

# Nieuwsbrief Vereniging voor Etonie nr. 2

juni 2015

## Woordje vooraf van de redactie :

We ontvingen enkele fijne reacties op onze eerste nieuwsbrief.

In deze tweede nieuwsbrief krijg je vooral nieuws omtrent de oprichting van de Vereniging.

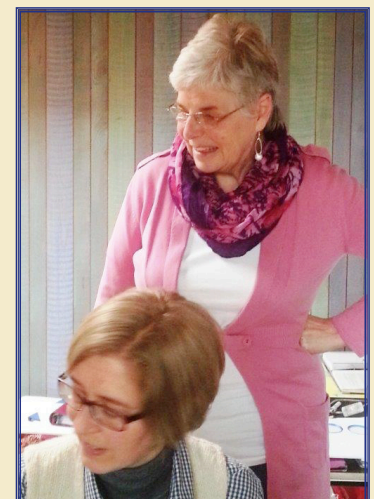
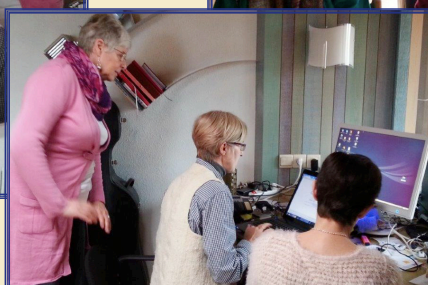
Je reacties of bijdragen ontvangen we graag, om de leden van de VvE op de hoogte te houden van verdere ontwikkelingen - [marleen.polfliet@telenet.be](mailto:marleen.polfliet@telenet.be) -

## ∞ Oprichting van de vzw Vereniging voor Etonie

*Werkverslag Raad van Bestuur - mei 2015 :*

### 1. Administratieve start van de Vereniging voor Etonie

Op 1 maart 2015 werden de statuten goedgekeurd door de aanwezige leden op de eerste algemene vergadering. Het indienen had echter nog heel wat voeten in de aarde. Ondanks herhaaldelijk ingewonnen advies bij het VSDC, Vlaams studie- en documentatiecentrum voor vzw's, kunnen de statuten pas na twee bijkomende herwerkingen ingediend worden bij de rechtbank, vermoedelijk in de eerste helft van juni 2015. Met dank aan An, Mieke en Karlien voor hun volgehouden inspanningen.



### 2. Hernieuwing website

De website [www.etonie.be](http://www.etonie.be) wordt nagekeken. Jack Van Handenhove, Mieke's partner, doet momenteel de meest dringende aanpassingen: naamsverandering en emailadres.

Een grondiger aanpak met de teksten en beelden, vergt meer tijd en overleg. Walter, Marnic, Renild en Jack engageren zich.

Zij willen tegen februari 2016 aan alle eutoniepedagogen voorstellen hoe het gaat worden.

### 3. Voorstelling en motivatie van de leden van de Raad van Bestuur



#### **An Matthé - Voorzitter**

*Ongeveer 40 jaar geleden ontdekte ik Eutonie. Ik herinner mij nog levendig dat ik een cursus volgde in Drongen bij Trees Windels tijdens mijn zwangerschap van mijn dochter (38 jaar nu). Heerlijke ontspannende oefeningen op de grond, alles stroomde. De bevalling verliep optimaal. Ons Tine was een hele rustige baby, hele wakkere oogjes.. Toen ons Tine beviel van haar dochter (juli 2007), verliep ook haar bevalling optimaal. 'Zo'n evenwichtige, goed liggende baarmoeder heb ik nog nooit gezien in heel mijn carrière', zei de gynaecologe van mijn dochter.*

*Deze ervaring met mijn dochter bracht me terug bij de Eutonie.*

*Na 35 jaar 'stilliggen' volgde ik een dag bij Mia De Walsche, Eutonie en Zen te Geel. Het was alsof ik thuiskwam in mijn lichaam, alsof die 35 jaar er nooit waren geweest ... zo'n herkenning, zo'n rust ...*

*Via Trees Windels rolde ik in het Waarderend onderzoek september 2013. Ik kwam terecht bij de focusgroep 'Beroepsvereniging'. Vanuit mijn positieve ervaring vond ik het zeker goed dat na zovele jaren, het Eutonie gebeuren in België, vaste legale vorm kreeg!*

*Daarom zette ik mijn schouders onder deze focusgroep. Anderhalf jaar werkten Hanneke, Therese, Mieke, Renild, Karlien, Marleen en ikzelf samen om de statuten van de nieuwe vzw vorm te geven.*

