

CONTACT
JAARGANG 68
JUNI 2018
NR 2



contact

Driemaandelijks magazine van de stichting ESDA

- 02 Redactioneel Inclusief mieren
- 03 Meditatie Bediening inbegrepen
- 04 Relaties Iedereen hoort erbij
- 06 Verdieping In of uit?
- 09 Bijbels gezien Iedereen mag erbij horen
- 10 Gezondheid Exclusief: *een kijkje in het leven van een dokter*
- 12 Voedsel voor de geest Kruimels voor de honden
- 14 Dialoog Inclusief geloven
- 16 Interview Docent gebarentaal Petra Bouterse
- 18 Groen! Food for thought
- 19 Tenslotte Alles of niets
- 20 ESDA Contactgegevens



lin
clu
sief]

inclusief mieren

INCLUSIEF MIEREN
Lydia Lijkendijk



Doug McLean/Shutterstock.com

Een nieuwe lente is aangebroken, en de eerste zomerse dagen hadden we zowaar al in april. Tussen het schrijven van het redactioneel en het moment dat *Contact* bij u op de mat ploft, zit altijd enige tijd. En er kan veel gebeuren in een paar weken. Maar ik verwacht geen sneeuw en ijzel meer in de nabije toekomst. De conclusie dat de winter en alles wat eraan doet denken is verdreven, durf ik wel aan. De merels in de straat zijn druk doende met family planning. Ik woon ineens weer tussen wild groeiende bosschages in plaats van achter kale takken, en de eerste spinnen zijn ook uit hun winterslaap ontwaakt. Dat hadden ze van mij nog niet hoeven doen. Al met al, het spinrag daargelaten, is het nieuwe seizoen aan komen dartelen met een speelse frisheid waar ik persoonlijk erg vrolijk van word.

Samen met de lente is er nog iets anders aan komen darten. Over mijn aanrecht, door de keukenkastjes, langs de plinten en als ik niet uitkijk gewoon over mijn bord terwijl ik zit te eten. Hordes mieren. Ze schijnen enorm proteïnerijk en gezond te zijn, maar echt: ik zit er helemaal niet op te wachten dat mijn vleesvervanger spontaan verandert in een mierenburger. Waar ze vandaan komen, ik heb geen idee. En ik wil dat ook helemaal niet weten. Ik wil gewoon dat ze weer weggaan. Om ze daarbij een handje te helpen, heb ik mierenlokdozen aangeschaft en ze



kram9/Shutterstock.com

op de route geplaatst waar ze langs marcheren. Het helpt niet. Je struikelt bij ons over de mierenlokdozen, en de mieren wandelen daar gewoon langs. Dus alles, maar dan ook alles in de keuken is inclusief mieren. Spontaan een hap in je mond steken of een glaasje drinken is er niet bij. Eerst kijk ik of er iets op wandelt of in spartelt.

Eén ding moet ik ze nageven, de mieren. Ze zijn onvermoeibaar en ze laten zich niet uit het veld slaan. Als ik alles heb ontsmet met chloor en andere troep die een gat in het milieu brandt en waar ik normaal heel erg tegen ben maar nu even niet, en ik kijk héél even de andere kant op, dan is er weer nieuwe aanvoer. Zulke kleine beestjes, inclusief zoveel ijver.

Meer inclusieve verhalen leest u in deze *Contact*. Ik wens u veel plezier. En ja, dat rijmt op ‘mier’.

BEDIENING
INBEGREPEN
Joanne Balk

bediening inbegrepen

Het Centrum voor Leesonderzoek test onder andere de woordkennis van Nederlanders en Vlamingen. In hun laatste rapport werd het woord ‘inclusief’ herkend door bijna alle deelnemers.

Zo gaat ‘inclusief’ in de betekenis van ‘inbegrepen op de prijslijst van het menu’ over het geven van een fooi aan de bediening. Er zijn wel regels voor het geven van fooien aan bedienend personeel (5-10% van de totaalrekening), maar over het algemeen doen we maar wat. Ooit legde ik het geld voor mijn bestelling op de balie van de snackbar en zei meteen ‘laat maar zitten’. Dat leverde mij een grote glimlach op en een extragrote klodder mayonaise op mijn frietje. Achteraf begreep ik dat mijn omgerekende € 5 fooi ook best wel veel was voor een snackbar. Maar als ik diezelfde fooi in een chique restaurant gegeven zou hebben, zou dat als karig en haast beledigend zijn opgevat. Het geven van een fooi is een blijk van waardering en geen verplichting. Althans, in landen als Nederland, want elders in de wereld maken fooien nog steeds deel uit van het salaris van de horecamedewerker.

Parijs

Dat soms met het vaststellen van prijzen creatief wordt omgegaan, herinner ik me nog van een schoolweekje in Parijs. Hetzelfde kopje koffie kostte staand aan de balie, binnen in het café, of buiten op het terras telkens iets anders. Je zou

PRIX DU CAFÉ EN TERRASSE	
'Un cafe'	€ 7,00
'Un café s'il vous plait'	€ 4,25
'Bonjour, un café s'il vous plait'	€ 1,40

denken dat het om dezelfde inhoud ging. Als echte Nederlanders dronken wij destijds ons kopje koffie dus vooral hangend aan de balie. Onlangs zag ik uit datzelfde Parijs een foto. Er stond een bord voor een café met daarop de prijs van het kopje koffie. ‘Een koffie - € 7’, ‘Een koffie alstublieft - € 4,25’, ‘Bonjour, een koffie alstublieft - € 1,40’. Matteüs 7:12 zegt ons: ‘Behandel anderen dus steeds zoals je zou willen dat ze jullie behandelen. Dat is het hart van de Wet en de Profeten.’ Als dat een leefregel van ons allemaal zou zijn, zouden caféeigenaren geen borden hoeven neer te zetten om ons op een beetje medemenselijkheid te wijzen.

Stempel

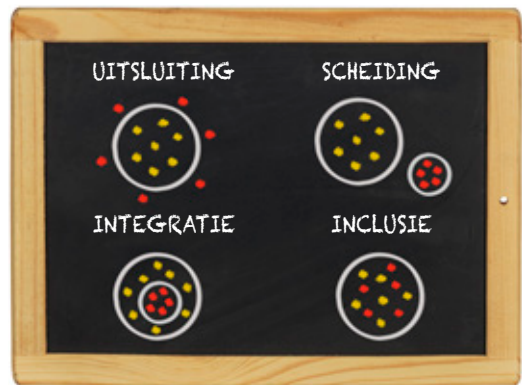
Toen aan Jezus een strikvraag werd gesteld over het betalen van belastingen zei hij: ‘Geef wat van de keizer is aan de keizer, en geef aan God wat God toebehoort’ (Marcus 12:17). De vragenstellers hadden gehoopt dat Jezus een standpunt zou innemen. In beide gevallen zou er dan een groep mensen boos op hem worden. En dat was de bedoeling, want daarmee zou Jezus een stukje van zijn populariteit verspeelen. Maar het spelletje mislukte. Geef ieder waar hij/zij recht op heeft, zei Jezus.

Maar waar heeft God dan recht op? Het antwoord is: op ons. God heeft de mens geschapen naar zijn beeld en gelijkenis. Daarmee heeft hij zijn stempel op ons gezet. Wij zijn van God. Bovendien en vooral zijn we inbegrepen bij de prijs die zijn Zoon voor ons heeft betaald. Dus eigenlijk heeft God zelfs dubbel recht op ons.

