

Afz.: Levensadem vzw

Floralaan 6

2640 Mortsel

Afgifte kantoor : Brussel X  
Bureau de dépôt: Bruxelles X  
Toegelaten onder N° : P 102005  
N° d'agrément : P 102005



PB-PP | B-00227  
BELGIE(N) - BELGIQUE



# Levensadem



le Souffle  
de Vie

Nummer 125 februari 2023  
Numéro 125 Février 2023  
Verschijnt : trimestrieel  
Périodicité : trimestriel

# “Juist in de nacht is het mooi om te geloven in het licht.”

Edmond ROSTAND

Het thema van dit nummer is **kwetsbaarheid**, een heel actuele realiteit op verschillende vlakken. Kwetsbaarheid maakt ons angstig en nerveus, maar geeft ons ook de kans om halt te houden en onze zwakke krachten te meten. Wij worden allemaal op verschillende momenten van ons leven geconfronteerd met onze kwetsbaarheid.

In het hart van Levensadem staat het kind ... , het kind dat nog niet geboren is: kwetsbaar, ook al is het geborgen in de schoot van zijn moeder. En de biologische conceptie van een mens, is die niet het resultaat van een moment dat men “de kleine dood” noemt? Totale overgave die kan uitmonden in het ontstaan van een nieuw wezen, kwetsbaar... oneindig kwetsbaar ... zowel fysisch, psychisch, affectief als omwille van de vrijheid van anderen.

Ook Levensadem als organisatie gaat thans door een periode van grote kwetsbaarheid omwille van veranderingen en aanpassingen waarover we reeds gedeeltelijk hebben geschreven in ons vorig nummer. Inderdaad, onze basisstructuur heeft behoefte aan veranderingen en aanpassingen. Die noodzakelijke aanpassingen in onze organisatie en ons functioneren vragen tijd. Wij moeten vooruit om een antwoord te kunnen geven aan het groeiend aantal oproepen en om de middelen te vinden om dit te realiseren.

Levensadem is een beweging maar bestaat voornamelijk uit mannen en vrouwen die zelf, in hun eigen leven, momenten van kwetsbaarheid doormaken. Deze realiteit maakt duidelijk dat elke vorm van kwetsbaarheid als het ware ook de rijkdom van een mens belicht, zijn of haar temperament en mogelijkheden, zonder die te vernietigen in tegenstelling tot wat men zou kunnen denken. Het is niet omdat je door een kwetsbare periode gaat dat je persoonlijke waarde afbrokkelt. Je verliest evenmin je identiteit. Dat geloven zou zijn als vergeten hoe je vol contemplatie kan kijken naar het subtiele spel van lichtstralen door de wolken, of je bewondering voor het spel van licht en donker tijdens een boswandeling.

Vandaag lijkt het alsof de hele wereld door een periode van kwetsbaarheid gaat op vele niveaus. De angst grijpt ons misschien naar de keel zoals nooit tevoren. Deze gespannen sfeer voelen we zeer goed bij de gezinnen die beroep doen op Levensadem.

Onze gezinnen worden voluit geraakt door de economische crisis, waardoor het aantal nieuwe oproepen nog aangroeit. Onder een eenvoudige vraag om materiële hulp liggen echter vaak veel diepere noden verborgen. De vader die het kind dat wordt verwacht



achterlaat, geen papieren, geen woning, een gebrekkige fysische, psychische of mentale gezondheid, afwijzing door de familie... het zijn vaak elementen die zich opstapelen, die vaak uit elkaar voortvloeien bij zwangere vrouwen of koppels die onze hulp vragen. De materiële nood vergroot nog de diepe malaise waarin een zwangerschap plots kan verschijnen als een orgelpunt van verborgen hoop. Meer dan ooit is in deze context van kwetsbaarheid solidariteit nodig, zelfs onontbeerlijk.

Meer dan ooit is het werk van Levensadem noodzakelijk. Beseffen dat we allemaal kwetsbaar zijn, respect hebben voor de kwetsbaarheid van anderen zorgt al voor een band van solidariteit tussen ons. Mogen we, elk op onze plek, door de dikke mist van onze beproevingen al is het maar een klein lichtstraaltje laten stralen naar de ander.

**“Juist in de nacht is het mooi om te geloven in het licht.”**

**Dit is onze wens voor jullie:**

**Moge dit woord van Edmond Rostand realiteit worden in jullie leven.**

**Mogen wij de donkere momenten in ons leven aanpakken**

**in de hoop dat de lente die op komst is**

**ons sereniteit kan brengen.**

*Micheline et Jacques Philippe*

# Tot het uiterste...

Tijdens mijn laatste zwangerschap werd na twee opeenvolgende puncties de diagnose van trisomie 18 bij mijn kindje bevestigd. In het ziekenhuis hadden ze mij verteld dat dit een zeer zware afwijking is met een heel kleine overlevingskans. Ze stelden mij dan ook een zwangerschapsafbreking voor. Ik weigerde, want ik wilde mijn dochttertje niet "laten gaan"... Wie was ik om over haar leven of dood te beslissen? Dat leek mij een beslissing die alleen God toekomt. Ik heb dus besloten om haar te houden, ik wilde tot het uiterste gaan om mijn kindje alle kansen te bieden. Noch mijn man, noch de meesten van mijn naaste familieleden wilden mij steunen. Ik stond helemaal alleen in mijn beslissing. Gelukkig werd ik goed opgevolgd door mijn gynaecologe en een paar organisaties, waaronder Levensadem, Interface en le Petit Vélo Jaune.

Mijn man was heel bang voor onze dochter in het vooruitzicht dat ze gehandicapt zou zijn. Twee maanden voor haar geboorte is hij, gewoon ten einde raad, teruggekeerd naar ons geboorteland Tunesië. In zijn familie zijn er verschillende personen met een beperking. Ondanks het feit dat niets wees op erfelijkheid was hij zeer ongerust. Kort voor de geboorte is hij dan toch teruggekomen.

De ontwikkeling van mijn kindje in de baarmoeder verliep traag en ging met veel misvormingen gepaard: van het hartje, de hersenen en het ademhalingssysteem... Elke dag was voor mij een nieuwe onzekere stap in het leven. Bij elk doktersbezoek vroeg ik me af of mijn dochter nog wel zou leven. Ik keek telkens weer uit naar de volgende afspraak, en tegelijk vroeg ik mij af wat de toekomst brengen zou. Maar mijn zwangerschap ging ook gepaard met hoop; ik durfde geloven zonder mezelf illusies te maken. Zo ging het van dag tot dag. Tot het moment aanbrak dat de keizersnede zou uitgevoerd worden. In het ziekenhuis was iedereen van het verplegend personeel paraat, want niemand kon voorspellen of mijn dochttertje het zou overleven, laat staan hoelang. De meeste baby's met trisomie 18 sterven voor hun geboorte. Het was een andere moeder die samen met mij in dezelfde kliniek lag overkomen.



