

Beste leden van de Patiëntenkring,

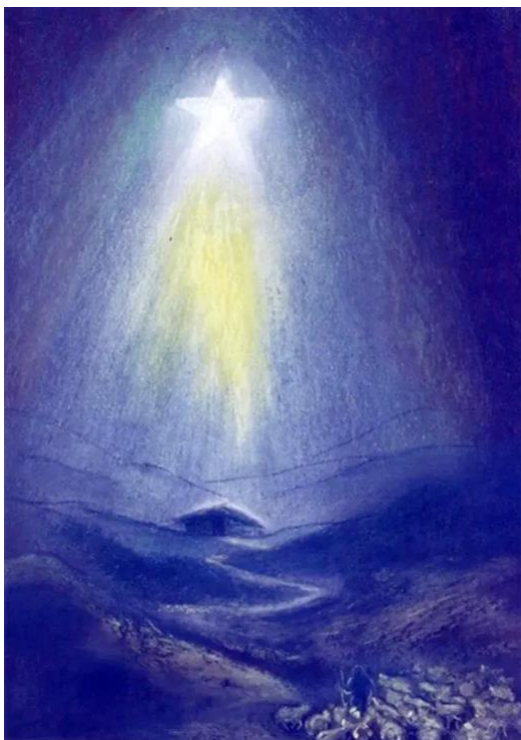
Deze nieuwsbrief bevat de volgende onderwerpen:

1. **Kerstgroet** van het bestuur
2. **Toekomst** Antroposofisch Groningen
3. **Lezing** 7 februari 2026: **'Voeding en gezondheid' Antroposofische gezichtspunten**
4. **Bericht** van het antroposofische consultatiebureau en kinderspreekuur **'ACB 't Noorden'**

Warme groet, het bestuur.

∞

1. Kerstgroet van het bestuur



Met Kerstmis richten wij ons innerlijk op het licht dat in de diepste duisternis wordt geboren. Het is de tijd waarin de menswording ons herinnert aan de blijvende Christus-impuls: een oproep tot liefde, verantwoordelijkheid en innerlijke vrijheid.

In een wereld die voortdurend in beweging is, mogen wij steeds opnieuw zoeken naar verstillings, bezieling en verbinding — met onszelf, met elkaar en met de geestelijke werkelijkheid die ons draagt. Moge het kerstlicht ons inspireren om met vernieuwde kracht, menselijkheid, aandacht en hoop in ons dagelijks handelen te laten doorwerken.

Wij wensen u en allen die u dierbaar zijn een bezielde Kersttijd en een nieuw jaar waarin moed, inzicht en vertrouwen mogen groeien!

∞

2. Toekomst van Antroposofische Groningen

Achter de schermen wordt nog steeds druk gewerkt aan mogelijkheden de antroposofische zorg ook voor de toekomst veilig te stellen. Zoals in de vorige Nieuwsbrief is aangegeven is een werkgroep hiermee bezig, samen met twee adviseurs van de SESAM academie. Zij zoeken nog een kartrekker die de rol van de beide adviseurs kan overnemen.

Vraag aan de leden:

Mocht u iemand kennen die zo'n klus op zich zou kunnen nemen laat ons dat dan vooral weten.

Ook zijn we geïnteresseerd in artsen die in de nabije toekomst of op de wat langere termijn het antroposofisch gedachtegoed zouden willen uitdragen. Een deel van de scholingskosten nemen wij graag voor onze rekening.

Kortom, suggesties vanuit uw netwerk stellen wij zeer op prijs.



3. Lezing zaterdag 7 februari 2026: Voeding en Gezondheid

Antroposofische gezichtspunten

door Ilse van de Bosch

de bijeenkomst is van **14.00 tot 17.00 uur**

Rudolf Steiner zegt in de landbouw cursus dat onze voeding voor het grootste deel dient om ons lichaam tot activiteit aan te zetten. Dat wat we nodig hebben om ons fysieke lichaam op te bouwen, nemen we op via de zintuigen en de ademhaling. Hoe kunnen we dit begrijpen?

In de biodynamische landbouw wordt gewerkt met levenskrachten en wordt gesproken over levenskrachtige voeding. Wat zijn levenskrachten en hoe voeden deze krachten ons? Wat gebeurt er met levenskrachtige voeding in onze spijsvertering?

Ilse vertelt in het eerste deel van de middag een verhaal rondom deze vragen. Dan vertelt zij over voeding in relatie tot het 3-ledig mensbeeld en het vierledig mensbeeld. Zij maakt een vergelijking tussen het bodemleven en ons microbiom en geeft het eten van granen betekenis.

Hoe vertaal je deze inzichten in de dagelijkse praktijk? Ilse sluit af door te vertellen over de biodynamische maaltijdbereiding. De thema's waarmee gewerkt wordt op het biodynamische land, kun je doorvoeren in de keuken.

Ilse van den Bosch is kok op locatie, initiatiefnemer en coördinator van het project Biodyneren, auteur en docent antroposofie en voeding. Zij houdt zich bezig met de vraag welke voeding past bij de hedendaagse mens. De mens die wordt uitgedaagd zich bewust te zijn van zijn eigen mening, zijn gevoel en zijn handelen. En van wie daarnaast gevraagd wordt zich te openen voor zijn omgeving: de natuur, zijn medemens en de geestelijke wereld.

Aanmelden via : info@deontluikenderoos.nl

Locatie : Noorderhaven 32 Groningen

Kosten : Leden Patiënten kring gratis / Niet leden € 5,00

4. Bericht van Antroposofische consultatiebureau 'ACB 't Noorden'

Een kort voortgangsverslag van het antroposofische consultatiebureau Pontibus in 't Noorden.

In september zijn Veronique van Erp (Jeugdarts) en ik Inge Scheper (Jeugdverpleegkundige), gestart met ons antroposofische consultatiebureau en kinderspreekuur.

De eerste ochtend was in Groningen en waren we te gast op de locatie van Berber Meihuizen, (lactatiekundige) die haar werkruimtes en huiskamer beschikbaar heeft gesteld voor ons. Het huis is op de begane grond en gemakkelijk toegankelijk en heeft ook nog eens ruime parkeermogelijkheden (gratis) wat al bijzonder is in Groningen. Maar los daarvan was het een feestelijk eerste ochtend waarbij we genoten hebben van de eerste contacten met ouders en hun baby's en jonge kinderen.

's Middags gingen we door naar de Vrije School in Leeuwarden. Ons ACB heeft nog niet zo veel aanloop daar, maar dat mag allemaal nog gaan groeien.

Twee weken later hebben we ons bureau gedraaid in Meeden bij mij thuis en 's middags in Appelscha op OlmenEs.

Wat een avontuur om zo een mobiel bureau te kunnen zijn en hopelijk, gewenste zorg te kunnen geven aan de ouders van nu in deze noordelijke regio!

We zijn heel blij met ons lijntje met de Patiëntenkring en hopen dat veel nieuwe ouders zich gaan aanmelden als lid!

Wij zijn ook blij dat we weer wat kunnen toevoegen aan de antroposofische zorg die het noorden rijk is. Waarin we vooral met elkaar de verbinding willen gaan maken. We houden jullie graag op de hoogte van hoe het ons vergaat.

Op naar een verdere doorstart in 2026!

Inge Scheper- van Wijk

www.pontibus.nl