➤ God heeft dubbel recht op ons



Catarina Belova/Shutterstock.com



iedereen hoort erbij

IEDEREEN
HOORT ERBIJ
Glenn Ripassa

➤ Meedenken is net zo belangrijk als meedoen

Nederland is een participatiemaatschappij en van iedereen verwachten we dat hij daaraan een bijdrage levert. Iedereen mag meedoen met de eigen mogelijkheden en beperkingen. 'Bij participatie voor de samenleving spelen zowel kwetsbare burgers een rol als weerbare of draagkrachtige burgers. Van de laatsten wordt verwacht dat ze zich meer inzetten voor kwetsbare burgers. Van alle burgers wordt verwacht dat ze zich meer inzetten voor de samenleving' (Reparaz en anderen, 2017).

De kwetsbare burgers

Een mooi streven van de overheid, maar is het ook voor iedere burger haalbaar? Burgers moeten aan hoge verwachtingen voldoen. Van burgers wordt verwacht dat zij actief, verantwoordelijk, zorgzaam en fatsoenlijk zijn en ook nog dat ze participeren in beleid. Er zijn groepen mensen die wel willen, maar door verschillende oorzaken gewoon niet kunnen voldoen aan de voorwaarden die de overheid aan hen stelt. Deze groepen mensen lopen meer risico om 'buiten de boot' te vallen. Kwetsbare burgers, zoals mensen met een fysieke of mentale beperking, mensen die een lagere sociaaleconomische positie hebben, of mensen die op een andere manier systematisch buiten de boot vallen door uitsluitingsmechanismen, kunnen niet aan deze verwachting voldoen. Ze zijn vaak afhankelijk van ondersteuning van professionals, omdat zij veelal niet kunnen terugvallen op een netwerk.

De andere kijk waarderen

Het kunnen deelnemen aan een samenleving kent ook een andere kant. Kwetsbare mensen kunnen pas meedoen als hun die ruimte wordt geboden. Dat wil zeggen: dat de samenleving openstaat voor deze doelgroep. We moeten actief op zoek gaan naar manieren waardoor deze mensen mee kunnen doen. Bijvoorbeeld door hen te helpen deel te nemen aan activiteiten die aansluiten bij hun mogelijkheden, of hun de kans geven mee te denken. Want dat is net zo belangrijk als meedoen. Als steeds dezelfde mensen—met dezelfde achtergrond, normen en waarden—mogelijkheden uitdenken om te participeren, komt er geen vernieuwing of verandering. Als mensen met een verschillend referentiekader samenwerken, dan kan er een

mooie mix van bestaande en vernieuwende ideeën ontstaan. Mee laten doen is dus ruimte maken voor de 'ander'. Van belang is dan om het andere te waarderen omdat het een andere kijk op het leven laat zien. En omdat het een andere oplossing biedt voor hetzelfde probleem. Deze andere kijk maakt vernieuwing mogelijk, die recht doet aan iedereen.

Zijn alle mensen welkom?

En hoe is dit in de praktijk? In uw kerkgemeente of in het verenigingsleven waaraan u deelneemt? Zijn echt alle mensen welkom? Mogen zij meedoen in het geheel of zijn zij slechts gasten? Kunnen

regels en omgangsvormen ook veranderen door de inbreng van andersdenkenden?

Sociale inclusie

Meedoen, oftewel het insluiten van mensen en groepen mensen in leefwerelden, zoals in kerkgemeenten en in het verenigingsleven, wordt ook wel sociale inclusie genoemd. Dit werkt twee kanten op. De persoon moet mee willen doen en de omgeving moet hier ook open voor staan. Als een van de twee niet meewerkt, dan wordt het erg lastig. We noemen dat ook wel pull en push-factoren. Je kunt een persoon naar de samenleving duwen (push), maar de samenleving moet de persoon ook aantrekken (pull).

Openstaan voor de ander

Hoe kunt u pull-factoren in stelling brengen? Belangrijk is dat u openstaat voor de ander. Wanneer u dat doet, betekent dit dat u zich aanbiedt als gesprekspartner en dat u

belangstelling toont. Het betekent dat u echt luistert naar de ander en ook leert begrijpen wat de ander zegt zonder woorden. U stelt de ander dan centraal en schakelt uw eigen verhaal, normen en waarden even uit. U hoort wat de ander nodig heeft, en kunt daar dan ook op inspelen. U heeft oog voor de alledaagse en 'kleine' zaken die mensen bezighouden. Voor de ander is het fijn als er echte aandacht is voor zijn/haar verhaal.

Relatie aangaan

Een relatie aangaan met een persoon die totaal anders is dan u bent, en andere waarden en normen heeft, is een hele uitdaging. Wanneer u het leven van Jezus nagaat, ziet u dat hij niet anders deed. Hij maakte contact met mensen die eigenlijk niet binnen zijn straatje pasten. Het contact veranderde het leven van mensen. Wie weet wat u nog kunt betekenen voor het welzijn van anderen!



Bron

www.kennispleingehandicaptensector.nl/gehandicaptenzorg/inclusie-wat-is-dat.html

Lucho Rubio Reparaz, Siela Ardjosemito-Jethoe, Katinka Rijk. *Diversiteit in de samenleving*. Koninklijke van Gorcum, 2017.



IN OF UIT?
Tom de Bruin

in of uit?

Inclusiviteit is een belangrijk thema in de maatschappij. Inclusiviteit ligt aan de basis van veel onderwerpen waarover het sociaal-maatschappelijk debat wordt gevoerd. Denk aan de immigranten, zijn we dan inclusief of exclusief als maatschappij? In Engeland is de Brexit heel belangrijk, inclusief of exclusief Europa. Maar ook andere thema's gaan vaak over inclusiviteit. Zwarte Piet, bijvoorbeeld, hoe includeren wij de meningen van mensen met verschillende huidskleuren in een traditioneel geliefd figuur?

Denk er maar over na: inclusiviteit speelt een rol in het gezondheidszorgdebat, in de participatiemaatschappij, bij ontwikkelingshulp en in onderwijsvernieuwing, om maar een paar dwarsstraten te noemen. Deze onderwerpen liggen aan de oppervlakte van een veel ingewikkelder discussie: wat bedoelen we als we zeggen dat we inclusief zijn? En voor ons misschien nog belangrijker: wat zeggen christenen als ze zeggen dat het geloof inclusief is? Wanneer we praten over inclusiviteit in de Bijbel, dan springt ons een heel aantal voorbeelden in gedachten. Het bekendste is dat Paulus zegt dat er geen groepen meer zijn in Christus (Galaten 3:28, Kolossenzen 3:11). Maar als je wat verder nadenkt, dan herken je inclusiviteit heel gemakkelijk op veel plaatsen. In de brieven van Johannes wordt redding beloofd voor de hele wereld (1 Johannes 2:2). Jezus vertelt, bijvoorbeeld, een parabel waarin de daklozen, de armen, en de blinden bij een feestmaal uitgenodigd zijn (Lukas 14:15–24). Iedereen hoort erbij.

Exclusiviteit

Het valt u misschien op dat we, bij het onderwerp inclusiviteit in de Bijbel, eerder naar het Nieuwe Testament kijken dan het Oude. Dat komt omdat de theologie van het Oude Testament een stuk minder inclusief is. Als we nog volgens dat deel van de Bijbel leefden, had ik weinig kans erbij te horen, immers: ik ben geen deel van het Joodse volk. Door het Oude Testament heen ligt de nadruk niet op inclusiviteit, maar op exclusiviteit. God heeft een uitverkoren volk en God zorgt voor dat volk—boven alle andere volken. Als u dat leest, voelt u zich misschien net zoals ik terwijl ik het opschrijf. Het voelt ongemakkelijk,



want in onze theologie is God inclusief. God houdt van iedereen, evenveel. Toch moeten we goed kijken om iets van die inclusiviteit in het Oude Testament te vinden. Het is er wel, bijvoorbeeld in het boek Jona, waar God een profeet stuurt naar een niet-Joodse stad en de stad tot inkeer komt. Maar het is zeldzaam.