Samen met mijn kinderen van 5 en 6 jaar hebben we de naam van hun kleine zusje gekozen. Ik wilde haar een naam geven die zowel in mijn land van oorsprong, Tunesië, als in Europa, waar ik nu woon, voorkomt. We hebben gekozen voor Sophia, wat "wijsheid" betekent. Vooral mijn kinderen vonden het een mooie naam. Mijn huisarts, ook een Sophie, was hier ook heel blij mee. Wijsheid, dat is wat mijn dochter me op haar manier geleerd heeft, door mij uit te nodigen om zo ver als ik kon met haar mee te gaan, mij ten volle bewust van mijn grenzen; de wijsheid om haar al mijn liefde te geven tot het einde van haar korte leventje. Wijsheid over haar eigen leven, zo beheerst, zo kalm, als een zachte bries, de dagen die voorbij gingen achter zich latend.

Beetje bij beetje, dag na dag, ademde Sophia het leven in. Het lukte niet om haar borstvoeding te geven. We gebruikten kleine flesjes omdat ze telkens heel weinig dronk. Ze bleef zeer klein en ademde zeer moeilijk. We hebben samen 12 dagen in het ziekenhuis doorgebracht. De verantwoordelijke van Levensadem kwam ons elke dag bezoeken en waste de kleertjes van Sophia.



De blik van haar papa veranderde toen hij Sophia zag. Hoewel hij zeer bezorgd bleef, overwon hij zijn angst en is hij naar het ziekenhuis gekomen. Toen de twee weken voorbij waren, kon ik met Sophia naar huis gaan. Levensadem voorzag ons van alles wat we nodig hadden: een wiegje, een kinderwagen met maxi-cosy, een badje, kleding voor prematuurtjes ... Een vrijwilliger heeft ook geholpen om de kamer van Sophia te herschilderen! Mijn "meter" van Levensadem is tweemaal langsgesloopt en heeft Sophia een flesje gegeven. De vrijwilligers van Le Petit Vélo Jaune zijn ook twee keer gekomen. Na een tiental dagen thuis kreeg Sophia een verkoudheid waardoor haar al zwakke gezondheid verslechterde. Haar hartje werd heel zwak en ze heeft ons op 27 september rond 4 uur in de namiddag verlaten. We hebben Sophia begraven op het Islamitisch kerkhof van Evere. Ze ligt in het gedeelte dat voorbehouden is voor kinderen die vóór of kort na de geboorte gestorven zijn. Haar grafje bevindt zich midden in een kring van vele andere kinderzerkjes. Daardoor heb ik het gevoel dat ze deel uitmaakt van een gemeenschap.

Toen ze overleed heb ik veel deelnemingskaarten gekregen van het verplegend personeel, van Levensadem, van collega's en vrienden en veel andere vrijwilligers...

Dat heeft me zeer geraakt en het was hartverwarmend. Ik heb veel medeleven ervaren te midden van deze beproeving. Voor mij is het een mirakel dat Sophia nog 27 dagen geleefd heeft en dat haar broer en zus haar nog gekend hebben.

**Vruchtbare aarde  
zaad voor de toekomst  
diep in mij.  
Verborgene droom  
wordt werkelijk.  
Mijn verleden herbelevend,  
ploeg ik mijn aarde om,  
bereid een nieuwe lente voor,  
een nieuwe vore,  
verwelkom de Geest in mij  
maak mijn heden één.**

*Libellule*

Ik geloof dat mijn dochter in het Paradijs is en dat een deel van mij daar ook is. In onze godsdienst geloven wij dat de zielen van kleine kinderen die in een staat van totale zuiverheid en onschuld sterven, naar het Paradijs gaan, en dat zij er voor zorgen dat hun ouders en naaste familieleden er ook binnen zullen gaan. Ik geloof dat God in de beproevingen aanwezig is om ons Zijn liefde nog meer te laten voelen.

*Nawal, samen met mijn steungezin geschreven*

## Kwetsbaarheid bij Levensadem

Het verhaal van Levensadem wordt geschreven door de mensen die door de organisatie geholpen worden en door diegenen die zich ervoor inzetten.

Enkele weken geleden hebben Caroline en Damien Schwartz, verantwoordelijken voor de Waalse afdeling, ons medegedeeld dat ze van hun taak in de schoot van Levensadem wensen ontheven te worden.

We hebben de tijd genomen om hun verzoek te aanvaarden en de redenen van hun keuze te begrijpen. In afwachting van hun vertrek willen we hen in naam van de vzw bedanken voor hun enorme inzet en voor alles wat ze gedaan hebben voor de moeders en de gezinnen van Levensadem.

Zoveel moeders en gezinnen hebben hun verhaal kunnen vertellen, zijn geholpen, ondersteund en opgevangen, meer dan 10 jaar lang. Onze blijvende dankbaarheid en erkentelijkheid gaan naar Caroline en Damien uit.

Daarnaast hebben ook Nadia en Dany Van den Bergh besloten om hun leven een nieuwe wending te geven. Zij hebben de voorbije jaren keihard gewerkt aan de opwaardering van heel ons vakantiedomein in Pesche en daar na covid tal van gezinnen onthaald. Dankzij hen konden de gezinnen van een weldoend verblijf genieten en zich herbronnen in l'Envie de Souffler. Nadia en Dany zullen binnen enkele maanden vertrekken uit Pesche. In naam van vele gezinnen willen wij hun hartelijk bedanken.

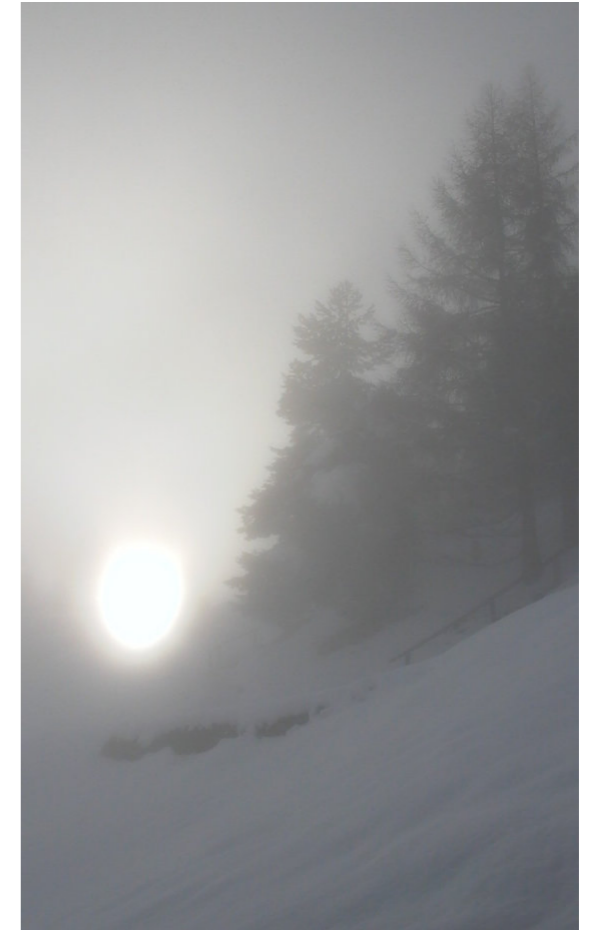
Tegen de achtergrond van deze veranderingen en de reorganisatie die dit teweegbrengt, blijft de vzw haar activiteiten over het hele grondgebied van België verderzetten.

Voortaan worden de oproepen verdeeld over twee antennes: een Franstalige (02 375 95 04) en een Nederlandstalige, Levensadem (03 449 48 26).

