want we bemoeien ons hier niet met elkaar. Al checken we nu wel meer dan voordien de twee andere singles op discrete tekens van leven.

De bananen liggen nog steeds in zijn auto, die daar nog steeds staat voor zijn huis. Als een dagelijks verder verstoft verwijt dat we ons niet wat meer bemoeid hebben. De bananen gingen van groen naar geel naar zwart en intussen zijn ze vast al vloeibaar. Niemand heeft de moeite gedaan om ze eruit te halen, zijn onmisbare vruchten. Want we bemoeien ons niet met elkaar.

Sonja Callay

Deze column werd ook gepubliceerd in De Standaard.



BIJNA 23 JAAR LATER - OVERPEINZINGEN

Een groot aantal plaatsen, gelegenheden en personen hebben voor een stuk mijn manier van leven in het algemeen en van het gebruik van alcohol en het omgaan ermee, sterk bepaald en beïnvloed.

Begrijp me echter niet verkeerd als ik dit zo uitdruk: uiteindelijk en uiteraard ben ik het die de alcohol tot mij heb genomen en niet iets of iemand anders heeft mij daartoe gedwongen. Ik verwijt ook niemand iets of schuif ook niet de schuld af op iemand anders, integendeel. Door nuchter te worden, ben ik tot het besef gekomen dat er maar één schuldige is voor het ganse probleem. En dat ben ik!

Bepaalde plaatsen, gelegenheden en personen hebben er evenwel toe bijgedragen dat de stap om steeds meer te gaan gebruiken steeds kleiner werd en de behoefte aan het middel steeds groter.

Dat is immers verslaving of afhankelijkheid: je hebt steeds meer van een middel nodig om minstens hetzelfde effect te bekomen. Met het logische gevolg dat je in de verslavingsspiraal terechtkomt. Terwijl je beseft dat je een serieus probleem hebt, besef je ook hoe moeilijk het is om eraan te ontkomen.

Doorheen de mijlpalen in mijn leven loopt slechts één rode draad, namelijk de zucht en de hunkering naar alcohol: in mijn schooltijd, bij het leger, op en tijdens het werk, in de politiek, in mijn hobby's, in mijn vriendenkring - als ik die al had - en thuis.

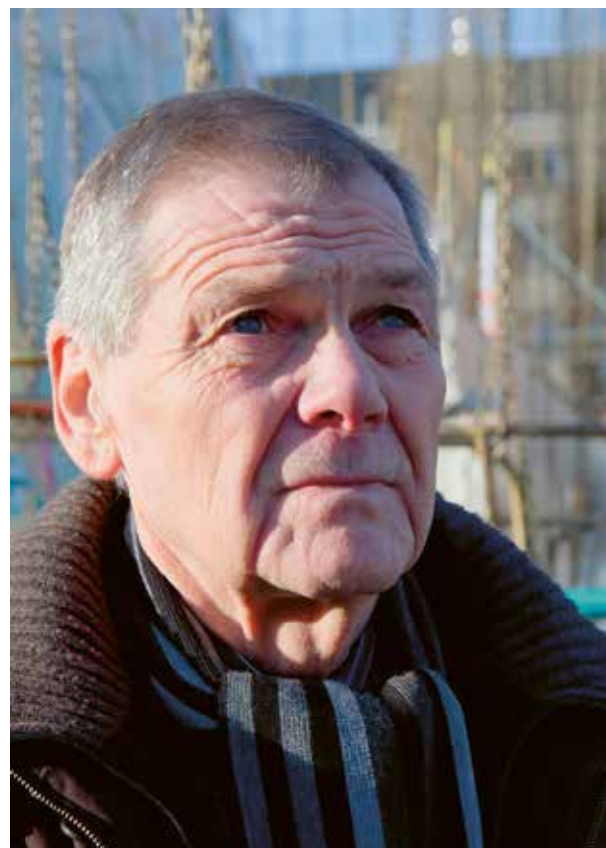
←

**IK BEN IN DE HEL
AFGEDAALD, TOT IN HET
DIEPSTE DER AARDE.
IK BEN AFGEDAALD IN
MEZELF, DIEPER DAN OOIT,
IN MIJN DIEPSTE
BINNENSTE. DAAR BEN IK
GECONFRONTEERD GEWEEST
MET MEZELF, MET MIJN EIGEN
IK. GEEN GEMAKKELIJKE
CONFRONTATIE. GEEN
AANTREKKELIJK
SCHOUWSEL.**

Op dinsdag 10 juni 1997 heb ik me zelf bevrijd.

