

## Nieuwsbrief van Kicozo & AromaZorg Zuster nov-dec 2022:

- Lieve mensen...
- Korte nieuwtjes
  - \* Koele Buikwassing™ gepubliceerd in Pallium magazine
  - \* Veelbelovende scripties van onze studenten
  - \* Ludieke aankondiging Handreiking Complementaire Zorg tijdens Congres
  - \* Podcast over Complementaire Zorg met Thomas Groen en Maaïke van Sasse
  - \* Kicozo Symposium Emotionele en Spirituele Zorg in de Laatste Fase, 12 mei 2023
  - \* (Engelstalig) nieuw en geweldig boek verkrijgbaar vanaf begin 2023: Palliative Touch door Cynthia Spence.
  - \* Essence of Clinical Aromatherapy International Seminar Mei 2023
- Van AromaZorg Zuster:
  - > Opkikkertje, ideaal op sombere lusteloze momenten
  - > Zachte Lippen & Huid, de perfecte verzorging voor kwetsbare patienten
- Scholingsoverzicht - Agenda Kicozo voor vertrouwde en nieuwe cursussen en workshops

<https://www.kicozo.info/scholingen/professionals/agenda-scholingen-zo/>

- Congresagenda

### Lieve mensen...

Hé, hé, we dachten dat hij maar voort zou duren, die lange zomer, maar nu is het toch druilerig, koud en echt het weertype dat je verwacht in de laatste maanden van het jaar. Ja, het is koud en de kachel aan hebben is een kostbaarder geschiedenis dan ooit, maar het klopt wel weer in mijn beleving. We hebben nu eenmaal seizoenen in ons kikkerlandje, al lijkt het allemaal wat te verschuiven.

Vandaag hebben we net de potplanten in Heerlijkheid De Levensboom binnengehaald, die het buiten met vorst niet zo naar hun zin gaan hebben. Tenslotte willen wij bij Kicozo goed voor alles zorgen. De mirte, bergamot en citroenbomen staan nu, gebroederlijk samen met de lemongrass en aloë vera in de schuur, waar ze vorstvrij kunnen overwinteren. We hebben er daglicht ledlampen op een timer boven hangen zodat ze in elk geval voldoende licht krijgen.



Zelf heb ik gelukkig geen last van het gebrek aan daglicht nu de dagen korter en korter worden maar veel mensen maakt het wat sombertjes of hebben er zelfs heel veel last van.

Wist je dat sommige essentiële oliën in verdamping of in een inhaler echt fijn kunnen zijn om je stemming op te krikken in perioden dat je wel een mentaal of emotioneel opkikkertje kunt gebruiken? Je leest er meer over onder Van AromaZorg Zuster – **Opkikkertje**.

Verder kun je daar ook informatie vinden over **Zachte Lippen & Co**, een ideale verzorging voor je droge lippen, kapotte mondhoekjes en droge schrale handen. Vooral nu de winter er echt aan lijkt te komen en de lucht in huis weer droger wordt kan die huid wel wat extra zorg gebruiken. En je leest er ook hoe geweldig dit product voor zieken en stervenden is. Een “must have” dus voor jezelf en je patiënten.

Ons fijne team is intussen druk geweest met scholingen en congressen. Denk aan de vrijwel altijd drukbezochte 3-daagse scholing Complementaire Zorg in de Palliatieve Zorgverlening die onze **Annemarie Eskes** in **Heerenveen** geeft en **Barbara Van Ouytsel**, **Marion Beek** en **Lizet Brans** ondermeer op de fijne locaties van **Skills Update in Veenendaal**, in-company voor diverse opdrachtgevers, of op onze eigen mooie **Kicozo campus in het Brabantse Wernhout**.

Ook waren we aanwezig op diverse congressen, waaronder het **Nursing Pijncongres**, waar onze Marion de deelnemers kon informeren en inspireren over niet-farmacologische zorg bij pijn. Hierbij deed AromaZorg Zuster een duik in het zakje door Koolzuurbaden (bij neuropatische en andere pijnen) en Koel Gevoel – de ideale gel voor stompe letsels, 1e graads brandwonden en pijnen van het bewegingsapparaat.



Zelf geef ik vooral de lessen in de **Jaaropleidingen AromaZorg** in de Oncologie en AromaZorg in de Zorg. Nu al ben ik bezig met het updaten van het lesmateriaal voor de Jaaropleiding die in September 2023 start.

