

## Lieve mensen...

Een paar weken rest ons nog tot het einde van dit kalenderjaar. Waar ik eigenlijk had ingeschat dat ik wat meer rust in zou bouwen na de zomer is het tegendeel waar. Los van de dagelijkse activiteiten van Team Kicozo, de vele congressen en lessen, en het bereiden van onze geweldige AromaZorg Zuster producten, waren er ook in mijn persoonlijke leven diverse zaken die mijn volle aandacht vroegen.

En wat is het dan fijn wanneer je een echtgenoot hebt waar je op kunt rekenen en een fantastisch team waar je bergen mee kunt verzetten en die ook nog goede vrienden zijn. Vooral in deze laatste kille en donkere dagen van het jaar ben ik intens dankbaar voor dat gevoel van "thuis mogen zijn", de warmte en het licht waarmee we elkaar omringen of een zetje geven af en toe. Ze zeggen dat het licht binnenkomt door de barsten in je ziel. Dat ervaar ik ook zo.

Dank je wel Annemarie, Barbara, Brigitte, Ellen, Kees, Lizet, Marina, Marion en Sandra. En... in januari worden jullie tijdens de Teamdag weer lekker in de watten gelegd. Dank ook aan mijn verdere vrienden, fijne collega's en zakelijke partners. Het was een bijzonder jaar.



## Passie voor integratieve en complementaire zorg

Daarbij ben ik nog steeds even gepassioneerd in mijn prachtige vak als toen ik 30 jaar geleden mijn eerste stappen zette op mijn weg met Complementaire Zorg.

In het najaar van 1993, nadat ik het ziekenhuis verliet waar ik als jonge pleeg mijn holistische ei niet kwijt kon, volgde ik mijn zorghart naar andere wegen van gezondheidszorg (versus pure ziektezorg) en daardoor leidde dat pad juist weer terug naar hen die dat het meest nodig hebben: patiënten en hun naasten, de zorgverlener en de zorg in het algemeen.

Ik ben ervan overtuigd dat Integratieve Zorg, Integrative Nursing en Integrative Medicine de sleutel zijn naar oprechte eerlijke aandacht voor de mens in de zieke, voor werkelijke gezondheidszorg en heling, onafhankelijk van genezing, en naar comfort en welzijn.

Wat heb ik veel mogen doen en ook zelf weer geleerd dit laatste half jaar. En wat staan in onze Team Kicozo agenda weer prachtige scholingen en activiteiten gepland!

En er zijn vertrouwde maar ook gloedje nieuwe activiteiten bij in de komende maanden, zowel voor starters als voor hen die al meer kennis en ervaring hebben opgedaan.

Denk aan:

- Een extra editie van onze Jaaropleiding (nu in een kalenderjaar)
- De nu los te volgen workshop Koele Buikwassing™
- AromaZorg Doe Dagen met thema's als Huid- en Wondzorg, Mondzorg & Obstipatie, of Pijn.
- De Masterclass Complementaire Zorg & Parkinson

- Onder de volgende oproep vertel ik je er graag in het kort wat meer over.

### **Oproep – oproep – oproep: Survey Koele Buikwassing™**

Velen van jullie hebben hem al via email ontvangen en ingevuld, maar heb je dat nog niet gedaan en ben of ken je iemand die enige ervaring opgedaan heeft met de Koele Buikwassing™, zelf of iemand in zorg? Dan doe ik een beroep op jou om mij te laten weten wat de ervaringen zijn.

De vragenlijst is bedoeld voor zorgprofessionals of andere personen (b.v. jouw patiënten/cliënten) die al enige ervaring hebben met deze slimme niet-farmacologische interventie bij obstipatie, waarvan ik de interventie ontwikkelaar ben. Dankzij die ontwikkeling en de vele positieve ervaringen kon ik deze beschrijven in de nieuwe Handreiking Complementaire Zorg op Pallialine.nl en daar ben ik best trots op en vooral blij voor degenen die er zulke goede resultaten mee ervaren.

Het doel van de survey is om de interventie nog bekender te maken en beschikbaar (mits geen contra-indicaties) voor iedere patiënt met obstipatie. Het kan de aanzet zijn voor een studie waarmee nog betere onderbouwing komt voor de eenvoudige techniek.

Het zou kunnen dat de Koele Buikwassing™ enorm goed heeft gewerkt, maar ook als dat niet of matig zo was, dan hoor ik het graag. Zo kan ik het protocol mogelijk nog verbeteren, want tenslotte verdienen patiënt en de beste zorg volgens de laatste inzichten.