Bevrijd van de ketens van de slavernij die alcohol heet. Die dag heb ik me losgemaakt van het middel dat me 35 jaar lang, vooral de laatste jaren, in bedwang, in zijn macht heeft gehouden. Het middel dat gans die tijd mijn leven en mijn levenswandel heeft bepaald. Mijn ganse doen en laten. Het middel dat bepaalde hoe mijn dagindeling er zou uitzien. Op het einde 24/24 uur, 7/7 dagen. Een fulltime bezigheid. Kwestie van mijn bloed-alcoholspiegel in evenwicht te krijgen en te houden zodat ik geen afkickverschijnselen zou vertonen. De alcohol die mij ten einde raad op het randje van de afgrond heeft gebracht; de alcohol die ervoor gezorgd heeft dat ik op het punt stond om bijna alles kwijt te raken: mijn relatie, mijn kinderen, eventuele toekomstige kleinkinderen, mijn gezondheid, mijn werk, mijn hobby's, mijn leven ... De alcohol die er ook voor gezorgd heeft dat ik mijn ganse omgeving, al de mensen rondom mij, heb meegesleept in mijn verhaal, zonder dat zij het zelf wilden.

Ondanks deze ketenen, ondanks het middel alcohol, ondanks het overdadig gebruik, het misbruik, heb ik gedurende die ganse periode getracht om steeds door het leven te gaan als een eerlijk man. Dat was niet altijd gemakkelijk. Ik moet toegeven dat ik veel heb moeten liegen over mijn drankgebruik en zeker om mijn drankmisbruik zo verborgen mogelijk te houden; om het altijd maar te minimaliseren of af te doen als gewoon, sociaal gebruik, zowel in mijn relatie, op het werk, in de politiek als in mijn hobby's. Weliswaar geketend door de alcohol heb ik desondanks steeds, in alles wat ik deed en wat ik besliste, in eer en geweten gehandeld. Ik heb steeds mijn woord gehouden. Ik ben altijd een man van mijn woord gebleven. In alle omstandigheden. Op alle niveaus. Een schriftelijke overeenkomst of een contract met handtekeningen had ik niet nodig. Mondeling gemaakte afspraken ben ik steeds nagekomen. Een woord is voor mij immers een woord en dat wordt niet gebroken. Dit doet me denken aan de woorden van Michelle Obama van 10 jaar geleden, woorden die, in de aanloop naar de laatste presidentsverkiezingen in de Verenigde Staten, geplagieerd werden door Melania Trump: *"Mijn ouders hebben me ingeprent dat je hard moet werken voor wat je wil. Dat je je woord moet houden, moet doen wat je zegt en je belofte moet nakomen."*



De vrijheid is er maar gekomen op het ogenblik dat ik mijn beste vriend aan de deur heb gezet.

Dat ik ermee gekapt heb. De dag dat het welletjes was geweest. De dag dat ik de koe bij de horens heb gevat, dat ik terug zelf mijn leven in handen heb genomen. Dat ik terug aan mezelf ben beginnen werken. Vanaf nul. Op nieuwe funderingen. Met andere woorden: ik ben een volledig vrij en eerlijk man geworden op 10 juni 1997. Toen werd ik als het ware gelouterd door de alcohol. Op dat ogenblik werden mij de ogen geopend. Er scheen terug een beetje licht in de tunnel. Een klein lichtje weliswaar. Toch iets om me aan op te trekken. En om door te gaan, wetende dat het niet gemakkelijk zou zijn.