Nu inclusief

Deze draai van exclusiviteit naar inclusiviteit zien we vaak als een groot goed van het christendom. Dát is wat bijzonder is aan Jezus. Hij kwam naar het Joodse volk, maar had een taak die de hele mensheid raakte. En de draai van exclusief naar inclusief zien we al gauw in de geschiedenis van de kerk. Twee vroegkerkelijke grootmachten, Petrus en Paulus, zijn er druk mee bezig. Petrus ziet een visioen met allerlei dieren—rein en onrein—en opeens snapt hij dat het evangelie voor iedereen is (Handelingen 10). Paulus ziet zichzelf als de apostel voor de niet-Joden (Romeinen 11:13). En het christen-

➤ De draai van exclusief naar inclusief zien we al gauw in de geschiedenis van de kerk



dom is nu een inclusieve religie. Maar nu komen we bij het moeilijke stuk. Wat bedoelen we als we zeggen dat we inclusief zijn? Paulus en Petrus zijn het eens, we zijn inclusief. Maar ze zijn het totaal niet met elkaar eens over wat dat betekent, en ze lijken geen blad voor de mond te nemen. Paulus vertelt de Galaten hoe hij Petrus voor iedereen beschuldigt van huichelarij (Galaten 2:11–14) en noemt Petrus, of in ieder geval gelijkgezinden, honden (Filippenzen 3:2). Het is duidelijk dat er wat slecht bloed is tussen de heren.

Inclusief is exclusief

Het lijkt alsof de discussie gaat over iets heel simpels. De kerk is inclusief, dus iedereen kan erbij horen. Maar ... als je er dan bij hoort, moet je misschien meer doen om er écht bij te horen? Moet je gewoon Christus erkennen als Heer, of moet je allerlei andere dingen ook doen? Heel specifiek: moet je een soort Jood worden, die netjes doet wat alle Joden doen? Moet je je laten besnijden? Wat Paulus betreft is de kerk heel inclu-

sief: als je Christus ziet als Heer, hoor je erbij. Maar Petrus lijkt meer te willen, hij lijkt inclusief, maar eigenlijk is hij ook exclusief. De eerste conferentie van de kerk besprak dit probleem en kwam tot een oplossing (Handelingen 15). Inclusief betekent compromissen sluiten. Iedereen moest zich tevreden stellen met een compromis: een viertal delen van de Joodse levensstijl waren noodzakelijk om samen door een deur te kunnen. De kerk zag dat als je té inclusief was, je ook weer anderen buitensloot. Een pragmatische én slimme zet, maar ook weer heel lastig als we theologisch dieper nadenken. Wanneer vanuit het Westen missionarissen naar verre oorden gingen, wilden ze inclusief zijn. Iedereen, ook Afrikanen en Aziaten, hoorden bij de kerk van Christus. Tegelijkertijd waren ze exclusief, er moesten compromissen zijn. Vooral aan de kant van de niet-Europeanen. Mensen in de zendingsgebieden leerden theologie en Europese cultuur als een-en-hetzelfde zien. In de kerk draag je een pak met stropdas, ook

➤ Dit radicaal inclusieve beeld van het evangelie is de spiegel die God ons voorhoudt

al heb je nog nooit een pak gezien, ook al is het 50 graden. En dat is het lastige van inclusiviteit. We zijn heel trots dat het christendom inclusief is, maar tegelijkertijd is veel van het christendom en zijn veel christenen exclusief. Soms lijken we te zeggen: 'iedereen hoort erbij, mits je precies bent zoals ik.'

Gods inclusiviteit

Ik denk dat God heel anders over inclusiviteit denkt. In Openbaring geeft God ons een glimp van het allerlaatste moment van de geschiedenis (Openbaring 21). Een grote, nieuwe, schitterende stad waar we allemaal bijeenkomen. Het grootste, inclusiefste visioen dat mogelijk is: heel de mensheid, verenigd bij God. In deze stad benadrukt God inclusiviteit, maar ook grote verschillen. Het nieuwe Jeruzalem is zeker geen eenheids-worst.

De stad heeft een grote muur. De muren zijn gemaakt van verschillende stenen. De stad wordt dus beschreven als een plek met diverse bouwstoffen. Daarnaast heeft de stad twaalf poorten, allemaal met een andere naam. De namen verwijzen naar de stammen van Israël, een volk dat uit volken bestond. Je kunt erin komen van alle kanten. Nog een teken van diversiteit. En de poorten zullen nooit sluiten, er is altijd inclusiviteit.



Sergey Nivens/Shutterstock.com

Een andere manier

En dan, helemaal aan het einde staat twee keer ongeveer dezelfde zin 'de volken zullen in haar leven' en 'de volken zullen in haar lof en eer betuigen' (Openbaring 21:24, 26). Ook al leeft heel de mensheid in een stad, ook al zijn de naties van deze wereld voorbij, ook al zijn we nieuwe schepselen, toch blijft de Bijbel spreken over volken, niet volk. Iedereen is welkom in het nieuwe Jeruzalem, maar niet iedereen hoeft hetzelfde te zijn.

Dit radicaal inclusieve beeld van het evangelie is de spiegel die God ons voorhoudt. Het christendom is inclusief, en we moeten ervoor blijven vechten dat het inclusief blijft. De menselijke neiging om exclusief te denken blijft voortdurend naar boven komen, maar God laat ons een andere manier van denken zien. Een beeld van echte inclusiviteit. Een beeld van je hoort erbij, zoals jij bent, niet zoals ik ben. Een beeld van eenheid, juist doordat we anders zijn.

IEDEREEN MAG ERBIJ HOREN

Bert Nab

iedereen mag erbij horen

Er zijn geen Joden of Grieken meer, slaven of vrijen, mannen of vrouwen – u bent allen één in Christus Jezus (Galaten 3:28).

Paulus gaat in de brief aan de Galaten behoorlijk uit zijn dak. Niet omdat hij zo blij is, maar juist het tegengestelde. De apostel vindt het nodig om de leden in Galatië eens flink onder handen te nemen en hij schrijft een pittige brief. Op sommige plekken scheldt hij ze eigenlijk gewoon de huid vol.

Verwarring

Wat is er aan de hand? De Galaten hebben het evangelie aanvaard. Zij weten dat zij gered zijn door de genade van Christus. Maar er zijn lieden die de gemeenteleden in verwarring brengen en die proberen hen terug te laten keren op de oude paden. Helaas is er op die oude paden maar weinig ruimte voor genade, want de joodse wet leert dat je moet boeten voor je fouten. De offerdienst wordt in ere hersteld, en dat terwijl Jezus Christus zelf het ultieme offer is geweest voor de fouten van de mensen. Paulus vraagt zich af hoe de mensen zo dom kunnen zijn dat zij weer van het evangelie afwijken en terugkeren naar praktijken die in zichzelf geen redding kunnen brengen. Kan een mens zichzelf redden? Nee, dat kan alleen God en daarom heeft Christus zichzelf gegeven om verzoening te doen voor de fouten van mensen in alle tijden.

Bewustwording

God heeft de mensen een wet gegeven om hen bewust te maken van de zonde. Maar die wet op zichzelf redt niet. Integendeel, de wet veroordeelt vooral. Tevens was de wet ook nogal beperkt en werd vooral aan de Joden gegeven ter bewustwording. Gods genade is er echter niet alleen voor de Joden, maar voor iedereen die ervan wil horen.

Redding voor de mensen

Het offer van Christus laat ons proeven van de redding die God aan de mensen geeft en het laat ons weten dat iedereen erbij mag horen. Gods genade is er voor iedereen. Wordt dan ook zomaar iedereen gered? Nee, we hebben nog steeds de keuze ons leven aan God toe te vertrouwen of hem af te wijzen. Mooi eigenlijk dat God helemaal geen onderscheid maakt tussen culturen, bezit en geslacht. Wat kunnen we daar nog veel van leren. Helaas wordt er in de praktijk op diverse gebieden nog steeds gediscrimineerd. Paulus roept ons namens God op om daarmee op te houden. 'Stop nu eens met in het verleden leven', zegt hij eigenlijk.