*Tijdens het forum van 1 maart 15 te Lier, de algemene vergadering van de nieuwe Vereniging voor Eutonie ben ik in het voorzitterschap gerold ....*

*Ik voel mij dankbaar voor het vertrouwen dat de gemeenschap van Eutonie vrienden, in mij stellen. Samen met de ander verkozen leden van de Raad van bestuur : Chantal, Hanneke, Jill, Karlien en Mieke, hou ik met veel enthousiasme de boot van de Vereniging voor Eutonie stevig en veilig varend!*



#### **Mieke Braet - Secretaris**

*Ik wil meebouwen aan een dragende structuur voor de Eutonie. Dankzij een interne structuur is er stevigheid wanneer er stappen gezet worden in de buitenwereld.*

*Ik zie de vzw als een ondersteunend skelet, dat in dienst staat voor het samenspel van de verschillende leden en dynamieken in de vereniging. Ik wil meewerken aan de interne organisatie en de interne integratie van de vele boeiende dynamieken. Dergelijke processen vergen tijd : stap voor stap, rekenend op het draagvlak van de leden, geloof ik dat we over 20 jaar een vaste waarde zullen zijn t.a.v. de stakeholders in de buitenwereld.*



#### **Karlien Missinne - Penningmeester**

*Eutonie boeit me tot in elke vezel van mijn lijf. En heeft sinds 2006 grote impact op mijn manier van leven, een impact die ik als zeer positief ervaar. Wat me over de streep trok om in het bestuur te stappen?*

- *De kracht van de fijne samenwerking die ik gedurende 1,5 jaar mocht ervaren bij het voorbereiden van de statuten voor de toekomstige Vereniging voor Eutonie.*
- *Mijn internationale contacten, vooral met de Duitse collega's, kan een meerwaarde bieden voor de beginnende werking van ons eigen bestuur.*
- *De zin om mijn leergierigheid te volgen en meer te ervaren wat besturen inhoudt. Met cijfertjes voel ik me meer op mijn gemak en penningmeester zijn is dan ook de functie die ik me momenteel zie doen.*
- *De goesting om mee op te starten, krijtlijnen uit te stippelen en voor de komende drie jaar aan eutonie een steviger platform te bieden in het nederlandstalig landschap.*



#### **Chantal Dufour**

*Als lid van de Raad van Bestuur wil ik graag in overleg en samenwerking, stevige fundamenten leggen voor de nieuwe Vereniging voor Eutonie. Ik voel me aangesproken om deel uit te maken van dit bredere verhaal: Eutonie in de wereld zetten en meer zichtbaarheid geven. Daartoe wil ik mijn energie inzetten om een ronkende locomotief mee aan te drijven zodat die trein kan bollen en voluit gaan.*



### **Hanneke Hoos**

*Ik draag de eutonie al meer dan 30 jaar een warm hart toe. In de aanloop naar het vormen van een vereniging zijn we nog niet klaar. De uitwerking van het HH reglement en een beroepsprofiel zullen mijn speerpunten zijn in de kamer. De reden dat ik zitting heb genomen in dit bestuur, is dat ik mee wil zorgen voor het uitwerken van een referentiekader voor de eutoniedragers<sup>ves</sup> en de belangstellenden. Tevens dank aan alle aanwezigen op de vergadering van 1 maart 2015 die instemden met mijn deelname.*



### **Jill Penton**

*Ik ben van 1958, woon in Eindhoven en werk als zelfstandig fysiotherapeute met de GDS-spijerkettingen en als eutoniedragers<sup>ves</sup>. Mijn hobby's zijn tuinieren, wandelen, imker. Enkele persoonlijke kenmerken zijn nauwkeurigheid, accuraat- en speelsheid. Besturen veronderstelt een intentie, doel of richting en ik kan mij absoluut in de doelen van de statuten vinden. De eutonie mag niet verloren gaan en heeft een stevig draagvlak nodig om zich verder te professionaliseren. Daarom was het voor mij een makkelijke beslissing om hierin mee te gaan.*

## **4. Contactpersonen voor de kamers**

Elke kamer heeft een contactpersoon in de Raad van Bestuur. Deze aanspreekpersoon moet de kamer niet coördineren, maar volgt op wat er binnen de kamer gebeurt. Hieronder vind je het huidige overzicht van de verschillende kamers.