Ik ben in de hel afgedaald, tot in het diepste der aarde. Ik ben afgedaald in mezelf, dieper dan ooit, in mijn diepste binnenste. Daar ben ik geconfronteerd geweest met mezelf, met mijn eigen ik. In mijn hoofd was het net als een film die werd afgespeeld. De film van mijn leven. Geen gemakkelijke confrontatie. Geen aantrekkelijk schouwspel.

Gelukkig was ik vanaf 10 juni 1997 en de daaropvolgende dagen opgenomen in het ASZ te Aalst en vertoefde ik in een veilige en rustige omgeving. Zonder bang te hoeven zijn. Alleen. Alleen met zijn tweeën. Van man tot man. Hier valt niet te liegen of rond de pot te draaien. Hier kreeg ik de gelegenheid om volledig in en met mezelf te zijn.

Ik heb ongedwongen kunnen nadenken en mijn geweten kunnen onderzoeken. Niet opgelegd. Uit vrije wil. Aldus kon ik een inventaris en een balans van 35 jaar drinkersactiviteiten opmaken. Een inventaris en balans om niet fier over te zijn, integendeel. Toegegeven, het is niet altijd kommer en kwel geweest. Doch uiteindelijk vallen er heel wat periodes te noteren dat het heel slecht ging. Meer slechte dan goede periodes en herinneringen. Met altijd maar één ding dat steeds terugkeert, één rode draad: de alcohol

die telkens aan de basis lag van al deze problemen, voorvallen en gebeurtenissen. Dan weet je het wel. Ik was er mij ten volle van bewust dat het veel moed en wijsheid zou vragen om uit deze tegenspoed nieuwe krachten te putten. Ik zou moeten leren om mezelf te zijn zonder hoogmoed o.a. door in alle nederigheid en bescheidenheid te leren van mijn eigen dwaasheden en dit in de praktijk om te zetten en te kunnen gebruiken om er alsnog een positief verhaal van trachten te maken.

De oude mens, de oude Wilfried in mij is toen gestorven. Dit moest. Om herboren te kunnen worden als een nieuwe mens, een nieuwe Wilfried in een totaal nieuwe wereld. Afstand nemen van het vorige leven. Veranderen. Niet bij de pakken blijven zitten maar opstaan en ertegenaan gaan. Dit was de enige uitweg en de enige mogelijke oplossing.

Hier heb ik moeten terugdenken aan de afsluitende woorden van de leverspecialist in het UZ te Jette, op de vooravond van mijn ontslag: “Meneer Van der Borgh, ik kan voor u niets meer doen. U hoeft bij mij niet meer langs te komen. U heeft de sleutel in handen. U wordt binnenkort 49 jaar. Dat is geen leeftijd om er nu reeds de brui aan te geven. U verlaat morgen het ziekenhuis, nuchter. Hou het zo!”

En hij voegde eraan toe: “Indien u nu stopt met drinken, dan garandeer ik u, hebt u nog een gans leven voor u.”

Het ogenblik was aangebroken. Het ogenblik om met een nieuw leven te starten.

Ik ben via de brug de rivier overgestoken. Op weg naar de oever van het land aan de overkant. Aldus de ketenen van de slavernij van mij afgooiend. De overkant waar het gras hoe dan ook groener is. Waar het leven me opnieuw toelachte. Ik voelde me terug als een klein kind dat opnieuw moest leren lopen. Twijfelend, niet goed wetend welke houding aan te nemen, rechtkrabbelend als ik viel of struikelde. Het zou geen gemakkelijke opgave worden. Vastberadenheid, doorzettingsvermogen en een niet-aflatende inzet zouden noodzakelijk zijn om te slagen in deze missie. Maar de beloning zou niet min zijn. Niet onmiddellijk, maar op termijn. In het begin zou het knokken worden en doorbijten. Geduld zou nodig zijn. Niet te veel of alles in één keer willen. Zo zou het niet werken.