Volle kracht vooruit

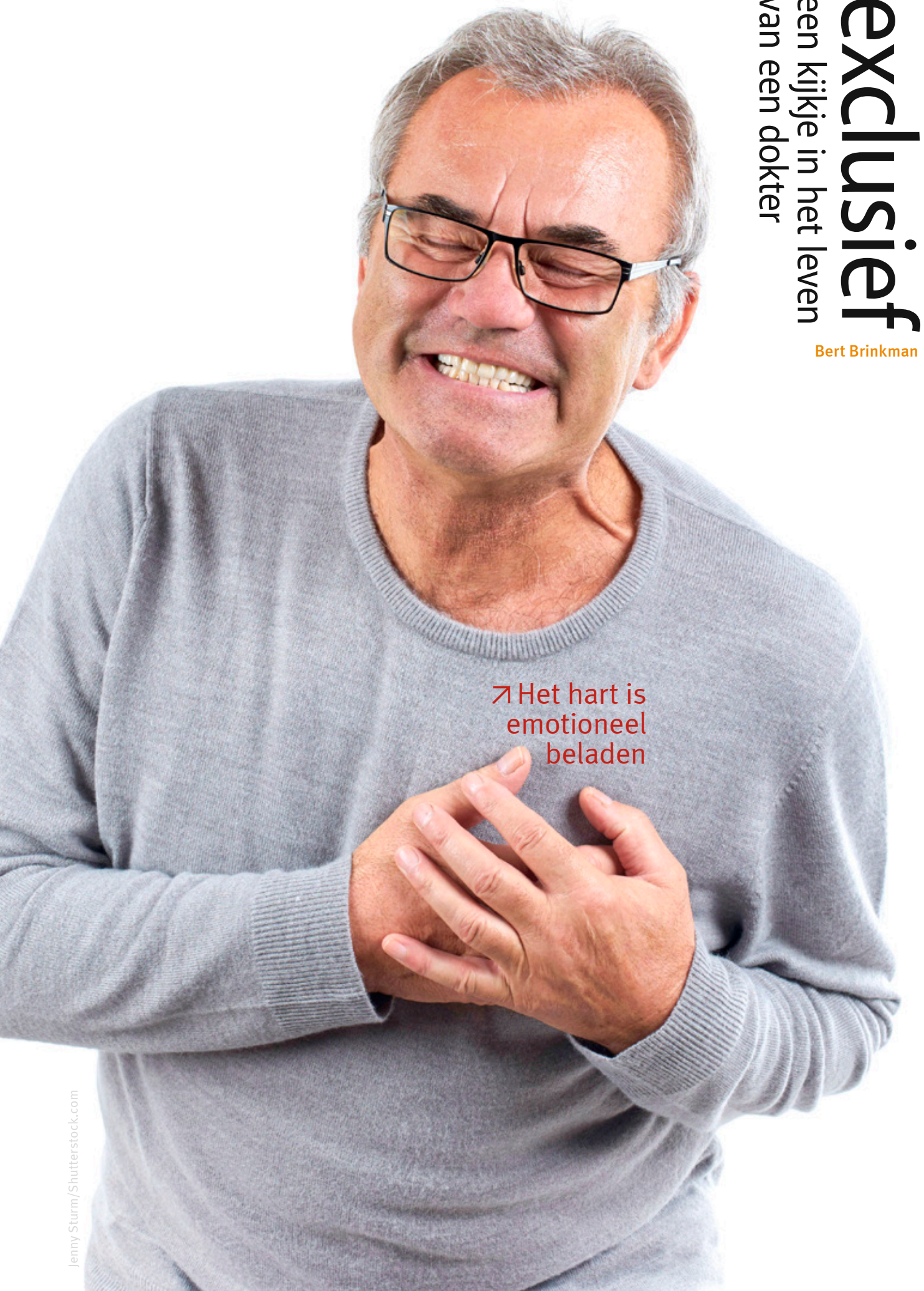
Gods genade richt ons op het heden en de toekomst. We hoeven het verleden niet te vergeten, maar het is ook niet nodig en vaak zelfs onwenselijk om er steeds naar terug te keren. Samen met God mogen we volle kracht vooruit. We mogen genieten van het leven dat ons is gegeven, genieten van het heden en vol hoop en zekerheid vooruitkijken naar de toekomst, een toekomst waarvoor God ons uitnodigt en waar hij iedereen bij wil hebben. In Gods rijk is plek voor iedereen en hij werkt met iedereen die zijn of haar talenten wil inzetten in zijn dienst, jong of oud, rijk of arm, man of vrouw, het is God om het even. God biedt ruimte en veiligheid en bij hem is iedereen gelijk. Hij denkt duidelijk inclusief.



Aad Berger

ArtisticPhoto/Shutterstock.com





exclusief

een kijkje in het leven
van een dokter

Bert Brinkman

➤ Het hart is
emotioneel
beladen

Een artikel dat een raakvlak heeft met gezondheid, over het thema van uw lijfblad: inclusief. Geen gemakkelijke opgave, want niet alles in het leven heeft een medische kant.

Zo loop ik al enige tijd te denken waar ik het dan over zal hebben. En zoals wel vaker als ik iets moet schrijven over een onderwerp dat ligt buiten mijn eigen vroegere vakgebied, de cardiologie, raadpleeg ik Google. En het eerste wat ik lees: inclusie is het omgekeerde van exclusie, buitensluiten, uitsluiten. Daar schiet je niet veel mee op, dacht ik. Maar bij nader inzien misschien toch wel. Want een belangrijk deel van mijn werk bestond uit, waar mogelijk, het uitsluiten van ernstige aandoeningen.

Schuldig tot het tegendeel bewezen is

Het hart is natuurlijk nogal emotioneel beladen en hartproblemen kunnen ernstige gevolgen hebben. Een klacht in de borststreek brengt al gauw de verdenking met zich mee dat het van het hart zou kunnen komen. Gelukkig betekent verdacht, net als bij justitie, niet altijd schuldig. Maar, anders dan bij justitie, is bij het hart de bewijslast omgekeerd. Als het wél het hart is, kunnen er plotseling vervelende dingen gebeuren en daarom gaan we uit van schuld, totdat het tegendeel bewezen is. Bij verdenking op het hart is het: schuldig tot het tegendeel bewezen is. Soms hoort daarbij dat iemand via een monitor in de gaten gehouden wordt op de eerste harthulp, of op een hartbewakingsafdeling. Dat ervaren patiënten vaak als heel ingrijpend. Ik herinner me een gepensioneerde politieagent die in zijn wiek geschoten was omdat ik hem als 'verdachte' had aangemerkt.

Niets mis, maar dan?

Er volgen allerlei onderzoeken, het een wat ingrijpender dan het andere. En dan opeens het punt waarop de mededeling komt: 'Er is met uw hart niets mis.' Een goed gesprek, geruststelling, de tijd nemen, vragen beantwoorden. Wat kan het dan wel zijn? Opluchting, maar ook twijfel. 'Heeft hij wel goed genoeg gekeken?' en 'Als dit het niet is, wat dan?' Is geruststelling genoeg, of komen er vervolgtrajecten bij andere dokters?

Zo was een niet gering deel van mijn tijd gevuld met exclusie. Ik heb het zelf nooit bijgehouden, maar er werd wel eens gezegd dat het percentage van 'verdacht maar niet schuldig' wel 70% kan zijn van het aantal bezoeken aan het spreekuur van de cardioloog en de eerste harthulp.