<b>Kamers</b>	<b>Trekkend lid - andere</b>	<b>Contactpersoon RvB</b>
<b>Doelgroepen :</b> - Ouderen ... - Burnout, CVS ... - Psychiatrie ... - Handicap ... - Onderwijs ...	<i>Ruth, Mia, Josephine en Greta Rita Leen Margriet, Linda Isabella (geen trekkend leden)</i>	Voorlopig geen contactpers. Eventuele vragen kunnen tijdelijk aan An doorgegeven worden.
<b>Boek en wetenschap</b>	<i>Louise, Josephine, Marleen, Margriet, Therese</i>	Hanneke
<b>Website - Public relations</b>	<b>Walter, Marnic, Renild</b>	Jill
<b>Beroepsvereniging :</b> huishoudelijk reglement en beroepsprofiel	<b>Jill, Karlien, Katrien, Hanneke</b>	Jill
<b>Interne netwerking</b>	<b>Marleen, Kristina</b> (nieuwsbrief) <i>Jill</i> voor Nederland <i>Chantal</i> voor België	Karliën (nieuwsbrief)
<b>Navorming</b>	<i>Chantal</i> (geen trekkend lid)	Chantal
<b>School</b>	(geen trekkend lid)	
<b>Algemene zaken</b>		An

**Praktische afspraken omtrent de communicatie tussen leden, kamers en raad van bestuur :**

**- Algemeen :**

Stuur je een **mail**, vermeldt dan als onderwerp de **naam van de kamer en je thema**, eventueel de persoon in wiens naam je iets doorstuurt. Dit zal het ons wat makkelijker maken om de doorgestuurde mailtjes op te volgen.

- **Informatieve mails** die je wil doorsturen, kan je best sorteren volgens de kamer waarin het past.  
Je stuurt het door naar de trekker van die kamer, of indien er nog geen trekker voor die kamer is, naar de contactpersoon voor die kamer.
- Heb je zelf of vanuit je kamer **een specifieke vraag voor de RvB** en wil je dit op hun agenda ter bespreking, graag 5 werkdagen vooraf doormailen aan Mieke - [mieke.braet@telenet.be](mailto:mieke.braet@telenet.be) -  
Als secretaris stelt Mieke de agenda samen.  
Vragen die niet tijdig doorgemailed werden, kunnen pas op de daaropvolgende raad van bestuur geagendeerd worden.

***Datum raad van bestuur : 27 juni 2015.  
Agendapunten versturen vóór 22 juni 2015 !!!***

**- Concrete plannen en acties in de kamers :**

Aan elke kamer vragen we om schriftelijk te formuleren waaraan je wil werken : op korte termijn d.w.z. dit jaar, op langere termijn of plannen voor de toekomst.

Bezorg ons dit tegen **uiterlijk 1 oktober 2015**. Dan heeft de RvB nog 2 bijeenkomsten om alle plannen ten gronde te bespreken. De bedoeling is dat elke kamer zijn plannen/projecten kan voorstellen op de algemene vergadering van februari 2016. Elke kamer maakt zo een concrete verbinding met de algemene doelstellingen van de VvE. Deze doelstellingen worden dan vertaald in operationele doelstellingen en bijhorende acties (zie aparte bijlage).

- Kamers waar nog geen echte werking is, waar nog geen trekkend lid is of waarvoor nog medewerkers nodig zijn, zullen op de algemene vergadering van februari 2016 opnieuw bekeken worden.



## ∞ Focusgroep/Kamer **-Public relations en website-**

### *Bericht :*

Wij willen met een meer wervende website mensen 'lokken' naar een eutoniecursus. We leggen momenteel contacten met professionals die ons daarvoor met raad en daad bijstaan.

Op de site kan je het korte filmpje zien 'kijkje in een cursusgebeuren'. Dit kan besteld worden bij Renild aan 10 €. Het kan gebruikt worden om je activiteiten te promoten.

<http://www.eutonie.be/index.php/galerij-sp-304586524/kijkmee>

We willen je cursussen op een adequate manier mee helpen bekendmaken. Daarom onze vraag:

***Stel je top 3 samen : 'Welke behoefte heb ik aan ondersteuning om mijn cursussen te promoten'.***

Graag deze Top 3 zo snel mogelijk bezorgen aan Walter, Marnic of Renild :

- [walter.vangorp@eutonieschool.org](mailto:walter.vangorp@eutonieschool.org) - [marnic.clarys@kdg.be](mailto:marnic.clarys@kdg.be) - [renild.vdp@gmail.com](mailto:renild.vdp@gmail.com) -

## ∞ Focusgroep/Kamer **-Wetenschappelijk Onderzoek-**

### *Bericht van Louise Hoyng :*

Ik ben gestart met een Literatuurstudie naar 'wetenschappelijk' onderzoek in binnen- en buitenland rond de werkzaamheid van de eutonie. En wens uit te zoeken : welk onderzoek is beschikbaar en hoe kunnen gegevens toegankelijk gemaakt worden?