Ik zou echter ook voorbereid moeten zijn op een aantal vormen van opoffering en steeds en overall waakzaam moeten zijn, alert en assertief. De weg zou lang zijn, moeilijk en bezaaid met vele hindernissen en zou, vooral in het begin, een felle en volgehouden strijd vergen. Het gevaar lonkte inderdaad op iedere hoek van de straat. Ieder onder ons heeft in zijn eigen, specifieke levenssfeer, wel één of andere strijd te leveren en moet daarbij optornen tegen de vele dagdagelijkse valstrikken. Mogelijks komen we ooit terug op een punt

dat we dreigen overstag te gaan en in de val te lopen. Dan komt het erop aan om terug de moed, het lef en de durf op te brengen om opnieuw de grens, de brug, de rivier over te steken. Om de overtocht te maken. Om weer de grenzen te verleggen. Iedere dag iets meer. Geleidelijk aan. Niets forceren.

Ik ben een gelukkig man, vrij en eerlijk.

Een man die ‘zijn’ juk van de slavernij, nl. zijn afhankelijkheidsprobleem, van zich afgeschud heeft. Door het oversteken van de rivier, op weg naar een nieuw en ander leven, op weg naar de vrijheid, kan ik nu gaan en staan waar ik wil, kan ik mij vrij verplaatsen, kan ik van deze vrijheid genieten en vooral, en dit is heel belangrijk, kan ik in alle vrijheid werken en denken. Mijn werken en denken wordt niet meer gestuurd. Ik ben er meester over. Ondertussen heb ik ook geleerd dat een mens tot heel wat in staat is, hoe sterk een mens kan zijn als het op overleven aankomt. Hoe groot de wil is om terug iets van het leven te maken, hoe groot de levensdrang kan zijn.



**IK VOELDE ME TERUG ALS
EEN KLEIN KIND DAT
OPNIEUW MOEST LEREN
LOPEN. HET ZOU GEEN
GEMAKKELIJKE OPGAVE
WORDEN.**

Ondertussen ben ik al lang met mezelf in het reine en gaat het heel goed met mij. Met ons! Ik ben gelukkig nuchter, met de juiste klemtoon op gelukkig!

Het is ooit anders geweest. Er is een tijd geweest dat ik 's morgens geen oogcontact met mezelf wou of kon hebben. Ik had een zekere afkeer van de mens die ik zag. Grauwig en zonder uitstraling was die man. Een loser, een slappeling. Ik walgde van deze persoon. De persoon die ik niet was. Dit was iemand anders. Een tweede ik. Deze tijd is inmiddels al lang voorbij. Meer dan 20 jaar. We zijn ondertussen terug met elkaar verzoend. We praten terug met elkaar, zonder woorden, met de ogen. Via oogcontact.

We begrijpen elkaar terug. We zien elkaar terug graag. We hebben vrede met elkaar. We hebben elkaar terug aanvaard.

Als ik naar mijn verleden kijk, zie ik bijna alleen pijn, verdriet en fouten. Als ik nu met mezelf geconfronteerd word, zie ik kracht, geleerde lessen en trots!

In de meer dan 22 jaar dat ik gestopt ben met gebruiken, ben ik ook op allerlei vlakken werkelijk

veranderd. Ik stel mij, in tegenstelling tot vroeger, meestal nogal bescheiden op in de zin van mij niet opdringerig, niet aanmatigend te gedragen. Deze bescheidenheid, die zeker geen deemoed, onderdanigheid of valse bescheidenheid is, heb ik bekomen door niet in ijdelheid noch hoogmoed te vervallen. Echter wel door mezelf en mijn grenzen te leren kennen, met mijn sterke kanten maar bovenal met mijn tekortkomingen en mijn beperkingen. Want die zijn er, zelfs meer dan ik ooit kon verwachten. Dit is iets waarop ik fier kan en mag zijn, fier op wat ik moeizaam tot stand heb gebracht. Fier op wat ik, samen met mijn partner en allen die me lief zijn, terug heb opgebouwd. Fier op de mensen, de lotgenoten die ik regelmatig ontmoet en aan wiens verhalen, zowel positieve als negatieve, ik mij kan optrekken en die mij steeds sterker en sterker maken.