Het zijn slechts 11 vragen. Qua tijdsduur, afhankelijk van een eventuele toelichting op de antwoorden, ben je ca. 15 minuten kwijt.

Start de vragenlijst:

<https://www.surveio.com/survey/d/L6I4V7I5C1B9L1R1C>

Daarnaast vind ik het fijn wanneer je deze vragenlijst (vraag het eerst even zodat je toestemming hebt) naar je contacten (zorgprofessionals, maar ook cliënten/patiënten) wilt doorsturen die mogelijk ervaring hebben met de Koele Buikwassing™.

Heb je de survey al eens gedaan en verstuurd, maar heb je nog een verdere ervaring met een andere client? Vul hem (alleen dan) opnieuw in en verstuur.

*Ken je de interventie niet dan hoef je niet te reageren natuurlijk. Maak er dan kennis mee op een van onze scholingen. Zo enorm waardevol!*

Dank je wel. Ik waardeer het enorm.



## Recente en komende activiteiten

Diverse leden van Team Kicozo gaven met hun kunde en passie ook de afgelopen maanden weer diverse trainingen, zoals de scholingen **Complementaire Zorg in de Palliatieve Zorgverlening**, de **AquaZorg scholingsdag** en natuurlijk de scholing **Complementaire Zorg in de Ouderenzorg en Psychogeriatric**.

In september startte een nieuwe editie van de **Jaaropleiding AromaZorg in de Zorg** met een fijne groep die inmiddels de eerste 6 lesdagen gevolgd hebben en de komende weken aan de slag gaan met aromazorg voor angst en slaapproblemen, longen en luchtwegen en natuurlijk pijn. Zij studeren in de eerste week van juni af, waarna zij hun diploma mogen ontvangen en aromazorg de terechte plek kunnen geven die patiënten in hun setting zo verdienen.

Op **9 januari** start weer een kersverse editie van deze populaire en geaccrediteerde opleiding, met 7 online lesdagen (dus minder reizen) en 9 lesdagen op de inspirerende en fijne locatie van Kicozo in het Brabantse Wernhout. En natuurlijk komt er weer een nieuwe "vooral op de campus" editie in **september**.

In september bezocht ik Rome, samen met Kees, waar ik op het **Integrative Medicine Congres** een posterpresentatie mocht geven over de **meerwaarde van Koolzuurbaden** voor pijnen waaronder perifere neuropathie en perifere circulatiestoornissen. Ook boekten we enorm goede resultaten met koolzuurbaden in de huid- en wondzorg. Hopelijk mag dit leiden tot meer studies waardoor nog meer patiënten kunnen profiteren van de positieve effecten.

Op **KICOZO.INFO** vind je onder "publicaties" een adviespagina over Koolzuurbaden. Je kunt ze aanschaffen bij AromaZorg Zuster en leren kennen op een van onze trainingen van Kicozo.



## Locaties waar je Kicozo trainingen kunt volgen

*Kicozo's locatie in **Wernhout** ver weg? Tja, dat ligt eraan waar je woont natuurlijk, maar onze lesruimten zijn speciaal afgestemd op onze trainingen, met een fijn groot leslokaal met kasten vol aromatische grondstoffen en andere benodigdheden, een goed gevulde bibliotheek en een sfeervol praktijklokaal met 5 bedden om de theoretische gedeeltes in praktijk te brengen. We werken ook samen met Skills Update in **Veenendaal** voor de kortere trainingen van 1 tot 4 dagen. Daarvoor hebben we genoeg aan een beperkt aantal benodigdheden zodat we je de volle ervaringen kunnen bieden. Voor de Jaaropleiding is dat echter geen optie.*

*Uiteraard kunnen we ook **bij jou in de buurt** komen trainen, bijvoorbeeld een in-company scholing in jouw setting of voor jouw team. Zo zijn er altijd mogelijkheden voor jou om je complementaire zorg*

*eigen te maken. Vraag vrijblijvend om meer informatie via het emailadres van Kicozo. Je vindt het adres in de bovenbalk of op Kicozo.info.*

### **Een kort overzichtje van de komende scholingen:**

#### Jaaropleiding Aromazorg in de Zorg

-> 9 januari (1<sup>e</sup> dag, zie verder Kicozo.info)

#### Workshop (ochtend) Koele Buikwassing™

-> op 12 januari of op 5 maart (beiden Wernhout)

#### Workshop (middag) Lemniscaat Massage

-> op 12 januari of op 5 maart (beiden Wernhout)