***Indien je dus over informatie rond specifieke thema's beschikt, dan ontvang ik graag je voorstellen en ideeën .. Of indien je 'n specifiek onderdeel wil uitdiepen, zoals bvb. fascia en eutonie ... dan mag je dit sturen naar - [louise.hoyng@kpnmail.nl](mailto:louise.hoyng@kpnmail.nl) -***

Hieronder enkele voorbeelden :

- In een artikel d.d. maart 2015 schrijft Karin Schaefer : 'was Gerda Alexander mit ihrem Spürsinn erforschte, wird wissenschaftlich bestätigt'.  
Zij bespreekt o.a. : - de relatie tussen tonusadaptatie en spiegelneuronen (zo ook Dr. Lermieux, Dr. Milz, Dr. Van Duppen)  
- spanningsregulering van het bindweefsel (fascia onderzoek Dr. Schleip, zie ook de fasciatherapie Danis Bois).
- Via internet las ik over een eutonie-pilot project in Allensbach Dl. (2008-2010) onder leiding van Dr. Liepert, neuroloog en over de ervaringen van diverse Duitse medische specialisten met de eutonie.
- In de Duitse herziene uitgave "Eutonie. Ein Weg der körperlichen Selbsterfahrung" van Gerda Alexander bespreekt Dr. Huber de implementatie van de eutonie in de universitaire studie 'gezondheidsberoepen' in Berlijn. Eveneens worden principes van de eutonie-pedagogiek vanuit neurofysiologische inzichten belicht.

∞ Studiedag **-Senioren in de maatschappij-**  
7 mei - Antwerpen - organisatie uitgeverij Garant

*Mededeling door Renild Van den plas :*

Vooraf de sessie 'Persoonsgerichte zorg' bleek voor ons, eutonievrienden, interessant. De heer **Jurn Verschraegen**, directeur van het Expertisecentrum Dementie gaf een lezing. Na afloop kon ik hem aanspreken over euntonie. Hij was zeer geïnteresseerd in wat euntonie mogelijks kan betekenen voor dementerende personen en vooral ook, voor hun mantelzorgers. Het Expertisecentrum Dementie heeft diverse regionale centra, waar je met uw euntonie-aanbod terecht kan. Kijk daarvoor op [www.dementie.be](http://www.dementie.be). Het zou boeiend zijn om jouw ervaringen met deze organisatie én met deze doelgroep te delen.

∞ Studienamiddag **-Chronische pijn en zingeving-**  
dinsdag 19 mei 2015 - Provinciehuis Leuven

*Persoonlijke impressies door An Matthé, VvE :*

Het was plezierig om met drie euntonievrienden, Walter Van Gorp, VES, Karlien Missinne, VvE en mezelf aanwezig te zijn op deze boeiende namiddag.

Deze werd ingericht vooral door het KSGV, kenniscentrum voor levensbeschouwing en geestelijke volksgezondheid in Tilburg NL, in samenwerking met het Openbaar Psychiatrisch Zorgcentrum te Geel.

Drie vrouwelijke voordrachtgevers bespraken op een indringende wijze de relatie tussen chronische pijn en zingeving.

Chronische pijn heeft invloed op zingeving, zegt **Jessie Dezutter**, doctor in psychologie en onderzoekster. Een nieuwe balans vinden tussen gevoelens van machteloosheid, pijn, kwetsbaarheid en zingeving is belangrijk : cognitief herkaderen, zingevingprocessen stimuleren om te 'copen', te leren omgaan met chronische pijn. Mensen die vaak bidden en mediteren hebben een hogere pijntolerantie.

**Anita Galle**, lic. godsdienstwetenschappen en psychotherapeute, zelf chronische pijn-patiënte en auteur van het boek 'Ik daag U uit, God. Leven met chronische pijn' - Halewijn 2014 - benadrukte de kracht van dankbaarheid en het observeren, bij de verwerking van pijn : terugplooiën op zichzelf, minder slachtoffer worden, toelaten van kwaadheid, oefenen van geduld, onder ogen zien van eenzaamheid ... waardoor de pijn 'vloebaarder' wordt.