De raad van bestuur : *Odile Verhaegen, Pascale Degomme, Cyril Becquart,*

en de verantwoordelijken van Levensadem voor Brussel en Wallonië:

*Micheline en Jacques Philippe*



# Kwetsbaarheid: moet je daaronder lijden ?

Wat je soms hoort:

*"Ik ben niet zo sterk als ik er uit zie."*

*"Ik kan mezelf niet aanvaarden als ik kwetsbaar ben: dan schaam ik me."*

*"Ik ben nooit zeker van mezelf, ik heb altijd het gevoel dat ik zwakke punten heb. Anderen hebben mij gezegd dat ze diep in hun hart nooit aan zichzelf hebben getwijfeld, zonder superieur te willen zijn: ze voelen een zekere kracht die hen een innerlijke rust geeft."*

*"Ik ben onzeker over mijzelf, toch doe ik mij sterk voor."*

*"Ik heb geleerd mijn kwetsbaarheden te aanvaarden en ernaar te handelen. Humor en zelfrelativering helpen mij daarbij."*



Sta mij toe een paar bedenkingen over kwetsbaarheid met jullie te delen.

## Wanneer we spreken over kwetsbaarheid, wat wil dat zeggen?

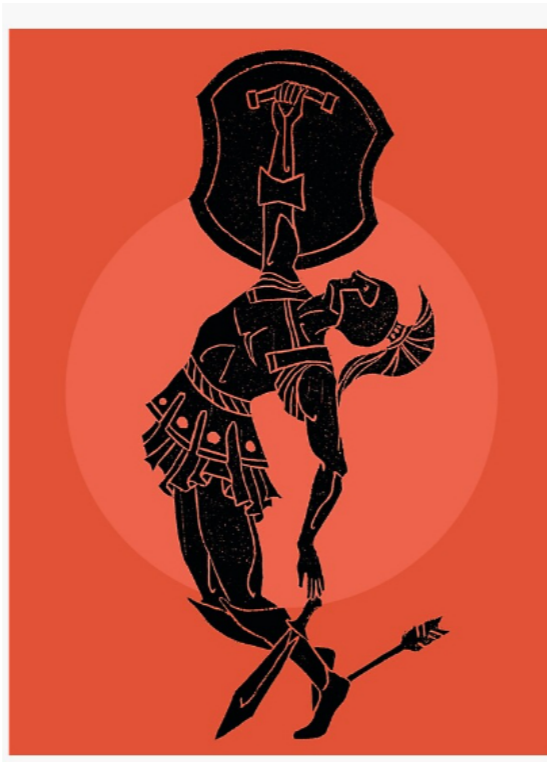
- Kwetsbaar zijn betekent dat men weet dat men geraakt kan worden, gekwetst door een wonde. Kwetsbaarheid heeft de betekenis van "zwak": men legt een zwakte of een zwak punt bloot. Dit impliceert dat we kunnen worden aangevallen. Maar dan moet er sprake zijn van een aanval.

- Subjectief gesteld: ik voel me kwetsbaar. Dat betekent niet dat ik het ben, maar door het te denken word ik het.

- In bredere zin betekent kwetsbaar zijn dat we blessures kunnen oplopen: dat maakt deel uit van ons gestel. We hebben allemaal een plek waar we kunnen geraakt worden. We weten waar ons zwak punt ligt.

- De oude Grieken noemden dit in hun mythologie de "Achilleshiel". De moeder van Achilles had haar zoontje in de Styx, de rivier van de Onderwereld, ondergedompeld om hem onkwetsbaar te maken. Ze moest hem daarvoor wel aan zijn hiel vasthouden waardoor dit zijn enige kwetsbare plek werd. Vandaar de uitdrukking "de Achilleshiel", een zwakte die in weerwil van grote kracht toch fataal kan worden. Of simpel gezegd, iemands zwakke plek.

- Het tegenovergestelde van kwetsbaar is "ongevoelig". Een kwetsbaar persoon is gevoelig.



- Elk systeem heeft ergens wel een zwak punt. De Grieken hebben dit idee ontwikkeld omdat ze het belangrijk vonden de fout, de zwakke plek te ontdekken. Daaruit is de noodzaak ontstaan om op zijn hoede, wantrouwig en waakzaam te zijn: een absolute bescherming bestaat niet. Merk op dat de beruchte "hiel van Achilles" zich aan de achterzijde onderaan in ons lichaam bevindt. Juist daar bestaat er weinig risico om aangevallen te worden.

## Waar komt die kwetsbaarheid vandaan? Hoe ontstaat een zwakke plek?

- De meeste ouders proberen hun kinderen onkwetsbaar te maken. Ze beschermen ze, ze leren hen zich te verdedigen enz. Onkwetsbaarheid is iets waar we voor onszelf en onze kinderen van dromen: zorg ervoor dat je niet aan de genade van een ander bent overgeleverd, wees als Tarzan, Spiderman, Tom Cruise of the Avengers, om een paar voorbeelden op te noemen.

- Onze religieuze opvattingen kunnen ons doen dromen van almacht, met dank aan de godsbeelden die we ontwikkeld hebben. Onbewust denken we dat God (in onze plaats) onze kwetsbaarheden zal oplossen en onze droom van onkwetsbaarheid zal doen uitkomen. Zo komen we dan terecht bij het unieke van het Christendom waaruit blijkt dat God niet almachtig is. De dood van Jezus is hiervan de bevestiging. Voor alles is Hij een alomvattende Liefde.

- Filosofisch gesproken is onkwetsbaar zijn het ideaal. We beseffen echter snel dat de realiteit anders is. We kunnen niet alles oplossen, laat staan beheersen. Maar in het algemeen voelen we er meer voor om met elkaar te kunnen opschieten. We hebben de neiging om anderen te vertrouwen. Toch stoten we vroeg of laat op een onvoorziene situatie.



- Kwetsbaarheid verplicht ons om onszelf maximaal te beschermen. Maar aangezien onkwetsbaarheid niet mogelijk is, moeten we wel proberen op goede voet te staan met de andere die onze zwakte kan opmerken. Dit kan er dan weer toe leiden dat we het met elkaar eens worden. Hier houdt het echter niet op, want de ander kan bij ons altijd een zwakte vinden die we zelf niet zien: we zijn nooit helemaal gerust. Op deze manier worden we ons bewust van onze kwetsbaarheid. Het is een realiteit die we moeilijk onder ogen zien en waarover we weinig of niet praten.

### Als we kwetsbaar zijn, aanvaarden we dan dat dit zo blijft? Wat doen we dan?

- Als verantwoordelijke personen zullen we op zoek gaan naar alle kansen die moeilijkheden ons bieden, en proberen er oplossingen voor te vinden. Daardoor worden we aangezet om akkoorden te sluiten en afspraken te maken om tot rust te komen. Hieruit is heel de kunst van de communicatie en de diplomatie ontstaan.

- Sommige mensen zien anderen als potentiële agressors, zonder dat deze het echt zijn. Zij gaan eerst de ander beschuldigen. Anderen hebben dan weer de neiging om zichzelf in vraag te stellen.

- Onze kwetsbaarheid verplicht ons om onszelf beter te leren kennen: ik moet de verdedigingssystemen in mijzelf ontdekken; mijzelf vragen stellen zowel over de dingen die mijn zwakte blootleggen als over mijn capaciteit om me te verdedigen. Vanzelfsprekend is er ook de vraag naar het waarom.