Bovendien ben ik zwijgzamer geworden, minder spraakzaam. Ook minder opvliegend. Vroeger was het anders, vooral na een meer dan voldoende hoeveelheid spraakwater tot mij te hebben genomen. Dan was ik een spraakwaterval, dikwijls 'zattemanspraak' uitkramend in soms nogal niet-passend taalgebruik. Op het randje van het onwettelijke af in sommige gevallen. Wat me dan ook terecht niet in dank werd afgenomen. Soms uitmondend in heftige discussies en woordenwisselingen of zelfs in spetterende ruzies waarbij de verwijten alle kanten werden rondgeslingerd. Dikwijls ging ik zelf de confrontatie aan of lokte ik die uit. Ik had de gewoonte een knuppel in het hoenderhok te gooien door het poneren van tegenstrijdige stellingen of overwegingen. Wat dan voor mij weer een alibi betekende om verder en meer te gaan drinken en mij achteraf benadeeld en misbruikt te voelen.

Gelukkig is dit allemaal achter de rug. Door nuchter te worden, te zijn en te blijven. Door orde in mijn leven te scheppen. Trouw als ik ben aan mijn in 1997 genomen beslissing om niet meer te gebruiken. Trouw als ik ook ben aan het bijwonen van mijn wekelijkse bijeenkomsten binnen SOS Nuchterheid, het toepassen van mijn nuchterheidsprioriteit en steeds alert te zijn in alle omstandigheden. Als ik voor iets ga, dan ga ik er ook voor. Ten volle, voor 100% en meer. Niet voor de show. Maar voor echt.

Door gebruik te maken van de opgedane wijsheid en door mijn krachten ten volle op doordachte wijze te ontplooiën, ben ik erin geslaagd om een 'schoner' leven te gaan leiden.

Met dank o.a. aan de lotgenoten van SOS Nuchterheid die mij door hun aanwezigheid en inzet wekelijks stimuleren om verder te doen.

Wilfried Van der Borcht
Voorzitter SOS Nuchterheid vzw

SOS Nuchterheid vzw is een zelfzorginitiatief dat zich richt tot mensen met een verslavingsprobleem zoals bijvoorbeeld alcohol, medicatie, gokken of cannabis. Ook familie en vrienden uit hun directe omgeving kunnen bij SOS Nuchterheid terecht wanneer ze nood hebben aan een gesprek over het verslavingsprobleem.

De vereniging is actief aanwezig op 18 locaties (iZZa's of individuele ZelfZorg aanspreekpunten), waaronder Leuven en Tienen.

In de iZZa's kunnen lotgenoten anoniem en discreet terecht om aan hun probleem te werken en om te streven naar het bereiken én onderhouden van een totale onthouding.

SOS Nuchterheid vzw is een vrijzinnig en humanistisch zelfzorginitiatief met een strikt seculiere en ondogmatische benadering van de afhankelijkheidsproblematiek.

Info en contact

SOS Nuchterheid vzw, Kantienberg 9 te 9000 Gent
09 330 35 25 (24/24 uur bereikbaar)
www.sosnuchterheid.org
info@sosnuchterheid.org

Partners, familieleden en vrienden kunnen telefonisch terecht op: 0498 70 64 32 (geen bijeenkomsten).

iZZa Leuven: hvdM, Tiensevest 40, iedere woensdagavond van 20 tot 22 uur

iZZa Tienen: hvdM, Beauduinstraat 91, 2^{de} en 4^{de} donderdagavond van 20 tot 22 uur

Wens je meer info of wil je een afspraak maken in verband met onze bijeenkomsten in Leuven of Tienen? Bel gerust naar 0460 35 03 26.