#### Aromazorg in de Zorg Basisscholing 3-daagse

-> 18 jan (online, 1 feb en 29 feb in Wernhout)

#### Complementaire Zorg voor Angst, Depressie, Slapen in de Palliatieve Zorg (Verdiepingsdag)

-> 19 jan in Wernhout

#### Aromazorg Doe Dag Huid en Wondzorg (Verdieping)

-> 20 jan in Wernhout

#### Complementaire Zorg in de Palliatieve Zorgverlening 3-daagse

-> 25 jan, 8 feb, 7 mrt in Wernhout

-> 6 feb, 27 feb, 12 mrt in Veenendaal

#### Complementaire Zorg in de Ouderenzorg en Psychogeriatric 3-daagse

-> 30 jan, 9 feb, 20 feb in Wernhout

#### Complementaire Zorg in de Stervensfase (Verdiepingsdag)

-> 2 feb in Wernhout

#### Complementaire Zorg en Pijn 4-daagse

-> 5 mrt, 19 mrt, 2 apr, 16 apr in Veenendaal

#### Rust in de Nacht (Verdieping)

-> 22 mrt in Veenendaal

#### AquaZorg 1 dag

-> 26 maart in Veenendaal

#### Masterclass (Verdieping) Complementaire Zorg en Parkinson

-> 11 en 18 april in Wernhout

## Ziekte van Parkinson & Complementaire Zorg

Dit hele najaar had ik Parkinson als speciaal aandachtsgebied met tal van activiteiten en scholingen rond dit thema. Zo gaf ik gratis webinars in zowel het Nederlands als in het Engels, omdat er zoveel inzichten te delen zijn en zoveel mogelijkheden zijn om patiënten en hun naasten te ondersteunen. We bereiken met essentiële oliën goede resultaten en patiënten ervaren meer rust.

Een bijzondere plek op de november agenda had de **Masterclass Complementaire Zorg en Parkinson**. Daarin was natuurlijk aandacht voor de context van breingezondheid, het zenuwstelsel maar ook de darmgezondheid en hoe Parkinson het dagelijks leven kan gaan bepalen. In het komende voorjaar geef ik deze Masterclass weer, nu als tweedaagse training met nog meer aandacht voor praktijk.

Alles wat je nodig hebt om de training goed te kunnen volgen is enige basiskennis van aromazorg c.q. aromatherapie (bij ons of bij een collega opleider verkregen). Ik ga dus niet meer uitleggen wat een essentiële olie is maar we gaan direct aan de slag met aromatische oliën speciaal gericht op symptomen verlichten en welzijn bevorderen. Je krijgt uitleg over specifieke aspecten van de ziekte m.b.t. geurbeleving en hoe je pijn, stijfheid, onrust, slaapproblemen en hallucinaties kunt verminderen door sensorische interventies met geur en aanraking. Daarnaast gaf ik handvatten over het werken met aquazorg als aanvulling hierop.

De data zijn: **11 en 18 april** a.s. op onze Kicozo campus. Deze geaccrediteerde scholing geven we ook op verzoek aan een groep zorgprofessionals in jouw setting.

Deze training gaf ik de afgelopen weken ook via Zoom voor aromatherapeuten en andere zorgprofessionals van over de hele wereld, van Oostenrijk tot Duitsland, van de USA tot Taiwan.

Hoewel er nadelen zijn aan online lesgeven zijn er ook voordelen: je kunt vanuit je eigen stoel deelnemen en vanuit elke plek mits er internetverbinding aanwezig is. Hoe interactief het is wordt vooral bepaald door de docent en natuurlijk je groep. Met een kleinere groep kun je vaak meer delen dan met een hele grote. Inmiddels ben ik gewend geraakt aan het online lesgeven en ook zelf krijgen (tenslotte wil ik bij blijven in mijn vak). Toch... live en in persoon is natuurlijk het mooist:



In november gaf ik over aromazorg en **progressieve neurologische aandoeningen** een lezing tijdens een congres dag voor ruim 60 aromatherapeuten, verbonden aan de IFPA, in Milton Keynes in Engeland. Ik legde verbanden tussen die **ziekten van Parkinson en Huntington** en hoe aromatherapie mogelijk bij kan dragen aan het verlichten van angst en stress, depressie en

slaapproblemen. Wat is het toch mooi om te weten dat patiënten hier uiteindelijk zoveel meer kwaliteit van leven door mogen ervaren! En wat fijn om weer samen te kunnen sparren en persoonlijk de passie te kunnen delen voor dir geweldige vak.