Wel een hartaandoening

Als ik nu de logica van Google volg, dan blijven de mensen over die wél een hartaandoening blijken te hebben. Zij worden, in ieder geval voorlopig, geïnccludeerd. Er volgen vaak meer onderzoeken om de kwaal verder in kaart te brengen. Vaststellen wat de behandelmogelijkheden zijn, variërend van een simpele pil tot de meest ingrijpende operaties. Samen met de patiënt kiezen welke weg het beste is. Het in gang zetten van die behandeling, zelf of door verwijzing naar collega's met andere vaardigheden. De schrik, aanvaarding, veel praten, opvangen, steunen. Familie opvangen. Na de behandeling volgen het herstel, de revalidatie, de eerste stappen, letterlijk en figuurlijk, terug naar het normale leven. Leren leven met beperkingen. De angst dat het terug kan komen. Welke medicijnen zijn nodig, wat zijn de bijwerkingen, wat moet er aangepast worden. Samen een bijsluiter doorspitten.

Als er geen behandeling mogelijk is, of als die niet het gewenste resultaat geeft, begeleiden in het

accepteren, lijden voorkomen en beperken, troosten, steunen, zorgen voor opvang, stervensbegeleiding. Er zijn voor familie en geliefden.

Veel impact

Kortom: een cardioloog heeft een groot palet aan werkzaamheden. En dat is inclusief alles en iedereen. Iedereen is anders, en maakt het ziekte- en herstelproces op zijn of haar eigen manier door. Aardige en minder aardige mensen: iedereen heeft recht op je zorg en aandacht. Degene die alles accepteert en gelaten ondergaat, maar ook die ene man die altijd weer een nieuwe 'wat als'-vraag bedenkt. Mensen die niet te veel willen weten, maar ook de zoon die na elk contact op internet checkt of je het wel goed doet. Het hoort er allemaal bij. Alles en iedereen, inclusief. En aan het einde van behandeling en herstel verdwijnt wie genezen verklaard is uit je gezichtsveld. Anderen hebben blijvende begeleiding en controle nodig. Het doormaken van een cardiologische gebeurtenis heeft vaak zo veel impact dat velen er behoefte aan hebben om na langere tijd weer eens terug te komen om bevestigd te krijgen dat het nog steeds goed gaat.

Zo heeft u via de omweg van het thema een kijkje gekregen in het leven van een dokter. Insluiten en uitsluiten. Het valt niet uit te sluiten dat ik nog wat vergeten ben, maar dat staat vast in de bijsluiter.



KRUIMELS VOOR DE HONDEN

Jeroen Tuinstra

kruimels voor de honden

Er zijn soms verhalen in de Bijbel die meer vragen oproepen dan dat ze beantwoorden. Dit lijkt zo'n verhaal te zijn. Jezus is samen met zijn discipelen aan het rondreizen en ze belanden helemaal in het noorden van Israël. Een vrouw uit de omgeving, een niet-Joodse Kanaänitische vrouw, roept en achtervolgt Jezus met het verzoek haar dochttertje te genezen. De reactie van Jezus is misschien in de cultuur van die tijd gepast, maar niet iets wat we van hem verwachten. Hij stuurt haar niet weg, maar negeert haar in eerste instantie, alsof ze niet bestaat. Voor de Israëlieten waren heidenen maar onreine mensen die zoveel mogelijk gemeden moesten worden.

Dat zou wellicht de reden zijn voor zijn discipelen om te suggereren dat de vrouw weg moet gaan, maar Jezus is een man met een missie: 'God heeft mij een opdracht gegeven om alleen naar de mensen van Israël te gaan.' Het is niet dat hij haar wil negeren, maar hij moet wel want ze hebben hem harder nodig bij de *mensen van Israël*: 'Want zij zijn net verdwaalde schapen.' Ze blijft aandringen en dan komt wellicht de meest politiek incorrecte uitspraak van Jezus: 'Je moet het brood voor de kinderen niet aan de honden voeren.' Maar de vrouw laat zich niet uit het veld slaan en vastberaden geeft ze Jezus weerwoord. Dit was voor die tijd ook politiek incorrect, dat een heidense vrouw een Joodse man van repliek diende.

Bijbelgedeelte

Jezus reisde weer verder. Hij ging naar het gebied van Tyrus en Sidon. Een vrouw uit dat gebied kwam naar Jezus toe. Ze was niet Joods. Ze riep tegen Jezus: 'Heer, Zoon van David! Heb medelijden met mij! Mijn dochter heeft een kwade geest in zich, het gaat heel slecht met haar.' Maar Jezus reageerde niet. De leerlingen zeiden tegen Jezus: 'Stuur die vrouw alstublieft weg. Ze loopt maar achter ons aan te schreeuwen.' Jezus zei: 'God heeft mij de opdracht gegeven om alleen naar de mensen van Israël te gaan. Want zij zijn net verdwaalde schapen.' Maar de vrouw kwam dichterbij en knielde voor Jezus. Ze zei: 'Heer, help mij toch!' Jezus antwoordde: 'Je moet het brood voor de kinderen niet aan de honden voeren.' De vrouw zei: 'Inderdaad, Heer. Maar er vallen ook stukjes brood onder de tafel. En dat mogen de honden opeten.' Jezus zei tegen haar: 'Je hebt een groot geloof. Wat je gevraagd hebt, zal gebeuren.' En vanaf dat moment was de dochter van de vrouw beter. Matteüs 15:21–28 (BGT)

Reinder Bruinsma

Kort gebed

We danken u, Heer, dat u inclusief bent in uw benadering van ons mensen en dat u uw Zoon voor alle mensen hebt gezonden! Help ons om dat te weerspiegelen in de manier waarop we met anderen omgaan.

Amen

En dat laatste ziet Jezus als groot geloof. Dat ze, ondanks alle vooroordelen in de samenleving, tegen alle gebruiken inging en bleef geloven dat zij, als heidense vrouw, iets mocht ontvangen van deze Joodse rabbi. Het is niet de eerste keer en zeker niet de laatste keer dat Jezus getuigt van een groot geloof, niet bij de *mensen van Israël*, maar bij de heidenen. Die missie, die hij van God had gekregen, was hoog nodig.

Website

Voor het aanbod van onze gratis cursussen verwijzen we u naar onze website www.esda-online.nl

Voorbede

Iedere maandagmiddag om 13.30 uur doen we voorbede voor wie ons daarom vragen. Uw gebedsverzoeken zien wij graag tegemoet op esda@adventist.nl

1 Doen alsof iemand niet bestaat is vaak heel pijnlijk. Wat vindt u ervan dat Jezus deze vrouw negeert? Past dit wel of niet in uw plaatje van Jezus?

2 Dat de heidenen in dit stukje vergeleken worden met honden was misschien in die tijd geaccepteerd, maar waarom corrigeert Jezus dat niet?