- Kwetsbaarheid manifesteert zich juist op specifieke momenten van ons bestaan. Sommige incidenten, gebeurtenissen in ons leven verplichten ons om op onze hoede te zijn. Van het ogenblik dat we uit onze veilige zone treden, worden we genoodzaakt naar bescherming te zoeken. Dat is een aangeboren, instinctieve reactie. De vraag is echter op welke manier we onszelf beschermen.

o We kunnen ons verdedigen door op onszelf terug te vallen en relaties met anderen te verbreken of af te zakken.

o Of we lopen vooruit op de dingen: we analyseren vooraf het gevaar dat de ander voor ons kan betekenen en onderzoeken hoe we er het hoofd aan kunnen bieden.

o Dit kan narcistische vormen aannemen: ik geniet ervan om met mezelf bezig te zijn, ik creëer een comfortzone waarin ik me goed voel; ik wentel me erin.

o Of ik geniet ervan dat anderen zich met mij bezighouden. Dat geeft mij een veilig gevoel en ik blijf liever in deze beschermde zone.

o Maar kwetsbaarheid kan ook iemand helpen, want door kwetsbaar te zijn ben je toegankelijk.



Wat mezelf betreft heb ik nooit gedacht dat ik niet kwetsbaar was. Nu ben ik me ervan bewust dat mijn manier van reageren er meestal een is geweest van anticiperen, en zo vooruit te zien. Zodoende moest ik op voorhand maatregelen treffen: misschien ten onrechte en ten koste van andere mensen.

Kwetsbaarheid is op zich geen gebrek; het is niets abnormaal; het kan een verrijking zijn.

*Prof. Dr. Paul Lievens*, psychiatrisch  
vertrouwenspersoon bij Levensadem,  
geïnterviewd door Micheline Philippe.



## Geef je een vis of leer je vissen?

In Rwanda gebruikt men de term “kwetsbaar” voor de armsten. Zwangere vrouwen of jonge meisjes, waaronder een aantal minderjarigen, maken deel van uit van deze groep.

Het is gebruikelijk dat een minderjarig zwanger meisje door haar ouders uit het huis gezet wordt. Angst voor de toekomst, onrust, armoede in het ouderlijk huis en schaamte zijn een aantal redenen waarom deze praktijk ook in een aantal landen gangbaar is.

Ook hier zien we deze instinctieve gang van zaken, die ons belet oog te hebben voor het leed en de gevolgen ervan. “Nee, dit is onmogelijk ... het is niet waar”, we ontkennen en verwerpen spontaan de catastrofe die onze veiligheid, ons welzijn en ons leven zelf bedreigt.

Desondanks hebben we tijdens ons verblijf in Rwanda in oktober vorig jaar vernomen dat de Rwandese regering verschillende maatregelen getroffen heeft om de rechten van het kind en de moeder voorrang te geven. Een zwanger minderjarig meisje mag niet meer door haar ouders op straat gezet worden. Als dit toch gebeurt, kan het meisje zich naar de prefectuur begeven en wordt ze terug naar huis gebracht. De staat zal ook haar ziekteverzekering op zich nemen, evenals die van het kind als dit bij de familie woont. Het meisje zal ook van een beperkte schadevergoeding kunnen genieten. Die zal niet alle kosten dekken maar is hoe dan ook nodig.

Onderwijs is gratis en verplicht tot het negende studiejaar (derde middelbaar). Deze maatregel is een onderdeel van een toekomstgericht beleid met eigen levensonderhoud als doel. Dit soort beslissingen nodigt uit tot een mentaliteitsverandering die van cruciaal belang is om te ontwikkelen. We zien hierin een langetermijnvisie die tijd zal vragen om in praktijk omgezet te worden en vruchten te dragen. Maar we geloven dat we een grootschalig en heilzaam sociaal project tegemoet zien.



Op het terrein hebben we samen met Etienne en Christine, de Rwandese verantwoordelijken voor Levensadem, de plekken bezocht waar Levensadem werkzaam is. We hebben verschillende jonge moeders, geholpen door Levensadem, ontmoet, met hun kleine kinderen op de rug of aan de hand .

Sinds de invoering van de nieuwe wet die ouders verbiedt om hun zwangere dochter weg te sturen, zien de steungezinnen zich bevestigd in hun missie om relationele steun te bieden, door in gesprek te gaan met de biologische familie van het zwangere meisje. De steungezinnen worden zo de uitgelezen bemiddelaars tussen het meisje en haar ouders. Door hun bemiddeling worden een hernieuwd contact met de familie en een terugkeer naar het ouderlijk huis op lange termijn mogelijk. En dat kan het kind bij zijn of haar geboorte alleen maar ten goede komen. De steungezinnen vertelden ons hoe opgelucht de ouders van de minderjarige meisjes waren. Ze voelen zich niet langer alleen, maar ervaren ook geen veroordeling of vernedering meer door hun familie vanwege de zwangerschap in het gezin. Zo ontstaat er een nieuwe golf van solidariteit in de lokale gemeenschap.

“Toen wij inzagen dat mensen van buiten onze omgeving onze dochter hielpen bij haar zwangerschap en haar zelfs liefhadden en ondersteunden in onze plaats, begrepen we dat dit eigenlijk onze taak was. We zullen niet veroordeeld of afgewezen worden maar integendeel ondersteuning krijgen”, vertrouwden sommige ouders ons toe die tijdens ons bezoek aanwezig waren.

Naast de relationele hulp van het steungezin ontstaan er, zoals hier in België, verschillende eenmalige vormen van hulpverlening. Zo kon een jonge zwangere vrouw bijkomende informatie ontvangen over het verloop van een zwangerschap. Ook kreeg iemand hulp bij het zoeken naar betere voeding. Een gynaecoloog was bereid om op grondige en efficiënte wijze een vrouw van 25 jaar bij te staan die al vele miskramen had gehad. Dankzij deze medische hulp kon de jonge vrouw haar voldragen zoon op de wereld zetten. De gynaecoloog, die hierdoor Levensadem leerde kennen, heeft zijn diensten aangeboden bij de vzw om andere vrouwen die het nodig hebben, te helpen. Hij is nog steeds begaan met zijn nieuwe patiënte.

In Rwanda is het sociale leven, net als in Congo, redelijk gestructureerd. Het begint bij kleine basisgemeenschappen bestaande uit 10 tot 20 families. Het is daar dat de kleine lokale antennes van Levensadem ontstaan zijn. De relationele hulp door de steungezinnen, evenals de materiële of financiële steun op kleine schaal, gebeurt in deze kleine gemeenschappen.



Etienne en Christine hebben ook maandelijkse ontmoetingen georganiseerd voor zwangere tienermeisjes. Als ze toekomen op de bijeenkomst betaalt iedereen 500 Rwandese Francs, omgerekend 50 eurocent. Daarna vertellen de meisjes over wat ze die dag beleefd hebben, over hun

moeilijkheden en hun noden. Ze kunnen ook vragen stellen of delen over een project dat ze graag zouden opstarten. Dan volgt een gesprek om na te gaan hoe ze elkaar kunnen helpen. Aan het einde van de bijeenkomst wordt er gestemd om te weten welke jonge moeder het bijeengehaalde geld mag meenemen. Elk meisje weet dat zij op een dag aan de beurt zal zijn. Er wordt door de verantwoordelijken ook eenvoudig onderricht gegeven over de vragen en moeilijkheden die eerder zijn aangebracht; zoals het voorkomen van een nieuwe zwangerschap in een zelfde levenssituatie.