Wil jij in jouw setting ook een **klinische les over de meerwaarde van complementaire zorg**? Neem dan vrijblijvend contact met mij op voor de mogelijkheden en tarieven. Want zorgen doe je samen.

### **Kicozo Complementair Café (Zoom)**

Ben je als individuele zorgverlener benieuwd naar wat complementaire zorg voor je cliënten kan betekenen? Dan kun je ook gratis (wel aanmelden!) deelnemen aan het maandelijks terugkerend

Kicozo Complementair Café via Zoom.

Het vindt (mits minimaal 6 deelnemers) plaats op de **1<sup>e</sup> dinsdag van de maand van 19u – 20u** om te sparren met mij en andere deelnemers over uiteenlopende onderwerpen in de complementaire zorg. Het maakt niet uit of je er veel of juist nog weinig van weet. Het is een informele samenkomst waarin we al veel boeiende onderwerpen voorbij zagen komen. Je bent van harte welkom om je (via dit email adres) aan te melden zodat ik je (meestal op de dag zelf) een link kan sturen.

Op de Scholingsagenda op [kicozo.info](http://kicozo.info) vindt je nieuwe data.

### **Symposium Palliatieve Zorg: “Van Mond tot Kont” 24 mei**

In deze periode werk ik aan het programma van ons jaarlijkse Kicozo symposium over Palliatieve Zorg met als ludiek thema "Van Mond tot Kont" voor zorgprofessionals op **24 mei 2024 in Tegelen**.

Dit symposium wordt gehouden op Château Holtmühle, een prachtig kasteel met dito sfeer.

De programma indeling volgt nog, maar reken alvast op sprekers en workshopleiders zoals:

Marijke Tonino, Jenny Bemelmans, Madeleine Kerkhof, Barbara Van Ouytsel, Annemarie Eskes, Marion Giesberts, Mea van Beek en meer geweldige sprekers en dito workshops.

Denk aan onderwerpen zoals zorg voor mensen die stoppen met eten en drinken, aromatische mondzorg, integratieve benadering van buikpijn, wat te doen bij obstipatie of misselijkheid en het belang van het microbioom (ons 2e brein), ook in de palliatieve fase. Daarnaast komen massage aan bod, en ook aquazorg, ontspanningstechnieken, en hoe gezond lachen is voor je buikgevoel.

En verder kun je genieten van de pauzes met ludieke bijdrage van tekenmeester Ronald Kronenburg, een ruime kruidenthee keuze, passend bij het thema, fijne lunch, netwerken, leren en inspireren op alweer een super locatie met gezellige afsluiting met dito borrel.

Meld je nu alvast aan via het info @ [kicozo.nl](mailto:kicozo.nl) emailadres want... vol is vol op dit altijd populaire en geaccrediteerde symposium. Je ontvangt dan een inschrijfformulier en kunt als het programma klaar is als eerste kiezen uit de workshops.





## Kicozo Aromazorg reis Provence, Frankrijk, 20-30 juni 2024

Dit jaar bied ik ook jou de unieke gelegenheid om met mij en Kees op reis te gaan naar de Franse Provence! Heb je al enige basiskennis van aromatherapie?

Heb je altijd de veelbesproken Franse Provence eens willen zien en ervaren hoe destillatie gaat in het groot of klein?

Wil je meer weten over de diverse types lavendel en lavandin, helicyse of scharlei, en over hydrolaten, die geurige bloemenwaters die het destilleren met zich meebrengt?

Heb je zin in het 'joie de vivre' van de Franse Provence met zijn dorpen en velden, terrasjes en fonteinen, heerlijk eten en lekkere drankjes, geuren en kleuren, omlijst met fascinerende excursies, voorzien van enkele geurige verrassingen en geïnspireerd door kundige gepassioneerde lesgevers?

En heb je nu al zin om in deze donkere dagen je nu alvast te verheugen op een geweldige zomerse ervaring met een fijne groep medereizigers? Ga dan met ons mee op deze Nederlandstalige reis en geniet van een geurig aromazorg programma, rondkijken in destilleerderijen en op het Valensole Plateau, drie boeiende lesdagen, waarvan een met de wereldberoemde aromatherapeut Rhiannon Lewis (Engels met Nederlandse ondersteuning) op onze 'pleisterplaats', een 3\*\*\* hotel even ten zuiden van Manosque.

Data: 20-30 juni 2024.