Daarnaast verzorg ik de **Train de Trainer workshops Koele Buikwassing™** aan hen die al ruime ervaring met deze geweldige interventie hebben en deze op professionele wijze willen doorgeven binnen hun team of organisatie.

Sowieso is het werken met water, AquaZorg, een fijne techniek die in korte tijd langdurig welbevinden kan geven. Denk aan hete nekschoudercompressen die patiënten helpen om pijnlijke spieren en banden te ontspannen, maar ook de geest want wat kun je toch veel op je nek hebben. Of een lendenkompres of buikkompres. Onze cursisten leren niet alleen hoe weldadig dit is voor patiënten maar ook voor henzelf, want de **AquaZorg in de Zorg** scholing is een regelrechte wellness dag voor cursisten. Tel daarbij het warme voeten bad op, inclusief het Koolzuurbad waarover ik in de vorige nieuwsbrief vertelde, en cursisten hebben diverse tools in handen om extra welbevinden te ervaren en te geven.



Kijk gauw op de **KICOZO.INFO Agenda** welke verdere scholingen er nog meer aankomen, van de veelgevraagde Complementaire Zorg in de Ouderenzorg en Psychogeriatric, tot Rust in de Nacht en Compassie bij het Sterven. Vanaf deze pagina klik je eenvoudig door naar de uitgebreide beschrijvingen op de website.

### **Nieuwtjes**

#### **\* Koele Buikwassing™ gepubliceerd in vakblad Pallium**

De Koele Buikwassing™ is een “hot item” geworden in de zorg en de belangstelling voor deze grotendeels experience based interventie neemt toe. Het is dan ook een van de meest effectieve niet-farmacologische interventies bij obstipatie. In de vorige nieuwsbrief schreef ik al dat de interventie ook beschreven zal worden in de gloednieuwe Handreiking Complementaire Zorg van het IKNL, die in mei 2023 naar verwachting online zal komen. En dat is niet de enige mijlpaal...Hoofdredacteur Rob Bruntink, die 24 jaar verbonden was aan het vakblad Pallium nodigde mij uit om er een artikel aan te wijden in de allerlaatste Pallium. Deze is inmiddels verschenen en je begrijpt dat ik het een geweldige eer en plezier vond om te doen – met als ultieme doel om nog meer aandacht te krijgen voor de interventie. Dank je wel Rob voor alle jaren Pallium – en het ga je goed met je verdere activiteiten binnen de palliatieve zorg.



### \* Veelbelovende scripties van onze studenten AromaZorg in de Oncologie

Op 1 december studeert een mooie groep studenten af aan onze Jaaropleiding AromaZorg in de Oncologie. De groep varieert van verpleegkundigen tot massagetherapeuten. Ik ben nu al trots op hen, want inmiddels zijn de scripties ingeleverd en wat zitten er pareltjes tussen. Met de kennis en vaardigheden die zij hebben opgedaan, en gecombineerd met de eigen professionele achtergrond kunnen zij straks de ideale ondersteuning geven aan patiënten met kanker.

Heb jij al basiskennis en vaardigheden in het werken met essentiële oliën? En wil jij ook leren hoe je dit veilig en met oog voor holistisch welzijn voor mensen met kanker kunt doen in jouw zorg of praktijk?

Kijk dan op de KICOZO.INFO website onder Scholingen -> Masterclasses Oncologie. In diverse thema weekenden (vrijdag en zaterdag) kun je je onderdompelen in evidence informed ondersteuning bij het vergroten van het welzijn, het verlichten van bijwerkingen en symptomen en het hervinden en ondersteunen van de eigen krachtbronnen.

Mocht je vragen hebben over deze Masterclasses en of je mee kunt doen? Neem dan gerust vrijblijvend contact met mij op via email.

### \* Ludieke aankondiging IKNL Handreiking Complementaire Zorg tijdens Congres

Het was een mooi congres, het Congres Complementaire Zorg, als altijd weer tiptop verzorgd door het team van **Marcellino Bogers van Congressen MetZorg**. Ik was gevraagd om een workshop te geven over AquaZorg in de Zorg en daarnaast om plenair een korte presentatie te houden over de voortgang van de nieuwe IKNL Handreiking Complementaire Zorg in de Palliatieve Zorg. Het was natuurlijk een geweldige gelegenheid om een ludieke draai te geven aan mijn presentatie "**Van Hekserij... naar IKNL Handreiking Complementaire Zorg**". Want zeg nou zelf. Soms kom je ze nog tegen, de mensen die toch nog wel wat hekserij en kwakzalverij achtige vooroordelen hebben tegen complementaire zorg. Dus daarom had ik mijn bezem en heksenmuts afgestoft (die staan al sinds jaar en dag in de vitrinekast bij andere antieke spullen en denkbeelden 😊), waarmee ik het podium betrad. De deelnemers konden het wel waarderen. Maar alle gekheid op een bezem... complementaire zorg verdient zijn plek in totaalzorg, de integratie van alle goed onderbouwde zorgvormen die minstens net zoveel aandacht hebben voor de mens and de diagnose.