**“Geef iemand een vis, dan zal hij een dag te eten hebben.  
Leer hem vissen, en hij heeft voor altijd te eten.” Lao-Tse**

Samen met Etienne en Christine zijn we ook begonnen met het bestuderen van de mogelijkheid om de jonge meisjes een basisopleiding aan te bieden om een vak te leren, waardoor ze later in hun levensonderhoud kunnen voorzien.

Het ideaal zou de oprichting zijn van een vormingscentrum op korte termijn. Momenteel bestaat dit type van opleidingen in verspreide vorm. Onze verantwoordelijken hebben zich tot doel gesteld een inventaris te maken. De kosten voor een opleiding zouden neerkomen op 10 000 Rwandese Francs, het benodigde materiaal niet meegerekend.

Etienne en Chris bruisen van creativiteit en energie. Christine heeft een productieproces voor vloeibare zeep op poten gezet. Deze kennisoverdracht zou een eerste aanzet kunnen zijn. Inschrijving in het handelsregister of een BTW-nummer zijn hier niet nodig om hun producten te verkopen.

Etienne en Christine hebben ons gevraagd om steungezinnen verder op te leiden. Een aantal koppels die verantwoordelijk zijn voor lokale antennes hebben de opleiding gevolgd, net als een groep van een zestigtal mensen op een andere locatie.

De meeste mensen die een beroep doen op Levensadem behoren tot de categorie van kwetsbare personen. Velen van hen zijn door de vader van hun kind in de steek gelaten. Altijd om dezelfde redenen: armoede en de vrees die hierdoor ontstaat dat hij niet voor zijn nieuwe gezin zal kunnen zorgen. We zijn ook getroffen door het grote aantal ouders van tienermeisjes die gescheiden zijn van elkaar om ergens anders een beter leven te zoeken. Financieel, maar ook om weg te vluchten van de onrust die armoede met zich meebrengt. Zo hebben we kennisgemaakt met Rosine, 17 jaar en 4 maanden zwanger. Zij woont alleen met haar kleine broertje, want haar gescheiden ouders zijn allebei vertrokken. Rosine is maar tot het 4<sup>e</sup> leerjaar naar school geweest en moet elke dag op zoek naar middelen om in hun levensonderhoud te voorzien.

Zo begrijpen we hoe belangrijk de nieuwe aanpak is van de regering om dit soort situaties te verbeteren. Dank aan Etienne en Christine, die zich niet laten ontmoedigen door deze immense taak, en alles doen wat binnen hun mogelijkheden ligt, om het werk van Levensadem te verspreiden. We kunnen veel leren van hen, van de omstandigheden waarin zij werken.

De werking van kleine lokale antennes is voor ons in ieder geval een bron van inspiratie, zeker in het licht van het uitbreiden van de structuur van Levensadem in België.

# “Wacht niet tot je rijk bent om de armen te helpen.”

Deze levensles doet ons onmiddellijk denken aan Congo waar we pas van terug zijn.

In Goma kan kwetsbaarheid niet los gezien worden van de strijd tussen de verschillende milities die zich aan de stadspoorten afspeelt. Levensadem houdt er stand en doet wat het kan, zoals een flakkerend kaarsvlammetje dat toch blijft branden. Pumzi ya Uzima (Zoals Levensadem in het Swahili heet) maakt nu integraal deel uit van de plaatselijke gezinspastoraal. Daardoor kan de organisatie in elke parochie en deelparochie (of filiaal zoals het daar genoemd wordt) officieel zichtbaar worden. Zo krijgen bijvoorbeeld koppels die zich op het huwelijk voorbereiden, info over Levensadem en kunnen ze er, indien nodig, te allen tijde beroep op doen. Op deze manier raakt Levensadem verweven met de parochiale structuur en dringt het, net als in Rwanda, door tot in de kleinste basisgemeenschappen.

Te midden van een onnoemelijke armoede zoekt Levensadem een weg. Een zwanger tienermeisje dat door haar ouders is weggestuurd en geen enkele wettelijke bescherming heeft, kan onderdak vinden bij een gezin van Levensadem. Dikwijls is het zelf een arm gezin dat haar met de steun van andere families opvangt; de ene zorgt voor wat voedsel, de andere brengt benodigdheden mee voor bij de geboorte. Er wordt ook een omhaling gedaan voor de kosten van de bevalling. Indien nodig wordt op een hoger niveau van de kerkstructuur een collecte gehouden om het nodige geld bijeen te krijgen, daarbij geholpen door de opbrengsten van de collectes in de andere gemeenschappen. In Congo zijn er weinig of helemaal geen ziekenfondsen en komt de staat noch op sociaal vlak, noch financieel, tussenbeide.

Aline, 19 jaar, komt uit een zeer arme familie. Toen ze zwanger werd, zetten haar ouders haar het huis uit. Een steungezin heeft haar opgevangen en tegelijk het contact met haar ouders nieuw leven ingeblazen. Het steungezin is op zoek gegaan naar de vader van het ongeboren kind. Hoewel hij beloofd had de situatie onder ogen te zien, was hij toch weggevlucht uit angst voor represailles vanwege zijn verantwoordelijkheid voor de zwangerschap van Aline. Het koppel heeft hem uiteindelijk gevonden, lang naar hem geluisterd en de tijd genomen om een gesprek aan te gaan. Toch vond hij niet de moed om terug te keren.

Zonder zich te laten ontmoedigen heeft het steungezin dan de ouders van de man ontmoet, die geleidelijk aan met andere ogen naar hun zoon begonnen te kijken. Intussen heeft Aline besloten om zo goed en kwaad als het gaat, langs de straat tomaten te verkopen, een praktijk die veel voorkomt in Goma. Men koopt een zak tomaten die dan per stuk doorverkocht worden in een dichter bevolkte wijk van de stad. Enige vorming of officiële papieren om zich te vestigen zijn hier niet nodig. Deze manier van handel drijven vormt de beste verzekering om in het dagelijks bestaan te voorzien.

Nadat de ouders van de toekomstige jonge vader weer met hun zoon zijn beginnen praten, heeft hij, getroffen door de moed van Aline en haar volharding om door te gaan, zijn relatie met haar

hersteld. Met de hulp van de volwassenen rond hen, kunnen ze zich nu ten volle wijden aan hun taak als ouders van hun pasgeboren zoontje.

Tijdens ons verblijf in Goma hebben we een eucharistieviering bijgewoond voor ouders die hun kindje tijdens de zwangerschap verloren hadden. Bijna elk gezin kent de pijn die het leven van vrouwen zo ingrijpend tekent. Iemand die meerdere miskramen heeft gehad, wordt met de vinger gewezen. Men gelooft ook snel in een vorm van zwarte magie, dat ze behekst zijn door mogelijke vijanden. Door de oorlog worden dit soort beschuldigingen en kwaadaardige gedachten nog extra aangedikt. Het kan ook tot ernstige familiale spanningen leiden, terwijl het dikwijls om oplosbare medische problemen gaat.