Details: Je regelt je eigen vervoer. We hebben een fijn hotel als pleisterplaats, maar je kunt ook het programma bijwonen vanuit een door jou gekozen accommodatie of camping in de omgeving. Een flexibele reis dus (met aangepaste tarieven, zie website), die je naar believen kunt verlengen met je eigen plannen voor jouw persoonlijke Provence ervaring. De lesdagen en begeleiding zijn grotendeels Nederlandstalig (m.u.v. Rhiannon's lesdag, waarvoor vertaling aanwezig is).

Op KICOZO.INFO vind je het programma in de menubalk. Lees die gerust eens door.

Het programma ontwikkelt zich nog verder in de loop van dit jaar, en voor meer informatie en vragen staan we graag tot je beschikking. Er zijn nog enkele plaatsen over dus neem gauw contact op voor jouw reservering.

### Scholingsagenda voor vertrouwde en nieuwe cursussen

Op de Scholingsagenda op **Kicozo.info** kun je verdere data voor de eerste helft van 2024 gaan vinden.

*Hier vind je tevens links naar de cursusbeschrijvingen.*

## Van AromaZorg Zuster™

### In Beweging by Madeleine® voor beweging op alle niveaus

De compositie In Beweging past bij het centrale thema van dit najaar: aandacht voor neurologische aandoeningen, aandacht voor wat ons beweegt of juist blokkeert.

Deze compositie, die ik eerder voor De Levensboom bedacht, bestaat uit puur natuurlijke bijzondere oliën en extracten, die beweging brengen in vastgelopen situaties. Voor soepelheid in spieren en gewrichten, maar ook voor beweging in emotionele, sensorische en energetische blokkades. In Beweging heeft een prachtige receptuur met zoete marjolein, mirre, peper, patchouli, piment en gember voor warmte, veiligheid, vitaliteit, ontspanning maar ook beweging en (hernieuwde) kracht. Op aromazorgzuster.nl vind je er meer over onder het kopje Bewegen.

### Reacties van een zorgverleners op In Beweging:

“Op mijn afdeling wonen diverse cliënten met Parkinson. We verdampen In Beweging met een of twee druppels op een verdamer op het nachtkastje aan het eind van de nachtdienst. Daardoor hebben cliënten minder last van stijfheid en stramheid en beginnen soepeler aan hun dag”.

Kijk op [AROMAZORGZUSTER.NL](http://AROMAZORGZUSTER.NL) -> bewegen-movement voor informatie en prijzen.



### Naamsverandering Puur & Fris naar Puur Lucht

Het “bekte” niet zoals ik graag wilde, dus daarom is de naam van onze succesvolle blend voor longen en luchtwegen veranderd van Puur & Fris naar “Puur Lucht”. Deze past meer bij het doel van deze fijne compositie die bestaat uit louter evidence based oliën en extracten om maximale ondersteuning te geven aan gezonde longen en luchtwegen, vooral in kille perioden van het jaar en wanneer we veel binnen zijn met elkaar. Puur Lucht houdt de lucht schoon en fris, maar is ook fijn in de vorm van een (apart bestelbare) inhaler zodat je altijd iets bij de hand hebt om jezelf te beschermen in luchtweginfectie gevoelige tijden. Met ondermeer cajeput, eucalyptus, citroen, geranium, ho-blad en tijm. Kijk op [AROMAZORGZUSTER.NL](http://AROMAZORGZUSTER.NL) -> ademhaling-breathing voor informatie en prijzen

### Andere activiteiten – je vindt ons bij/op:

- Oncologie symposium UMCG Groningen op 26 januari a.s.
- Symposium Diversiteit, Erasmus Rotterdam op 8 maart a.s.
- Carend congres Palliatieve Zorg op 14 maart a.s.
- Corpusdag Zoeterwoude op 14 maart a.s.
- V&VN CZ 25 jaar Jubileum symposium op 21 maart a.s.
- Pijnsymposium Haga Ziekenhuis op 28 maart a.s.



- Massage & Complementaire Vakbeurs in Gorinchem op 19 en 20 april a.s.
- Kicozo Symposium Van Mond tot Kont in Tegelen op 24 mei a.s.

**Tot zover deze nieuwsbrief.**

Namens Team Kicozo en AromaZorg Zuster wensen we jou fijne feestdagen en een geweldig 2024.

**Tot de volgende keer. Tot Zorg!**



Namens Team Kicozo, Madeleine en Kees. Madeleine Kerkhof

Verbinder in de Zorg

Bestuursvoorzitter en Senior Docent Kicozo

Auteur;

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)

Je ontvangt deze nieuwsbrief als gewaardeerde relatie van Kicozo.