Kicozo's Madeleine presenteert van "hekserij" -> IKNL Handreiking complementaire zorg

### \* Podcast met Thomas Groen en Maaïke van Sasse

Op 18 november mocht ik aanschuiven in de studio van **Maaïke van Sasse** in Woudrichem. Zij en **Thomas Groen** schrijven blogs en verzorgen podcasts en reels die via diverse onlinekanalen te volgen zijn en die gekenmerkt worden door hun eigen passie en ervaringen in de zorg. Maaïke is verpleegkundige, verplegingswetenschapper en docent verpleegkunde op de Hogeschool Rotterdam. Een collega dus voor wat betreft het docentschap, want ook ik geef les aan de Erasmus, waar ik de lessen Complementaire Zorg geef aan de minors Palliatieve zorg en Oncologie.

In de podcasts en reels die ze (vaak) samen met Thomas opneemt komen allerlei onderwerpen en gasten aan bod, van de thuiszorg, de gehandicaptenzorg, de verpleeghuiszorg, de ziekenhuiszorg, de geestelijk gezondheidszorg tot de revalidatiezorg. Met goede informatie over verschillende veelvoorkomende ziektebeelden en verpleegtechnische handelingen maar ook leuke en grappige zorgverhalen.

Thomas is verpleegkundige en ondanks zijn jonge leeftijd gebruikt hij een trits aan levenservaringen om zorgprofessionals te coachen en te ondersteunen zodat zij in hun eigenheid hun passie kunnen volgen in de zorg en daar omheen.

Tijdens ons voorgesprek viel me op hoe zij zich kwetsbaar durfden opstellen en met hoeveel compassie zijn in het leven en de zorg staan. Dat maakte dat ik me direct op mijn gemak voelde tijdens de podcast, waar ik het natuurlijk had over complementaire zorg en wat het kan betekenen, over het belang van integratie van zorg, dat als we afstappen van het zweverige imago, aan evidence based doen en ook gevaarlijke mythes zoals "het komt uit de natuur en dus kan het geen kwaad" loslaten, we de ideale zorg krijgen. Ook ik stelde mij kwetsbaar op en toen mij gevraagd werd naar mijn mooiste ervaring met complementaire zorg was dat toch de heftige periode van mijn lief Kees op de IC in 2019, waarin ik zijn zorg met veel succes aan kon aromatische massages en producten. Daarnaast kon ik nog enkele andere voorbeelden noemen waarbij we uiteindelijk telkens uitkwamen op de relatieve eenvoud van veel vormen van complementaire zorg maar die zo'n groot effect op welzijn hebben. Daar doe ik het voor.

Vanaf maandag **21 november** kun je de podcast horen via de sociale mediakanalen van Maaïke en Thomas.



<https://zustermaaike.com> <https://thomasgroen.nl/>  
<https://open.spotify.com/show/7CA2qR2UQebDsmBn5U5g7P>  
en steun hen via <https://petje.af/deverpleegkundepodcast>

**\* Ons eigen symposium Emotionele & Spirituele Ondersteuning in de Laatste Fase,  
Een Prikkel Je Zorg evenement van Kicozo i.s.m. AromaZorg Zuster op 12 mei 2023**

Het jaarlijkse Kicozo symposium begint steeds meer vorm te krijgen. Komend jaar is het thema Emotionele & Spirituele Ondersteuning in de Laatste Fase waarin we met onze zorg een grote bijdrage kunnen leveren aan kwaliteit van leven en van sterven van patienten en waarbij de familie natuurlijk niet wordt vergeten, net zomin als jij zelf. Het is tenslotte ook nog de **Dag van de Verpleegkunde**. Zodra het programma helemaal klaar is komt het natuurlijk online. Een weergalozse bijdrage leveren in ieder geval:

- Ruben van Coevorden Arts voor Palliatieve Zorg, verbonden aan het Joods hospice Immanuel te Amsterdam en het AvL;
- Marcellino Bogers, verpleegkundige en bevlogen spreker, schrijver van het boek Humor als verpleegkundige interventie;
- Toke van Bezuijen, Antroposofisch Verpleegkundige en auteur met de Roos als centraal thema;
- Wilma Bijl, verpleegkundige en Healing Touch docent;
- Deby Atterby, Aromatherapeut en Docent uit Australië;
- Jonathan Benavides, Psycholoog en Aromatherapeut, begeleider van stervenden;
- Linsey Gadella, Verpleegkundige, Aromazorg Deskundige, zingt;
- Brigitte Sprenkels, Verpleegkundige Complementaire Zorg, werkt tevens met klankschalen;
- Madeleine Kerkhof, bestuursvoorzitter Kicozo, Senior Opleider en Auteur Complementaire Zorg;
- Estelle Smits, Directeur Massage bij Kanker Nederland;
- Martine Busch Orthopedagoge en Directeur van Praag Instituut & docent Therapeutic Touch™;
- Klara van Zuijdam, Docent Massage, speciaal voor zeer kwetsbare patienten.

*Meld je nu alvast aan en voeg je bij de enkele tientallen collega's die dat al gedaan hebben. Er zijn tenslotte maar 100 plaatsen. Als je je voor 15 januari 2023 aanmeldt geldt een vroegboekkorting van 10%, dus grijp je kans. Meer info op [KICOZO.INFO](https://www.kicozo.info) -> Symposium 2023.*



**\* (Engelstalig) nieuw en geweldig boek verkrijgbaar vanaf begin 2023:  
Palliative Touch door Cynthia Spence.**

De meesten van jullie weten hoezeer ik me inzet voor palliatieve zorg en zorg aan het levenseinde.

Toen ik het concept van dit boek ontving - "Palliative Touch", waarvoor ik de eer had om een voorwoord te schrijven, was ik meteen onder de indruk van Cindy Spence's prachtige samensmelting van talenten, liefde en passie. Cindy biedt tools voor liefdevolle aanraking in enkele van de meest impactvolle tijden van iemands leven. Haar toewijding aan het welzijn van patiënten en behandelaars is terug te vinden in elk hoofdstuk, elke quote en elke techniek en elk advies. Ze heeft een geweldig talent om haar werk, ondersteund door wetenschap en gedegen ervaring, te beschrijven op een manier die alle betrokkenen bij de zorg voor de patiënt kan aanspreken. Ik waardeer ook haar aandacht voor die therapieën die massage kunnen aanvullen, zoals muziek, energiewerk en essentiële oliën, waarvoor ik de eer had om naast haar te staan.

Ik kan dit boek, waarin ze zo empathisch de stadia van progressie naar het levenseinde beschrijft, haar aandacht voor elk detail en vooral haar toewijding aan het welzijn van patiënten en hun dierbaren, van harte aanbevelen. Ik heb gisteren de hardcopy per post ontvangen en hij is nog indrukwekkender dan de vliegtuigteksten, met prachtige foto's en illustraties.

Tot de release kun je meer informatie vinden op de website van Handspring Publishers.



## \* Essence of Clinical Aromatherapy International Seminar Mei 2023 -> ook online te volgen

Op 20 en 21 mei a.s. vindt in **Edinburgh** het **ECA symposium** plaats, de Essence of Clinical Aromatherapy. Eindelijk kunnen wij zorgprofessionals met passie voor aromatherapie weer samenkomen en dat gaan we ook doen – met het grootste deel van het Kicozo Team, maar er is ook een online versie zodat – als Edinburgh niet haalbaar voor je is – je toch live deel kunt nemen (en later terug kunt kijken). Het Engelstalige congres is geheel gewijd aan aromatherapie in de klinische setting. Ik geef er een workshop over de enorme waarde die Goudsbloem extract (*Calendula officinalis*) heeft in de zorg en geneeskunde. Daarnaast spreken experts van over de hele wereld.



### **Van AromaZorg Zuster™**

#### **Opkikkertje by Madeleine® voor verkwikking & focus**

Voor een verfrissende en heldere geur met een hint van citrus. Op donkere en druilerige dagen is dit een fijn mentaal en emotioneel opkikkertje. Verkrijgbaar in een flesje, maar ook in een praktische inhaler, zodat je jouw Opkikkertje altijd bij de hand hebt.