Net zoals in Rwanda hebben we een aantal personen kunnen spreken die door Levensadem geholpen zijn.



Een verpleegster vertelde ons dat zij en haar man 4 kinderen wilden. Eerst kreeg ze een zoon. Hun tweede kindje stierf na 7 maanden zwangerschap. Het derde moest na 7 maanden met een keizersnede ter wereld komen. Na de geboorte traden er complicaties op, werd het kind ziek en kreeg een herseninfarct. Het moest geopereerd worden waarna de dokters de moeder aanraadden om niet meer zwanger te worden. Dat was een zware klap voor de vrouw, temeer omdat, zoals ze ons zei, *“het in onze cultuur niet aanvaard wordt om zo’n beslissing te nemen”*. Daar bovenop kreeg ze bakken kritiek te verduren van haar familie en ging ze gebukt onder schaamte. Ze zag geen licht aan het einde van de tunnel, voelde zich alleen en hulpeloos. Het was toen dat ze vernam dat er op initiatief van Levensadem een eucharistieviering zou gehouden worden voor gezinnen die een perinataal rouwproces doormaakten. Dankzij deze viering hervond ze kracht, moed en een diepe vrede. De maand daarop raakte ze in verwachting. De zwangerschap verliep deze keer zonder problemen en ze beviel na 9 maand van een vierde gezond kind.

Op verzoek van zijn pastorale overste heeft Alphonse, onze verantwoordelijke ter plaatse, zich omringd met een team. Naast deze verantwoordelijkheid is hij als pastoraal animator aangesteld in een nieuwe parochie in Goma. Anderzijds is zijn echtgenote verplicht om buiten de stad te werken om te proberen de eindjes aan elkaar te knopen want het inkomen van Alphonse is heel bescheiden.

We willen hem feliciteren voor zijn moed, zijn enthousiasme en zijn talent om de uiteenlopende taken die Pumzi ya Uzima ten goede komen, te combineren.

Ook wij proeven de vruchten van Levensadem in Goma, waar het dagelijks leven met zoveel armoede gepaard gaat. Ondanks de beperkte middelen, bruist het er van creativiteit. Alphonse vertelde ons over een vormingsproject waardoor de gezinnen die gesteund worden door Levensadem mini-moestuintjes kunnen aanleggen in wat wij hier “zakdoeken” zouden noemen, hutjes van hout of karton of zeil die dienst doen als woning. En vooral zijn wij geraakt door hun zang, hun lach, hun goed humeur: onmisbare ingrediënten die deze mannen en vrouwen motiveren om op eigen benen te staan.



# Zoals een pas geboren baby in de armen van een vroedvrouw ligt ...

Bidden voor iemand gaat soms gepaard met een gevoel van onmacht en machteloosheid. De situatie van de persoon voor wie men bidt, kan zo moeilijk zijn en zo complex dat de bidder of bidster zich afvraagt: welk verschil kan mijn gebed hier maken? Ik zie geen resultaat van mijn gebed.. Hoe kan God in deze situatie redding brengen, of een oplossing tonen of...

Hoe gaat een bidder of bidster om met dit gevoel van onmacht? Jo vertelt.

*Ik ben vele jaren zelf in therapie geweest.*

*Wanneer ik bij een psychiater of psycholoog kwam vond ik het minder moeilijk om heel persoonlijke zaken te vertellen dan wanneer ik om gebed vroeg en ik mijn intenties aan de persoon die voor me bad, moest kenbaar maken. Op dat moment voelde ik mij het meest kwetsbaar.*

*Later heb ik wel een nieuw vertrouwen gekregen omdat de persoon die voor mij bad er voor mij was in Gods naam.*

*Inderdaad, als iemand voor een ander bidt wordt wat de vrager om gebed toevertrouwt aan de bidder, onmiddellijk in Gods handen gelegd.*

*Kwetsbaarheid voel ik ook als ik bid voor anderen, voor specifieke, soms zware intenties.*

*Bidden houdt steeds in dat ik me kwetsbaar opstel.*

*Ik kan niet vermijden dat iets in de persoon voor wie ik bid me soms treft en soms ook ...kwetst als de aangehaalde kwetsuren iets van mijn eigen verwondingen doen oplichten.*

*Er bestaat niet zoiets als een filter waarin ik de intenties van iemand die om gebed vraagt kan ziften !*

*Zelfs als ik de persoon voor wie ik bid niet ken, kom ik heel dicht bij hem of haar te staan in mijn gebed.*

*Tegelijkertijd wens ik soms méér te doen dan enkel voor die persoon te bidden.*

*Voorals ik de situatie van de vrager om gebed herken vanuit mijn eigen ervaring. Dan zou ik willen helpen met.....wat mij geholpen heeft !*

*Maar dat kan niet !*

*En het is absoluut niet zeker dat wat mij vroeger hielp en/of redde ook zou helpen in dit specifieke geval. Dit verlangen moest ik leren loslaten.*

*De vrager om gebed in Gods handen leggen, dat is wat ik moet doen.*

*Verder ook die persoon in de handen van God laten rusten, want wie weet beter wat en hoe dan God zelf ?*



*Ook dit kan mij ondanks gebed en goede wil soms een gevoel van onmacht geven.*

*Zaak is dan om dat gevoel van onmacht om te zetten in een gevoel van groeiend vertrouwen in God.*

*Onmacht kan ik als bidder ook wel eens ervaren wanneer ik zelf echt niet weet wat te zeggen i.v.m. de problematiek van de vrager om gebed. Ook hier geldt: mij overgeven aan God en vertrouwen dat Hij me de woorden in de mond zal leggen. Of, als ik niets "ontvang", rustig blijven geloven dat het zo goed is!*

*Het gaat werkelijk om vertrouwen op God!*

*Mijn vertrouwen op Hem komt voort uit mijn eigen gebed en ook uit de omstandigheden van mijn leven waarin ik altijd Gods aanwezigheid alsook zijn genade mocht ervaren.*

*God inspireerde mij en hielp mij altijd als ik me voor Hem openstelde en dat blijft Hij doen.*

*Kwetsbaarheid en onmacht zijn uiteindelijk de twee "moeilijke" gevoelens die het meest in me opkomen als ik voor mensen bid.*

*Het allerbelangrijkste blijft: op God vertrouwen. De persoon voor wie ik bid vertrouwvol in Gods handen leggen, zoals een pas geboren baby in de armen van een vroedvrouw ligt bij de geboorte.*

*Verbonden met Hem kan ik het bidden voor anderen op een vruchtbare en bevredigende manier beleven.*

*Het is ook de enige manier om als bidder niet overvraagd te worden.*

*Jo Spoor*

## Tussen kwetsbaarheid en solidariteit

Op dit moment ga ik door een uiterst kwetsbare periode omwille van mijn gezondheid. Als vader van een groot gezin, met mijn beroep als dokter dat mij heel dicht bij de lijdende mens bracht, heb ik langzamerhand deze nieuwe weg moeten erkennen, aanvaarden en gaan, ik die heel stevig op de zuidflank van de berg van het leven stond. De verplichte rust dwingt me na te

denken, ook over mijn gevoelens en herinneringen, en nodigt me ook uit tot meer relatie.