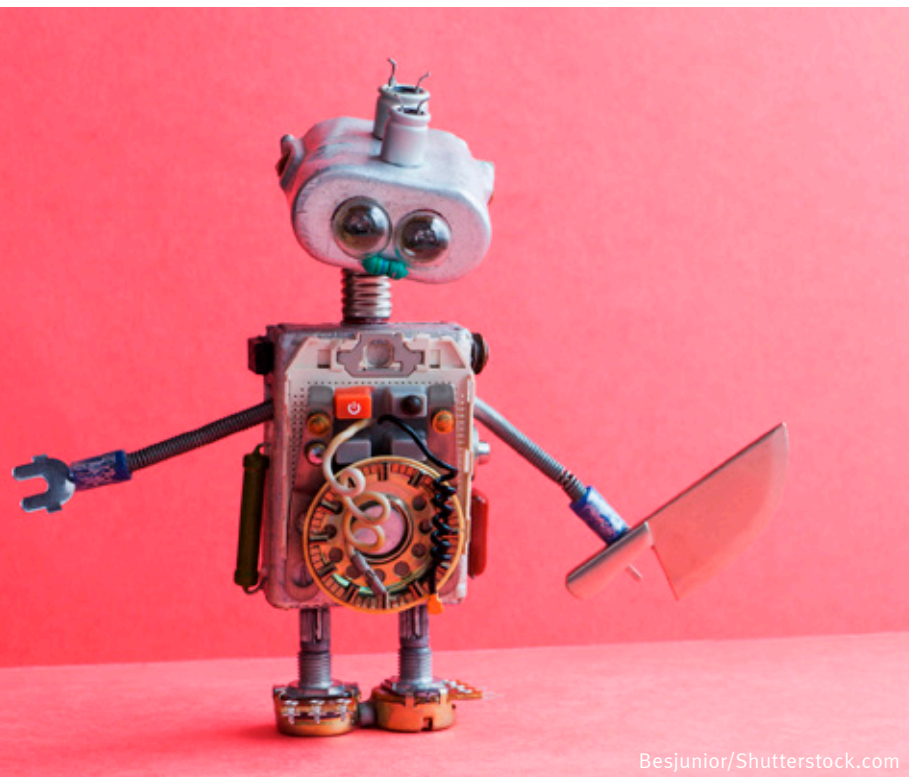
3 Heeft u wel eens een opdracht of missie gekregen waardoor alles in uw leven moest wijken? Hoe vonden de mensen om u heen dat? Steunden ze u of juist niet?

inclusief geloven

14

dialogoog

➤ Besneden
of niet,
je hoort erbij



Besjunior/Shutterstock.com

De Bijbel bestaat uit twee delen, het Oude en het Nieuwe Testament. Het Nieuwe Testament begint met vier verschillende beschrijvingen van het leven van Jezus. Een ervan is geschreven door Lucas, een reisgezel van de apostel Paulus. Behalve zijn vertelling over het leven van Jezus, heeft Lucas ook het bijbelboek 'Handelingen van de apostelen' geschreven. Hierin beschrijft hij de geschiedenis van de vroege kerk en dan vooral het leven van de eerste christenen. Daarin staat het vertellen over het leven van Jezus centraal.

Aan het begin van dat boek Handelingen vragen de leerlingen van Jezus hem of hij in zijn tijd het hemels koninkrijk van God zal oprichten. Jezus antwoordt dat ze zich daar niet mee bezig hoeven te houden. Dat is immers aan God de Vader. Waar zij zich op moeten richten, is het vertellen van het goede nieuws over hem en hoe hij mensen redt. En dan niet alleen in de eigen omgeving, maar overal op aarde. Nadat Jezus dit aan zijn leerlingen heeft verteld, keert hij terug naar de hemel.

Gods Geest

Het boek Handelingen leert ons dat het vertellen over Jezus niet zonder de kracht van Gods Geest gaat. Na Jezus' hemelvaart gaan de apostelen dan ook terug naar Jeruzalem. Daar blijven ze samen biddend wachten totdat zij Gods Geest ont-

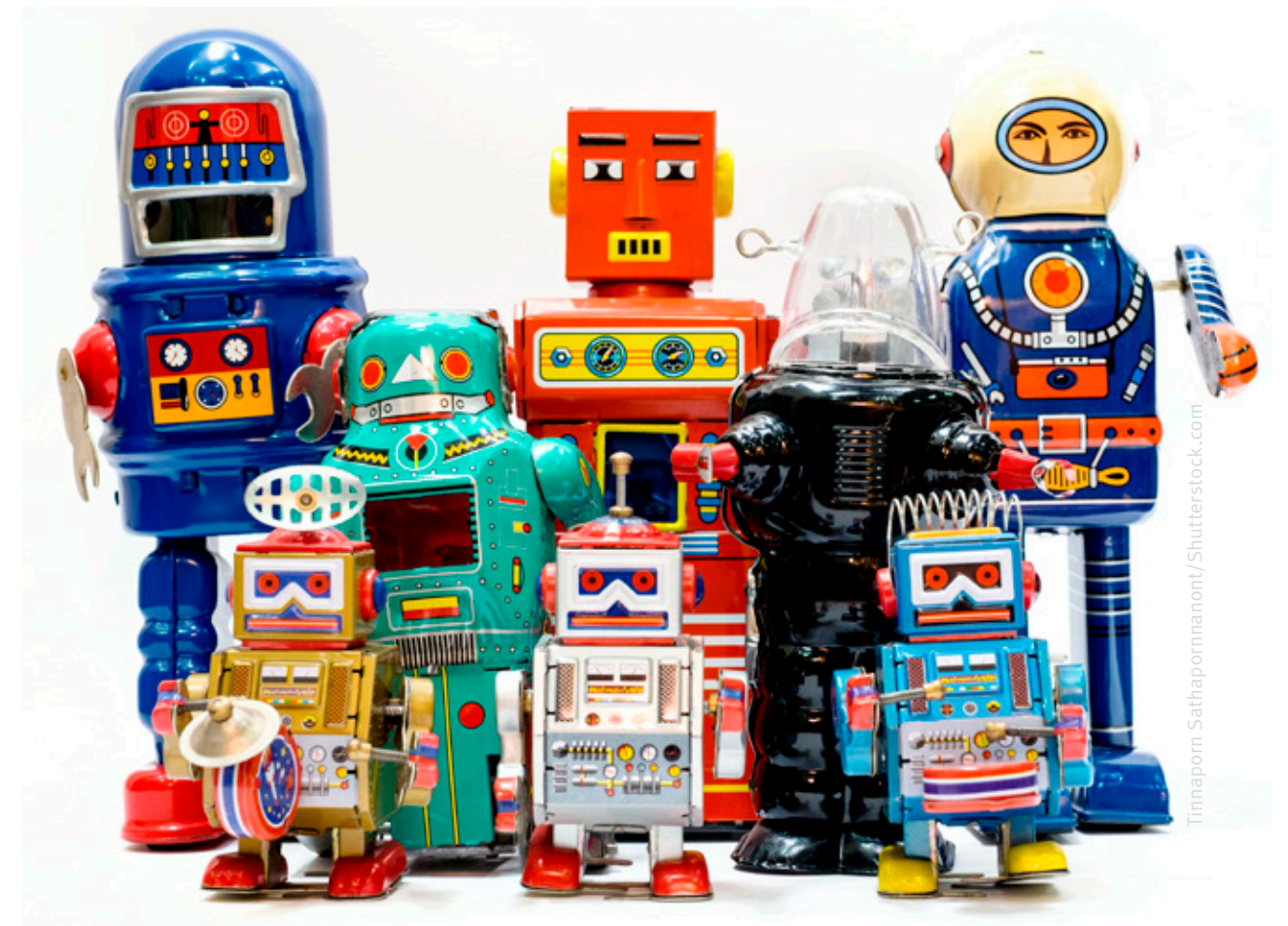
vangen. Hierna houdt Petrus een lange toespraak, waarin hij de toehoorders wijst op het feit dat niet de dood maar het leven het laatste woord heeft. Ook al is Jezus aan het kruis gestorven, God heeft hem uit de dood opgewekt. Jezus is de redder van de mensheid. De mensen vragen aan Petrus wat ze moeten doen, waarop hij aangeeft dat ze hun leven moeten veranderen, zich moeten laten dopen en dat God hen zal vergeven. Het gevolg is een geweldig doopfeest. Maar er gebeurt meer: alle gelovigen gaan daarna met elkaar om als leden van één familie. Ze zijn zeer bij elkaar betrokken.

Betrokkenheid

De betrokkenheid onder de eerste christenen is bijzonder groot. Ze zijn loyaal en zoeken elkaar voortdurend op. Wat ze hebben, delen ze met elkaar. Bezittingen worden verkocht en de opbrengst geven ze aan degenen die het nodig hebben. Elke dag komen ze naar de tempel en thuis breken ze samen het brood en eten gezamenlijk. Ze zijn blij en gelukkig. De een is niet belangrijker dan de ander, ze voelen zich gelijkwaardig. Ze eren God en oogsten waardering van de mensen.

