



Tineke Nauta werkt in haar  
fysiotherapeutisch Instituut  
Nijmegen als hapt- en  
cranosacraaltherapeute, met  
aandachtveld kinderloosheid en het  
begeleiden van zwangerschappen.

## Vrouw en kracht

Samen met Anneke Leijdekker, sociaal psychiatrisch verpleegkundige, organiseert zij een 4 daagse cursus 'vrouw en kracht' waarin vrouwen hun innerlijke kracht, seksualiteit en plezier kunnen (her)vinden. Ook staat de cursus open voor vrouwelijke hulpverleners die de opgedane ervaringen kunnen inzetten in hun beroep.

Tineke Nauta: "Operaties en littekens in het bekkengebied, seksueel misbruik, een negatief zelfbeeld, laten sporen na bij een vrouw. Haar vrouwelijkheid is aangetast. Niet alleen op emotioneel vlak, maar ook lichamelijk kunnen er klachten ontstaan. Dit speelt ook bij ongewenste kinderloosheid: een vrouw kan het door haar ervaren

oerinstinct, namelijk het baren en grootbrengen van kinderen, niet volgen en raakt daardoor uit balans. De cursus vormt een aanzet om de negatieve ervaringen te doorleven en daarna los te kunnen laten. In therapeutische sessies voor of na afloop van de cursus kan ik de vrouw zo nodig verder begeleiden."

### Opbloeien

Tineke: "We werken in de cursus met zachte aanrakingen, zoals bij de haptonomie en cranosacraaltherapie worden toegepast. Deze werken diep ontspannend en helend. Verkrampde weefsels worden weer zacht waardoor de energie weer kan gaan stromen. De vrouwen onderzoeken welke rol vrouwzijn en seksualiteit in hun leven maar ook in hun opvoeding spelen. Ook besteden we aandacht hoe het vrouwenlichaam werkt en er uit ziet, want daar is nog veel onwetendheid over. Vrouwen kunnen hun verdriet delen als zij willen en helpen elkaar in het helingsproces. Na afloop vindt de ene vrouw eindelijk de moed om een arts te gaan bezoeken voor haar klachten, een andere vrouw kan een traumatische bevalling verwerken en loslaten. Een positief gevoel over ieders vrouw-zijn kan weer opbloeien."

Meer informatie: [www.vrouw-en-kracht.nl](http://www.vrouw-en-kracht.nl),  
Tel. 024 3228418 of 06-22210675.

Ouders met een kind wat extra zorg nodig heeft, moeten met betrekking tot school, artsen, therapieën en hulpmiddelen vaak veel regelen. Voor hen is het een verademing om hun kind toe te kunnen vertrouwen aan een gespecialiseerde gastouder in de buurt die een huiselijk rustpunt vormt in de hectiek van de dag.



## Medisch GastOuder biedt opvang met extra zorg

Pauli woont in Nijmegen en is een ervaren kinderverpleegkundige. Zij vangt bij haar thuis kinderen op die medische zorg nodig hebben. "Ik heb maximaal 4 kinderen onder mijn hoede waarvan er één extra zorg nodig heeft. Gewoon in mijn eigen huis, samen met mijn eigen gezin en huisdieren. Het verschil met een gewone gastouder is dat ik verpleegkundige of medisch voorbehouden handelingen kan uitvoeren die het kind nodig heeft. Dat kan van alles zijn: het verzorgen van een stoma, het geven van sondevoeding, het injecteren

van antibiotica, of adequaat ingrijpen als het kind een epileptische aanval krijgt. Daarbij werk ik volgens een verpleegplan dat in samenspraak met de ouders en de zorgcoördinator van het bureau MedischGastOuder is gemaakt. De verzorging doe ik alleen maar in geval van nood kan ik altijd de ouders, familie en de behandelend artsen bereiken. Ook de zorgcoördinator is 24u per dag bereikbaar."

### Persoonlijk

De ouders kunnen er op vertrouwen dat hun

kind in goede handen is als zij moeten werken of als zij eens even op adem willen komen. Ook eventuele broertjes en zusjes welkom zijn op hetzelfde adres. Pauli: "De zorg is heel persoonlijk. De ouders overleggen alleen met mij of met de zorgcoördinator; dat is wel zo overzichtelijk." Vooraf wordt zorgvuldig bekeken of de gastouder aan de vraag van de ouders kan voldoen en of het 'klikt' tussen alle partijen. Het bureau blijft altijd beschikbaar voor ondersteuning en evaluatie.

MedischGastOuder is een erkend gastouderbureau dat bijzondere kinderopvang biedt in het huis en gezin van de gastouders. Voor deze opvang komen kinderen van 0 tot 13 jaar in aanmerking die door hun aandoening, ziekte of beperking niet bij een gewone gastouder kunnen worden opgevangen. Niet alleen voor en na schooltijd, maar ook 's avonds, 's nachts en tijdens vakanties zijn kinderen welkom. Alle gastouders ondergaan een zorgvuldige selectieprocedure zodat aan alle wettelijke veiligheids- en kwaliteitseisen wordt voldaan en volgen regelmatig scholingen en trainingen. Hiervoor werkt MedischGastOuder samen met een gespecialiseerd bureau in de kinder thuiszorg.  
Meer informatie: 023 5175760  
en [www.medischgastouder.nl](http://www.medischgastouder.nl)