Een tijdje geleden sprak ik met een vriend over de humanitaire boot met 230 Afrikaanse vluchtelingen aan boord die al 3 weken lang zocht naar een haven op de Middellandse Zee waar hij zou mogen aanmeren. Italië weigerde pertinent om de vluchtelingen op te nemen, ze zegden dat ze sinds het begin van het jaar al veel meer vluchtelingen hadden opgevangen dan de gevraagde quota. Uiteindelijk mochten de vluchtelingen in Toulon, in Frankrijk, aan land. Verschillende Europese landen stelden voor een aantal vluchtelingen op te nemen, wat volgens de media een mooi solidair gebaar was.

Mijn vriend en ik wezen met de vinger (figuurlijk) naar Italië dat niet de verwachte welwillende houding had

getoond. Toen vroegen we ons af: en ik, met wie of met welke zaak voel ik me solidair?

We spraken af hierover na te denken en een beetje later weer samen te komen.

Toen we mekaar terugzagen vertelde mijn vriend dat hij eerst het woordenboek had geraadpleegd. "Solidair" komt van het Latijnse "solidus" dat "stevig, compact" betekent. De term drukt uit dat er een band nodig is om de natuurlijke onderlinge afhankelijkheid van mensen en hun noden te verhelpen. Sommigen zeggen dat men mensen in gevaar, ongeacht wie of vanwaar ze afkomstig zijn, moet helpen (het gevaar wordt zelden benoemd...); anderen zeggen dat er een morele plicht bestaat om te helpen en te ondersteunen, maar dat die zich beperkt tot personen van een groep of van een gemeenschap omwille van de band die hen verbindt. Het woord zelf krijgt dus verschillende betekenissen.



Ik stel mijn vriend de vraag: "Dat is allemaal wel interessant, maar wat betekent solidariteit voor jou?"

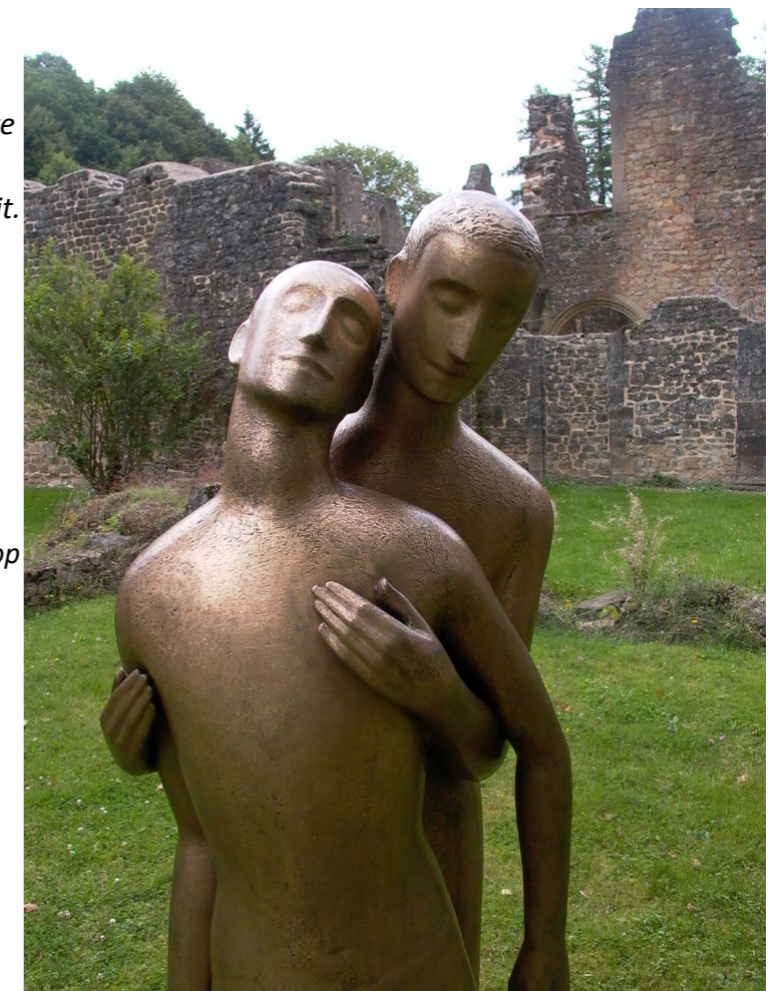
Hij antwoordt: "Ik heb het mettertijd zoetjesaan geleerd. Toen ik tot de jaren van verstand kwam, leerde ik de waarde van geld kennen en van al het speelgoed dat ik met geld kon kopen. Ik herinner me dat ik voor Kerstmis een omslag kreeg van mijn meter met een groot bedrag. Tijdens de maaltijd hadden we gesproken over Afrika en over alle mensen met lepra. Een beetje later was er campagneweekend van de Damiaanactie. Ik kreeg zin om dat grote biljet aan Damiaanactie te geven. Mijn moeder was verrast maar liet me doen en feliciteerde me.

Enkele jaren later vroeg men me een bejaarde te helpen die niet meer de kracht had om de zakken kolen van de kelder naar de kachel op het gelijkvloers te dragen. Op de terugweg van school werd het een gewoonte om de zakken te dragen en een babbeltje te doen aan de deur...

Op het einde van de basisschool zat ik samen met François (een schuilnaam) in de klas. Hij leert moeilijk en hij heeft een beetje een speciaal gezicht. Hij is sympathiek maar jongens drijven de spot met hem en hij heeft niet echt vrienden. Ik probeer dichterbij hem te komen en hem dichterbij de maten te brengen. Dat is niet gemakkelijk geweest maar er kwam een positieve evolutie, de klas werd meer één ... Zo heb ik zonder het te weten stelselmatig geleerd wat solidariteit betekent. Wanneer ik erover nadacht, beseftte ik dat mensen in grote nood het meest nood hebben aan solidariteit.

Toen ik puber werd en later jongvolwassene heb ik goed de situatie begrepen van de meest kwetsbaren, zonder inkomen, gebroken door een conflictsituatie, eenzaamheid en depressie. Heel dikwijls lukt het die mensen niet om op eigen kracht hun moeilijkheden op te lossen, omdat ze weinig ondersteuning krijgen. Want soms wordt die situatie slecht aanvaard door de samenleving in het algemeen."

Ik onderbreek hem: "Wat wil je daarmee zeggen "slecht aanvaard door de samenleving in het algemeen"?"



Ik zie mijn vriend aarzelen, dan gaat hij verder: "Ik heb een neef van mijn leeftijd met het syndroom van Down. Toen we kind waren zag ik hem regelmatig en we speelden samen. Later heb ik natuurlijk een verschil gemerkt, hij sprak moeilijk maar we verstonden elkaar. En ook al zien we mekaar niet dikwijls meer, we blijven verbonden. Een tijdje geleden heb ik vernomen dat er sinds enkele jaren een prenatale test wordt aangeboden aan zwangere moeders en dat in de



meeste gevallen de zwangerschap wordt afgebroken als men het syndroom van Down detecteert. Ik wil geen steen werpen naar de koppels die zo'n beslissing nemen want het syndroom van Down maakt bang. Het is ook waar dat het niet gemakkelijk is om een kind met die beperking op te voeden maar zou dat kind geen positief leven kunnen leiden met de steun van zijn of haar gezin en de samenleving in het algemeen? Hier is solidariteit nodig met

het kwetsbare kind en zijn of haar familie."