De eerste krasjes

Na deze ideale start van de eerste gemeente vertoont de groep gelovigen de eerste krasjes met de schijnheiligheid en het bedrog van Ananias en Saffira. Ondanks deze eerste rimpels te midden van de gemeenschap, is de groei van het aantal christenen onstuitbaar. De apostelen doen wonderen, worden gevangengezet en geselsd maar weer bevrijd door God. Vervolgens blijven ze het goede nieuws, dat Jezus de redder van de mensheid is, verkondigen. Velen gaan in hem geloven en sluiten zich bij de groep



Tinnaporn Sathapornmanont/Shutterstock.com

➤ De christelijke
kerk kiest voor
inclusief geloven

volgelingen aan. Maar met dat het aantal aanhangers toeneemt, ontstaan er ook spanningen.

Conflicten en tegenwerking

De christelijke gemeenschap moet omgaan met zowel interne conflicten als tegenwerking van buitenaf. Van buitenaf is er sprake van vervolging. Christenen worden gevangen genomen, gemarteld en gedood. Intern zorgt vooral verschil van mening voor spanningen. Vaak ligt de verscheidenheid aan achtergrond van de eerste christenen hieraan ten grondslag. De allereerste christenen komen uit de groep volgelingen van Jezus en hebben een Joodse achtergrond. Zij leven naar de richtlijnen van de Tora. Maar zodra er mensen met een niet-Joodse achtergrond christen worden, ontstaat er verschil van inzicht over de vraag in hoeverre zij zich aan diezelfde Tora dienen te houden. Zo vindt de apostel Paulus, die vooral onder niet-Joden evangeliseert, dat de mannen onder hen zich niet hoeven te laten besnijden (Handelingen

15:1–21). Maar een aantal christenen uit de Joden denkt daar anders over en wil hen die niet besneden zijn uitsluiten van de christelijke gemeenschap. Paulus en andere leiders kiezen echter voor inclusiviteit. Besneden of niet, je hoort erbij. En zo ontstaat onder leiding van de Geest van God de christelijke kerk die kiest voor inclusief geloven. Een keuze waar we ons tot op de dag van vandaag aan kunnen spiegelen.

DIALOOG

Het 3^e kwartaal van het boekje *Dialogoog* is gewijd aan het Bijbelboek *Handelingen van de apostelen*. *Dialogoog* is een halfjaarlijkse uitgave van de Adventkerk.

Bestel *Dialogoog* via www.servicecentrum-adventist.nl.

Prijs (inclusief verzendkosten)
€ 18,00.

15

dialogoog

inclusief doven of slechthorenden

Docent gebarentaal
Petra Bouterse helpt
mensen communiceren
INCLUSIEF DOVEN OF
SLECHTHORENDEN
Lydia Lijkendijk



Petra Bouterse is docent Nederlandse gebarentaal. Haar werk bestaat eruit dat zij andere mensen gebaren aanleert. Ook licht zij mensen voor over gebarentaal en doofheid, zodat zij dat kunnen toepassen in hun dagelijkse communicatie. .

Waarom heb je voor dit vak gekozen?

Omdat ik graag wilde lesgeven, mensen wilde helpen en niet de hele dag binnen achter een bureau wilde zitten. Ik dacht er eerst aan docent handvaardigheid te worden. Toen zag ik een advertentie van de open dag van de gebarentaalopleiding aan de Hogeschool Utrecht. Toen ik eenmaal twee dove mensen zag gebaren daar, was ik verkocht. Ik ben zelfs niet meer naar de open dag van handvaardigheid gegaan.

Wat is het mooie van je werk?

Dat ik mensen een manier geef om te communiceren. Je zou denken dat alle dove mensen gebarentaal kunnen; dat is niet zo. Wanneer een doof kind in een horende familie wordt geboren (in 95% van de gevallen is dat zo) kiezen de families niet altijd voor gebarentaal. Ouders vergeten dan dat het kind een taal mist. Een taal waarin je over alles kunt vertellen; ook over abstracte dingen zoals emoties of dromen en wensen. Gelukkig zijn er ook veel gezinnen waar iedereen meteen aan de gebaren-cursus gaat. Prachtig om te zien. Erg mooi werk om hen te begeleiden.

Zijn er ook zware kanten?

Helaas wel. Ik kom wel eens bij dove mensen thuis die pas rond hun 40e hun eerste gebarentaalles krijgen. Ze hebben dan al die tijd zelfverzonnen gebaren gebruikt. Als ze dan andere doven tegenkomen die de échte gebaren gebruiken, willen zij die ook leren. Ik zie het ook wel eens in gezinnen die uit andere landen en culturen komen. Daar is het een schaamte als je een doof kind hebt. Het kind wordt dan thuisgehouden en gaat vaak niet naar school. Ik heb onlangs, in april 2018, een allochtone dove man van 41 de tafel van 3 geleerd. Hij was zó blij! Ik was dankbaar dat ik dat had mogen doen, maar aan de andere kant ook stomverbaasd dat niemand hem dat ooit geleerd had. Ik moet er meteen achteraan vermelden dat er ook hoogopgeleide doven zijn, die de universiteit doen, masters hebben enzovoorts. Doven zijn net zo slim als horenden, ze gebruiken alleen een andere taal.

➤ ‘Doven zijn net zo slim als horenden, ze gebruiken alleen een andere taal’

Hoe exclusief is een horende wereld voor dove mensen?

Ik kan niet uit eigen ervaring spreken, want ik ben horend. Ik kan wel vertellen wat ik zie en geleerd heb in mijn opleiding en werk. De maatschappij is geheel horend-gericht. Dat hebben horenden vaak niet door denk ik. In de trein en op stations worden mededelingen alleen omgeroepen. De ondertiteling op televisie ontbreekt vaak of loopt zo achter dat je de helft van de informatie mist. De huisarts, verpleegkundigen en dokters in ziekenhuizen kunnen vaak niet gebaren, en ga zo maar door. Dus eigenlijk bij alles wat je doet merk je dat anderen niet op dezelfde manier communiceren of domweg geen rekening met je houden. Gelukkig kun je wel een tolk inhuren en die meenemen. Maar de kosten van een tolk worden ook maar weer gedeeltelijk door de verzekering vergoed: 15% van je werktijd (dat is 6 van de 40 uur), 30 uur per jaar voor privésituaties, en gelukkig in principe 100% van je schooltijd.

Hoe draag jij bij aan hun inclusiviteit?

Doordat ik de mensen een taal of een andere manier van communiceren leer, krijgen ze denk ik hét grootste middel voor inclusiviteit. Maar ik geef ook de mensen om hen heen de handvatten die ze nodig hebben om een doof of slechthorend persoon bij de groep te kunnen betrekken.

Hoe kunnen anderen daaraan bijdragen?

Als je iemand in je omgeving hebt die slechthorend of doof is, maak dan eens een praatje met diegene. Of volg met alle collega's een gezellige gebarenworkshop.

Hoe kijk jij zelf aan tegen het onderwerp ‘inclusief’? Hoe verhoudt zich dat tot jouw eigen geloof?

Inclusiviteit kan lastig zijn. Zeker omdat mensen diegenen die “anders” zijn al gauw uit de groep werken. Dat zie je ook bij groepen binnen het geloof: “Geloof jij iets anders dan ik? Dan hoor jij bij een ander groepje.” Dat vind ik erg jammer. Laten we onthouden dat we allemaal zijn geschapen naar zijn beeld, en dat ieder een goed is zoals hij is gemaakt.

Wat wil je meegeven aan de lezers van Contact?