KALENDER

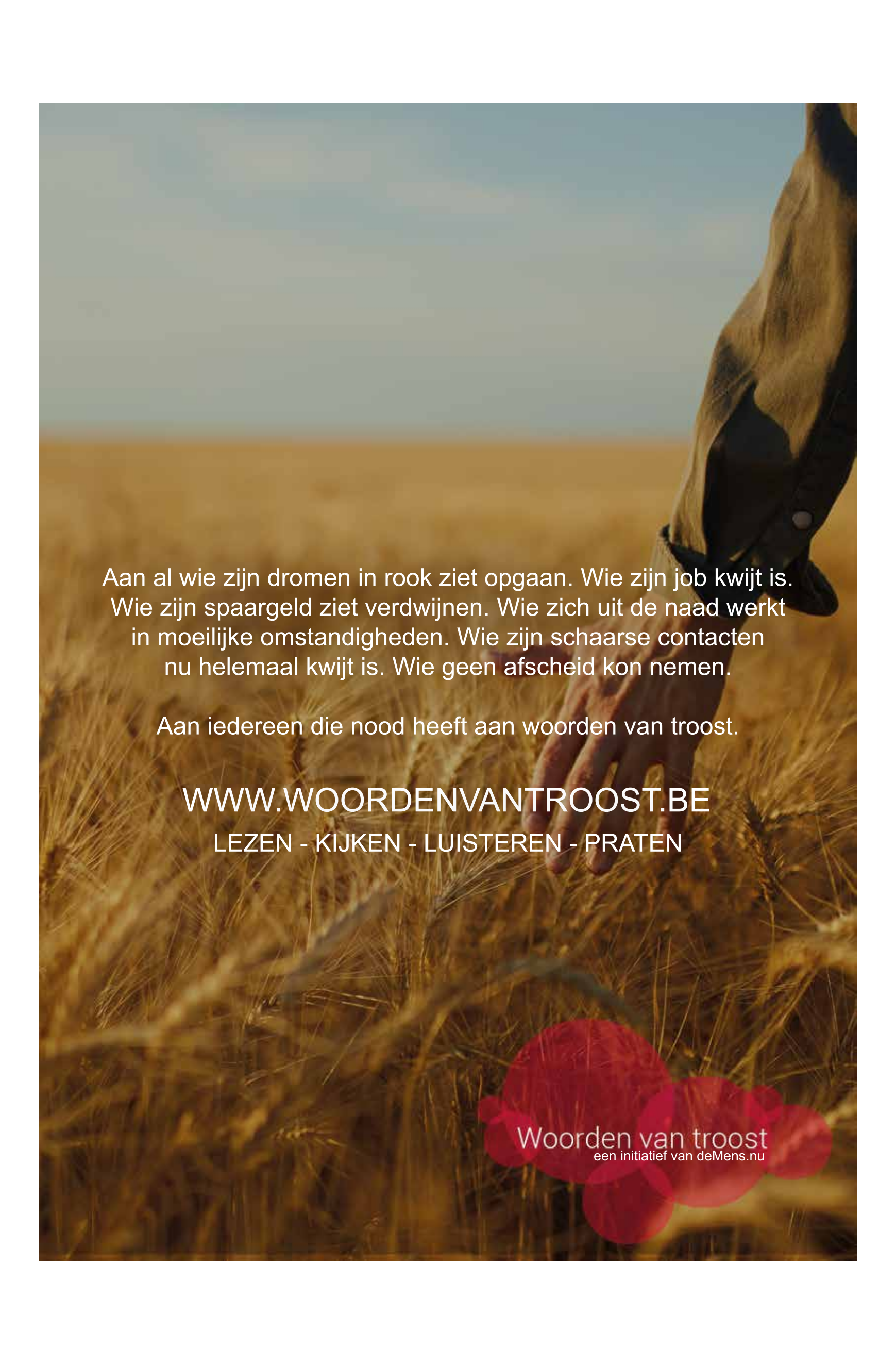
* van JULI tot SEPTEMBER 2020 *

Opgelet! Kijk in deze onvoorspelbare coronatijden steeds op vlaamsbrabant-demens.nu/agenda voor de meest recente informatie over onze activiteiten. Wil je zeker weten of de activiteiten doorgaan? Neem dan best contact op met de organisator.