Op mijn beurt zeg ik hem: "Solidariteit mag geen eenrichtingsverkeer zijn. Het zou een grote ketting moeten zijn die alle gezinnen verbindt en vooral elke mens die op een bepaald moment in zijn of haar leven moeilijkheden en noden ondervindt die moeten gelenigd worden. Het is een beetje zoals hetgeen mijn gezin en ik hebben ervaren toen we steungezin waren voor een gezin van Levensadem. Gedurende die jaren zijn we solidair geweest met hun kwetsbaarheid en nu zijn wij het die moeten aanvaarden van anderen afhankelijk te zijn.



Ik kan ziek zijn, moe, depressief, ik kan medische en psychologische hulp nodig hebben, vriendschap ... De ketting van solidariteit zal me kracht en hoop moeten brengen in die kwetsbare momenten. Tijdens een andere, betere periode zal ik zelf op een actieve manier kunnen meewerken aan die ketting, een sociaal project ontwikkelen... Solidariteit vraagt wederkerigheid want zoals elke mens weet ik me zwak. Zo kan echte menselijke broederlijkheid ontstaan. "

Mijn vriend reageerde: "Is dat mogelijk? Is dat geen onhaalbaar ideaal?"

Ik geef hem als antwoord: "Ja het is een ideaal. Maar stap voor stap wil ik geloven in een wereld die meer solidair is."

*G.D* referentiepersoon van Levensadem voor vragen in verband met gezondheid.

Je hebt een kindje verloren tijdens de zwangerschap,  
je hebt een kind verloren, nog maar pas of al heel lang geleden,  
je bent grootouder, familie, vriend(in), collega...  
je voelt je betrokken bij al wie een kind verloor...

**dan ben je van harte  
welkom op een bijzondere  
Eucharistieviering**

**Donderdag 20 april  
2023 om 19u**



[www.levensadem.be](http://www.levensadem.be)



03 449 48 26

[info@levensadem.be](mailto:info@levensadem.be)

[www.facebook.com/levensademvzw](https://www.facebook.com/levensademvzw)

i.s.m. de plaatselijke gemeenschap

**Sint-Niklaaskerk,  
Kerkstraat 1, Willebroek  
Voorganger  
Mgr. Koen Vanhoutte**

Op **zaterdag 18 maart om 12u** gaat in de Nationale Basiliek van het Heilig Hart Koekelberg (Basiliekvoorplein, 1 – 1083 Koekelberg-Ganshoren) een Franstalige eucharistieviering door voor alwie een kind verloren heeft tijdens de zwangerschap.

## Aanvaarden dat je kwetsbaar bent...

De kwetsbaarheid van Levensadem bestaat er in dat de organisatie al 35 jaar volledig afhankelijk is van de Voorzienigheid: dat wil zeggen van giften, van mensen die zichzelf geven, materiaal, tijd of geld...

Deze kwetsbaarheid is dus direct verbonden met ieder van jullie.

Kwetsbaarheid in het begin van de maand, wanneer we de lijst opmaken van de moeders die de volgende weken gaan bevallen en constateren dat we maar 3 kinderwagens hebben voor 18 moeders en dat we maar 5 geboortepakketten zullen kunnen maken als we niet gauw nieuwe voorraad binnenkrijgen. Dank aan de dame die ons sinds 2 of 3 weken bijna om de 2 dagen materiaal en babykleding komt brengen.

Kwetsbaarheid omwille van de realiteit dat Levensadem werkt met 99,9% vrijwilligers met een ongelooflijke inzet. Voor al jullie gebaren van solidariteit, klein en groot, dank u!

Kwetsbaarheid in verband met het economisch aspect: elke uitgave wordt pas overwogen als er voldoende geld is om de kosten te betalen. Hierdoor worden onze donateurs meteen medewerkers van de Voorzienigheid waar wij van afhangen. Met elke euro die jullie aan Levensadem schenken, worden jullie partners van het werk en de diensten die aan de begunstigden van onze organisatie worden voorgesteld.

Zo zijn er de kosten van rechtstreekse hulp aan de moeders, de onkosten van onze medewerkers die de moeders persoonlijk ontmoet, de voltijdse betrekking van onze secretaresse Monica in Brussel.

Daarbovenop zijn er nog de werkingskosten, het onderhoud van de gebouwen, de werken in Pesche om het onthaal van de gezinnen te verbeteren, de hogere levensduurte, kosten voor energie, voor het transport van de medewerkers die de moeders bezoeken, de contacten met Rwanda en Congo...

Voor al jullie hulp bij het doen leven van Levensadem: hartelijk dank!

*In naam van alle gezinnen en medewerkers van Levensadem.*

**GEZOCHT.....**



*alle babygerief in goede staat.*

*Schenk het aan Levensadem en geef het zo een tweede leven.  
03 449 48 26*

### DOORLOPENDE OPDRACHT

Rekeningnummer van de opdrachtgever:

Naam:

Straat + nr. + busnr.:

Postnummer:  Gemeente:

Bedrag:

Periodiciteit:  maandelijks  tweemaandelijks  driemaandelijks

Data:  Gedeeltelijke overschrijving uit te voeren telkens de ..... van de maand.  
Eerste verrichting op ...../...../.....

Rekeningnummer van de begunstigde: kruis één van de mogelijkheden aan a.u.b.

- zonder fiscaal attest: BE29 0682 0636 1564 van Levensadem vzw, De Frélaan 204, 1180 Brussel
- met fiscaal attest: BE14 3100 7989 8683 van Caritas secours, Slachthuislaan 28, 1000 Brussel

In dit geval, mededeling toevoegen: «732 107 LEVENSADEM»

Opgemaakt te ..... op (datum) .....



*Op een zekere leeftijd kun je er soms naar verlangen om de herinnering aan je levend te houden door een goed doel dat Je ter harte gaat te steunen.*

*Bent u in dat geval en denkt U dat Levensadem een organisatie is de de moeite waard is: praat er over met uw notaris.  
U vindt alle informatie op [www.testament.be](http://www.testament.be)*

*Levensadem is ook erkend "goed doel" door Donorinfo. Donorinfo is begonnen in 2005 als een stichting van openbaar nut voor donateurs die in vertrouwen één of meer "goede doelen" wensen te ondersteunen.*

*Donorinfo geeft hen duidelijke en betrouwbare informatie, is transparant, onpartijdig en gratis.*

*Raadpleeg [www.donorinfo.be](http://www.donorinfo.be)*

## Levensadem

J. en V. VERBEIREN-DESOPPER

Floralaan, 6  
2640 Mortsel  
03 449 48 26  
info@levensadem.be

### Coördination générale et antenne principale francophone

J. et M. PHILIPPE  
Avenue de Fré 204  
1180 Bruxelles  
02 375 95 04  
info@souffledevie.be

*Levensadem biedt concrete hulp en ondersteuning  
aan zwangere vrouwen en koppels in moeilijkheden.*

*Levensadem geeft persoonlijke begeleiding  
bij de verwerking van miskraam, abortus of  
zwangerschapsafbreking om medische redenen.*

Meer informatie vind je op



[www.souffledevie.be](http://www.souffledevie.be) [www.levensadem.be](http://www.levensadem.be)



[facebook.com/levensademvzw](https://facebook.com/levensademvzw)