De compositie is daarnaast ideaal om je goed te kunnen focussen op de essentie. Houd je alert en geconcentreerd, maar activeert je niet te sterk. Een fijne ondersteuning bij het leren, toets of examen. En erg geschikt tijdens het waken (in een persoonlijke inhaler om de patiënt niet te storen!) of nachtdiensten. Met onder meer basilicum, munt, cypres, zwarte peper, citroengras, bergamot en petitgrain. Kijk op [AROMAZORGZUSTER.NL](https://aromazorgzuster.nl) -> Verkwikken & Focus voor informatie en prijzen.

#### **Zachte Lippen & Co Crème by Madeleine®**

Verwen juist in deze periode van het jaar de lippen die vaak droog en gevoelig zijn met deze heerlijk lippencrème, speciaal geformuleerd voor milde (veilig bij zuurstof gebruik) en toch krachtige plantenpower in een potje. Met calendula, kokos en avocado voor ultra-zachte en verzorgde lippen. De actieve ingrediënten zijn allemaal evidence based en biologisch. Verkrijgbaar in 5ml (9,95) en 10ml (12,95) pompjes, die erg zuinig in gebruik zijn.

Kijk op [AROMAZORGZUSTER.NL](https://aromazorgzuster.nl) -> Mondzorg voor informatie en prijzen.





### **Kicozo voor vertrouwde en nieuwe cursussen en workshops**

Hoe de agenda eruit ziet vindt je op: <https://www.kicozo.info/scholingen/professionals/agenda-scholingen-zo/>

Volg de link naar de agenda. Van hieruit kun je doorklikken naar de uitgebreide cursusinformatie.

### **En natuurlijk is er weer Kicozo's Complementair Café.**

#### **Madeleine's maandelijkse Informatie & Vragenuurtje – elke 1<sup>e</sup> dinsdag van de maand**

Zou je ook eens live (en gratis) met mij...

- willen sparren over het inzetten over complementaire zorg in het algemeen?
- willen overleggen over een situatie waar complementaire zorg inzetbaar zou kunnen zijn?
- willen praten over het veilig gebruik van AromaZorg?
- willen overleggen of die Koele Buikwassing nu wel of niet toepasbaar is bij jouw client?
- een boom(pje) op willen zetten over de weldaad van AquaZorg?
- een casus willen bespreken om te kijken of je op de goede weg bent?
- over massage toepassingen praten voor jouw setting?
- over de inzet van geuren bij dementie willen sparren?

... of heb je andere vragen of behoefte aan overleg?

Kom dan vanuit jouw comfortabele stoel naar mijn Info & Vragenuurtje (in het Nederlands), dat elke 1e dinsdag van de maand via Zoom online gaat van 19.00u tot 20.00u (tenzij feestdagen of andere uitzonderingen).

Dan kun je jouw vragen stellen, overleggen en sparren in een veilige (groeps)omgeving.

Geheel gratis, maar nooit voor niets 😊.

Voor zorgprofessionals en privé personen in elke setting van de zorg. Meld je aan via het email adres van Kicozo en ik stuur je een link.



**elke 1<sup>e</sup> dinsdag van de maand welkom van 19.00 – 20.00u via Zoom**

Stel je vraag over AromaZorg, Massage, AquaZorg & Ontspanningstechnieken en spar live met Madeleine.

Aanmelden uitsluitend via [info@kicozo.nl](mailto:info@kicozo.nl)

Voor zorgprofessionals & privé personen met oprechte interesse in genoemde vakgebieden in de zorg.

Elke 1<sup>e</sup> dinsdag van de maand m.u.v. feestdagen.

### Congresagenda – we zijn aanwezig op:

Symposium Emotionele en Spirituele Ondersteuning in de Laatste Fase, Kicozo, Hoeven (N.Br) op 12 mei 2023 (met workshops van Madeleine en vele geweldige collega's).

ECA Symposium, Edinburgh 20-21 mei 2023 (met een stand en vele Kicozo Team leden).

**Tot zover deze nieuwsbrief.**

**Wij wensen jou nu alvast een warme liefdevolle decembermaand toe en een geweldig 2023.**

**Tot Zorg!**



Namens Team Kicozo, Madeleine en Kees. Madeleine Kerkhof

Verbinder in de Zorg//Bestuursvoorzitter en Senior Docent Kicozo//Lid V&VN, Adviseur AromaZorg en AquaZorg V&VN Complementaire Zorg;//Lid Palliactief, NAHA (approved educator), AIA (education committee member), EONS, AHNA, IFPA.//ICAN Fellow

**Kicozo**

Kennisinstituut Integratieve & Complementaire Zorg

Mail: [info@kicozo.nl](mailto:info@kicozo.nl)