Op vlaamsbrabant-demens.nu/organisaties vind je een overzicht van alle huizenvandeMens en de vrijzinnig humanistische verenigingen in Vlaams-Brabant, met (eventuele) links naar hun web- en facebookpagina's. Staat jouw vereniging er niet bij? Mail dan naar vlaamsbrabant@demens.nu

DATUM	UUR EN PLAATS	ONDERWERP EN INFO	ORGANISATOR
02.08	10.30 - 12.30 u. t Vrij Gedacht (M.Theysstraat 5, 3290 Diest)	De Zondagsfilosofen	Humanistisch Verbond Diestse Vrijzinnigen
↳	Leuke ontmoeting/babbel met een drankje en een hapje. Gratis deelname. Voorwaarden: zie p.21		
09.08	10.30 - 12.30 u. t Vrij Gedacht (M.Theysstraat 5, 3290 Diest)	De Zondagsfilosofen	Humanistisch Verbond Diestse Vrijzinnigen
↳	Leuke ontmoeting/babbel met een drankje en een hapje. Gratis deelname. Voorwaarden: zie p.21		
16.08	10.30 - 12.30 u. t Vrij Gedacht (M.Theysstraat 5, 3290 Diest)	De Zondagsfilosofen	Humanistisch Verbond Diestse Vrijzinnigen
↳	Leuke ontmoeting/babbel met een drankje en een hapje. Gratis deelname. Voorwaarden: zie p.21		
23.08	10.30 - 12.30 u. t Vrij Gedacht (M.Theysstraat 5, 3290 Diest)	De Zondagsfilosofen	Humanistisch Verbond Diestse Vrijzinnigen
↳	Leuke ontmoeting/babbel met een drankje en een hapje. Gratis deelname. Voorwaarden: zie p.21		
29.08	07.45 - 19 u. Gemeentehuis 'De Kouter' (Spoorwegstraat 6 – 3020 Herent)	Daguitstap (bus) naar Rocroi	UPV Kern Leuven
↳	Ontvangst met koffie & croissant. Bezoek o.l.v. een Franstalige gids aan de stad en de vesting in stervorm – 3-gangenlunch in L'Hôtel du Commerce – Bezoek met Nederlandstalige gids aan de bunker van Adolf Hitler in Bruly-de-Pesche – einde voorzien om 17u - Aankomst Herent rond 19u. Prijs leden: 48 euro – Prijs niet-leden: 60 euro – Eigen vervoer: 6 euro minder / ten laatste inschrijven voor 5 augustus / meer info en inschrijven via michel.magits@mail.be		