**Mieke Vermandere**, huisarts en onderzoekster, bespreekt spiritualiteit in de gezondheidszorg. Mensen terugbrengen tot hun spirituele krachtbron, vind zij belangrijk om te genezen of om rustig 'over te gaan' (palliatieve zorg). Het spiritueel zorgproces illustreerde zij aan de hand van het 'Ars Moriendi Model' bewerkt door Carlo Leget - Lannoo 2008.

"Deze drie verschillende benaderingen spreken me aan, doch lijken me vrij mentaal. Welke betekenis heeft de aanraking?" vroeg Karlien bij de nabespreking. De sprekers bleven het antwoord schuldig ....

Euntonie is volgens mij hier een prachtig antwoord, bij de beleving, ervaring van en de verwerking van chronische pijn op zingevende wijze, op lichamelijk, psychisch en geestelijk vlak ! Een positieve indruk !

## ∞ V.E.S. -dossier 'Eutonie: duurzame zelfzorg'-

*Bericht van Therese Windels :*

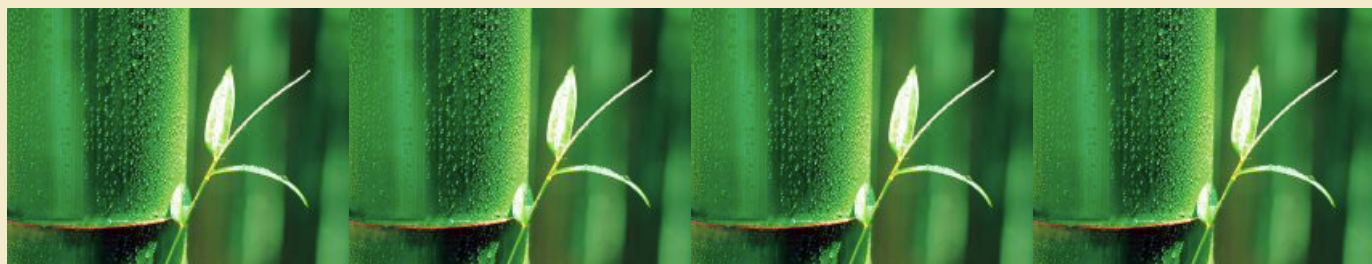
Dankzij de overtuigende tussenkomst van **Marie-Reine Blommaert**, voormalige Prof. aan de VUB en opgeleid in de 6de cyclus, kreeg ik de kans om met 99 VUB-studenten 2de kine, een korte smaakmaker 'eutonie' te brengen. **Katrien Janssen** was hierbij ondersteunend aanwezig. Dit gebeurde in april en mei, op voorstel en in aanwezigheid van **Prof. Eric Kerckhofs**, verantwoordelijke van de Kineafdeling, in zijn kineruimte in Jette. Een voorbereidend gesprek was hieraan voorafgegaan, waarin Prof. Kerckhofs zelf toen verschillende mogelijkheden op tafel legde. Meer hierover later...

Op 26 februari hebben **Jan Van Dooren** en ikzelf - als twee oud-studenten van het sportkot - de Decaan van de FaBeR KUL (Faculteit Bewegings- en Revalidatiewetenschappen) in Leuven ontmoet gedurende meer dan twee uren.

We spraken over de al te eenzijdige lichamelijke opvoeding en bewegingswetenschappen en hebben de mogelijkheden van de eutonie belicht. Meer hierover later...

Op zondag 31 mei waren **Veerle Weyns** en ikzelf op de BMC Conference, Body Mind Centering Congres, in Gent. Veerle Weyns is in opleiding eutoniepeditagogie<sup>ves</sup> en is opgeleid in BMC. De 'Eutony' is weinig of niet gekend in deze Amerikaanse middens. Een kort contact met **Bonnie Bainbridge Cohen** liet toe een gemeenschappelijke zorg rond 'belichamen' te delen. Een basistekst rond de eutonie staat in hun presentatiebrochure.

*Deze ontmoetingen hebben er mede toe geleid het dossier 'Eutonie: duurzame zelfzorg - gezondheid, preventie, revalidatie 2015' te finaliseren en voor iedereen ter beschikking te stellen. Het kan gedownload worden op - [www.eutonieschool.org](http://www.eutonieschool.org) - Met dank om het verder te verspreiden en door te geven.*



*Meldt tijdig je cursus aan in de activiteitenkalender op [www.eutonie.be](http://www.eutonie.be).*

*En volg de eutoniegroep op *

*Nieuwsbrief 2 van de Vereniging voor Eutonie - juni 2015  
onder de redactie van Marleen Polfliet  
layout Kristina Nijs*