Probeer iedereen, ook doven en slechthorenden, te betrekken bij jouw groep van collega's, familie, vrienden en burens. Het kost soms wat meer moeite, maar het is zeker de moeite waard!

Maak de wereld inclusief!

Volg deze tips voor de communicatie met dove of slechthorende mensen:

- 1 Zorg voor oogcontact bij het spreken, draai je hoofd niet weg.
- 2 Vraag aan je gesprekspartner wat hij of zij prettig vindt bij communiceren; iedere persoon is anders.
- 3 Bekijk eens de documentaire van de hokjesman over doven op npo.nl. Daar zul je veel van leren!



food for thought

18

groen!

➤ In Nederland gooit de gemiddelde consument voor 155 euro aan eten weg per jaar



Nomad_Soul / Shutterstock.com

Jaarlijks wordt wereldwijd een derde van het voedsel verspilld. In Nederland gooien we 41 kilogram eten per persoon per jaar weg. Daarom stuurde de minister van Landbouw, Natuur en Voedselkwaliteit, Carola Schouten, op 20 maart 2018 een brief naar de Tweede Kamer met haar plannen om dit tegen te gaan.

In Nederland gooit de gemiddelde consument voor 155 euro aan eten weg per jaar. Het vaakst wordt brood en zuivel weggegooid. In 2009 stelde de toenmalige regering zich als doel in 2015 20% minder voedsel te verspillen. De huidige regering heeft als ambitie in 2030 de voedselverspilling met 50% te verminderen. De reden om voedselverspilling tegen te gaan is tweeledig. Aan de ene kant levert het een bijdrage aan het behalen van de klimaatdoelstellingen. Deze duurzame doelen hebben de leden van de VN met elkaar afgesproken. Aan de anderen kant draagt het bij aan voldoende goed voedsel voor een groeiende wereldbevolking.

Voorkom voedselverspillingen

Om dit doel te bereiken heeft minister Schouten een taskforce samengesteld, die als motto heeft: 'Samen tegen voedselverspilling'. De taskforce bestaat uit Neder-

landse bedrijven, organisaties, wetenschappers, overheid en consumenten, omdat de helft van de verspilling plaatsvindt in de keten tot en met de supermarkt. De andere helft gaat verloren bij de consument. De taskforce richt zich primair op het voorkomen en verminderen van verspillingen, en probeert een zo groot mogelijke groep bedrijven te vinden dat zich wil committeren aan dit doel. De taskforce wil groeien naar honderd actieve bedrijven eind 2018, en tweehonderd in 2020. Momenteel zijn McDonalds, Albert Heijn en Sligro lid van de taskforce.

Love food, hate waste

Daarnaast wordt er een campagne gelanceerd die zich richt op de consument. In Groot-Brittannië bestaat een soortgelijk initiatief: 'Love food, hate waste'. Het resultaat van deze beweging was de vermindering van voedselverspilling met 21% in vijf jaar tijd. Op de website samentegenvoedselverspilling.nl vind je veel tips om te voorkomen dat je eten weggooit. Met behulp van de bewaarwijzer kun je bijvoorbeeld van tweeduizend producten uitzoeken hoe lang ze te bewaren zijn na opening van de verpakking. Daarnaast vind je er recepten die je kunt maken met de restjes eten die je in huis hebt, zoals een halve broccoli, een stukje gerookte makreel of een bodempje yoghurt.

Hoewel deze actie als betuttelend kan worden ervaren, ben ik van mening dat we vaker moeten stilstaan bij de tijd, geld en moeite die het kost om ons eten in de supermarkt te krijgen. Dat we dit voedsel vervolgens door laksheid weggooien, is toch iets om over na te denken.

alles of niets

ALLES OF NIETS
Rudy Dingjan

o_shumilova / Shutterstock.com

➤ God handelt in de eerste plaats uit liefde



➤ Toen we vorig jaar overgingen naar een andere provider, ontvingen we bij ons thuis een enorme doos. We wilden alles-in-één (internet, telefoon, radio en tv), goed werkend, en voor een schappelijke prijs. Maar of we het nu wilden of niet, we ontvingen ook mogelijkheden waar we met onze wat oudere tv niet mee uit de voeten konden. Part of the deal, maar onnodig. Met die ongevraagde zaken doen we gewoon niks.

Maar er zijn ook *package deals* die werkelijk ongewenste elementen bevatten. Denk aan medicijnen die je benauwdheid verminderen, maar die je tegelijk ongeschikt maken om een voertuig te besturen. Of die slecht zijn voor je nieren. Je kunt die medicijnen alleen mét bijwerkingen nemen. Ze zitten er verplicht bij. Het is alles of niets.

Kinderen met negatieve bijverschijnselen

Een andere *package deal* is de kindwens. De meesten van ons willen dolgraag miniatuurtjes van onze partners en onszelf verwekken. Het verdriet van 16% van de bevolking aan wie het niet gegeven is kinderen te krijgen is stil, maar

niet minder intens. Ook kinderen komen echter in *package deals*: Vieze luiers en slapeloze nachten vallen in het niets vergeleken bij de verantwoordelijkheden, zorgen en conflicten die onlosmakelijk bij het ouderschap horen. Alles of niets. Ik ken mensen die daardoor tot de conclusie komen dat ze in geen geval kinderen willen. Liever geen kinderen, dan kinderen met die negatieve bijverschijnselen. Op de keper beschouwd, zou je deze 2% van de bevolking gelijk moeten geven. Maar waarom heeft 96% van de bevolking dan toch een kindwens?

Op de koop toe

Natuurlijk spelen soms factoren een rol als een stamhouder willen hebben, of gegarandeerde zorg op je oude dag. Maar veruit de meeste ouders zullen zeggen dat zij al van hun kinderen hielden en naar hen verlangden voordat ze zelfs verwekt waren. Zo is het ook bij Ria en mij geweest. De schrijnende momenten van ons (groot)ouderschap vallen in het niets vergeleken bij de talloze mooie momenten die we met onze kinderen en kleinkinderen hebben mogen delen. De liefde aanvaardt de risico's op de koop toe.

Project mens

Verklaart dit waarom God ooit aan het project mens is begonnen? Waarom hij zich het liefst Vader laat noemen? Hij was zich bewust van de risico's. Als hij wezens zou scheppen om een innige relatie mee te hebben, zou de liefdesband met hen alleen mogelijk zijn als hij hun een vrije wil zou geven. Een opgelegde of automatische relatie zou een tegenspraak in zichzelf zijn. Als God een berekenend persoon was geweest, zou hij, alles afwegend, ervan hebben afgezien. Hij handelt echter in de eerste plaats uit liefde. Gods verlangen naar een relatie met u en mij was groter dan de moeite en pijn die wij, mensen, hem zouden berokkenen. Zoveel zijn we hem waard. Vol vertrouwen mogen we daarom ingaan op zijn verlangen naar een band met hem. Want liefde is en blijft zijn drijvende factor.

19

tenslotte



lets in één adem uitlezen

- Spreekwoord

Vooruitblik

Heeft u ook zo genoten van deze **Contact**? Het volgende nummer verschijnt in september, met als thema Adem. Wij werken alvast aan de adembenemende inhoud!

Contact

is een gratis uitgave van het ESDA-instituut, onderdeel van het Kerkgenootschap der Zevende-dags Adventisten.

ESDA Nederland

Adres Amersfoortseweg 18,
3712 BC Huis ter Heide
Telefoon 030 - 6931509
INGbank NL76 INGB 0000 0383 25
Rabobank NL59 RABO 0155 9483 18

E-mail esda@adventist.nl

Web www.esda-online.nl



ESDA België

Adres Ernest Allardstraat 11,
1000 Brussel
Telefoon 02-5113680
ING Bank BE47 3100 1698 4180

GRATIS Download
Contact Magazine



ESDA Instituut ONLINE
Bijbellessen Online