DATUM	UUR EN PLAATS	ONDERWERP EN INFO	ORGANISATOR
30.08	10.30 - 12.30 u. t Vrij Gedacht (M.Theysstraat 5, 3290 Diest)	De Zondagsfilosofen	Humanistisch Verbond Diestse Vrijzinnigen
↳	Leuke ontmoeting/babbel met een drankje en een hapje. Gratis deelname. Voorwaarden: zie p.21		
04.09	20.00 - 22.00 u. t Vrij Gedacht (M.Theysstraat 5, 3290 Diest)	Nazomer Filocafé met Wies Pairoux	Humanistisch Verbond Diestse Vrijzinnigen
↳	Vanuit een filosofische insteek gaat Wies Pairoux met ons op zoek naar welk soort van mensbeelden er vaak onder het politieke spreken vallen. Het aantal deelnemers is beperkt tot 15. Schrijf je dus vooraf in bij Etienne Maes: etmaes@telenet.be. Meer info: zie p. 21.		
06.09	10.30 - 12.30 u. t Vrij Gedacht (M.Theysstraat 5, 3290 Diest)	De Zondagsfilosofen	Humanistisch Verbond Diestse Vrijzinnigen
↳	Leuke ontmoeting/babbel met een drankje en een hapje. Gratis deelname. Voorwaarden: zie p.21		
13.09	10.30 - 12.30 u. t Vrij Gedacht (M.Theysstraat 5, 3290 Diest)	De Zondagsfilosofen	Humanistisch Verbond Diestse Vrijzinnigen
↳	Leuke ontmoeting/babbel met een drankje en een hapje. Gratis deelname. Voorwaarden: zie p.21		
14.09	20.00 - 22.00 u. CC De Kruisboog (Sint-Jorisplein 20, 3300 Tienen)	Ruben Mersch: Van mening verschillen	huisvandeMens Tienen
↳	Een handleiding. Echt eenvoudig is het niet, van mening verschillen. En het lijkt wel alsof we het steeds moeilijker vinden. Gooi een stelling over om het even welk maatschappelijk thema in een groep en de kans is groot dat we elkaar als een bende overstreste chimpansees met uitwerpselen beginnen te bekogelen. Die debatten zijn zelden constructief. Wat doe je eraan? Tijdens deze lezing geeft Ruben je concrete tips die je helpen om een meningsverschil om te zetten in een constructief debat. Hij leert je niet alleen hoe je de ander kunt overtuigen maar ook hoe je samen op zoek kunt gaan naar de best mogelijke oplossing. Iedereen draagt oogkleppen. In een goed debat slagen we erin om elkaars oogkleppen af te zetten. Deelname is gratis, maar inschrijven is verplicht. Doe telefonisch (016 81 86 70) of via e-mail (tienen@demens.nu)		
19.09	07.35 - 19.15 u. Gemeentehuis ‘De Kouter’ (Spoorwegstraat 6 – 3020 Herent)	Daguitstap (bus) naar Helmond	UPV Kern Leuven
↳	Ontvangst met koffie. Geleide wandeling in het stadscentrum – 3-gangenlunch in restaurant Kasteelpoort – Geleid bezoek aan het kasteel van Helmond – einde voorzien om 17u – Aankomst Herent rond 19u15. Prijs leden: 48 euro – Prijs niet-leden: 60 euro – Eigen vervoer: 6 euro minder / ten laatste inschrijven voor 1 september / meer info en inschrijven via michel.magits@mail.be		
20.09	10.30 - 12.30 u. t Vrij Gedacht (M.Theysstraat 5, 3290 Diest)	De Zondagsfilosofen	Humanistisch Verbond Diestse Vrijzinnigen
↳	Leuke ontmoeting/babbel met een drankje en een hapje. Gratis deelname. Voorwaarden: zie p.21		
21.09	10.30 - 12.30 u. CC De Kruisboog (Sint-Jorisplein 20, 3300 Tienen)	Lezing ‘Mond en Gezond’ door Frederick Hendrickx	UPV Kern Tienen
↳	Onze mond en onze tanden zijn meer dan een glimlach. Ze zijn ook het begin van onze spijsvertering. Tand en tong en slijmvliezen zijn de natuurlijke habitat van veel bacteriën. De meeste zijn goede bacteriën. Wanneer slechte bacteriën zich huisvesten in onze mond, kan dit leiden tot ontstekingen van tanden of tandvlees. Bovendien kunnen ze een impact hebben op de rest van onze gezondheid. Tijdens deze lezing leert u daar meer over. U gaat met enkele interessante weetjes en tips naar huis. Inkom: 5 euro / 4 euro voor UPV-leden. Meer info: zie upv.vub.ac.be.		
27.09	10.30 - 12.30 u. t Vrij Gedacht (M.Theysstraat 5, 3290 Diest)	De Zondagsfilosofen	Humanistisch Verbond Diestse Vrijzinnigen
↳	Leuke ontmoeting/babbel met een drankje en een hapje. Gratis deelname. Voorwaarden: zie p.21		

A hand in a dark suit sleeve reaches out from the right side of the frame into a field of tall, golden-brown grass. The background is a clear, light blue sky. The overall mood is contemplative and hopeful.

Aan al wie zijn dromen in rook ziet opgaan. Wie zijn job kwijt is.
Wie zijn spaargeld ziet verdwijnen. Wie zich uit de naad werkt
in moeilijke omstandigheden. Wie zijn schaarse contacten
nu helemaal kwijt is. Wie geen afscheid kon nemen.

Aan iedereen die nood heeft aan woorden van troost.

WWW.WOORDENVANTROOST.BE

LEZEN - KIJKEN - LUISTEREN - PRATEN

A cluster of red rose petals is positioned in the bottom right corner of the image, partially overlapping the text.

Woorden van troost
een initiatief van deMens.nu