

AFZ: Levensadem vzw
Floralaan 6
2640 Mortselsel



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

Bureau de dépôt: Bruxelles X
Afgiftekantoor: Brussel X
N° d'agr  ation: P 102005
Toegelaten onder N°: P 102005



Nummer 135 september 2025
Num  ro 135 septembre 2025
Verschijnt: trimestrieel
P  riodicit  : trimestriel





Bezoek onze website

Wanneer? Zaterdag 22 november 2025

Waar ? Basiliek van Koekelberg,
Basiliekvoorplein, 1 - 1083 Brussel

Vier met ons mee...

Festival van de hoop

- 13 u: Onthaal
- 14 u: Getuigenissen en muzikale animatie
- 17 u: Samen heffen we het glas
- 18 u: Eucharistie

✓ Kinderopvang

✓ Alles is gratis!

✓ Tweetalig
(vertaling met smartphone)

✓ **Graag inschrijven gewenst**
(Telefoonnummer: 0485/62.86.39)

"Hoop is er altijd..."

"Vandaag kan ik het zeggen..."

"Vandaag zou ik je vertellen..."

Verantwoordelijke uitgever: Levensadem, Defrelaan, 204 - 1180 Brussel

Op dinsdag 9 december om 19.30u

Eucharistieviering "Geboren in de Eeuwigheid" voor al wie een kindje verloor (tijdens de zwangerschap)
Parochiekerk Sint Lucia, Kerkplein 1, 3130 Begijnendijk.

Mgr. Koen Vanhoutte gaat voor.

DRINGENDE VRAAG

Karin Werck, verantwoordelijk voor ons depot in Genk en die ook zo goed mogelijk alle moeders van Levensadem in Limburg opvolgt, kreunt onder het vele werk. Het aantal oproepen stijgt, de nood aan hulp is groot.

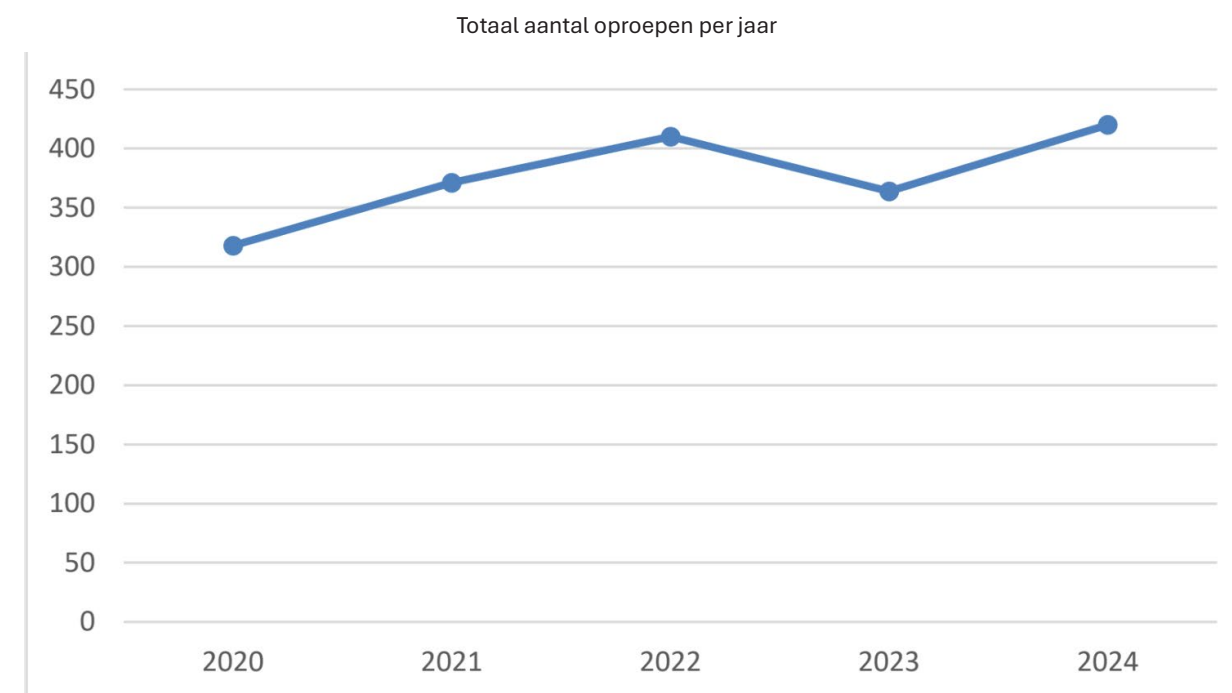
We zoeken helpers voor haar: om te helpen sorteren en

pakketten te maken, en om die pakketten te bezorgen bij onze moeders en gezinnen. Wie wil en kan helpen kan contact opnemen met Karin: 0486 71 62 16 of Levensadem: 03 449 48 26, info@levensadem.be.

Hoe beperkt ook, elk aanbod is welkom!

De wind in de zeilen

In het begin van het jaar maken we altijd een balans op van het jaar daarvoor. De toename van nieuwe oproepen heeft ons op het idee gebracht om eens terug te kijken naar de evolutie van de 5 voorbije jaren.



Er is een opvallende toename in 2022, die zeer waarschijnlijk verband houdt met het einde van de corona lockdown, en een terugval in 2023, die mogelijk te wijten is aan het feit dat de Waalse verantwoordelijken in het derde trimester hun engagement hebben beëindigd. Daarnaast stellen we een stijging van het aantal oproepen vast. Op vijf jaar tijd zijn we van 318 naar 420 nieuwe oproepen per jaar in heel het land gegaan. Anders gezegd, een derde meer.

Een paar bedenkingen:

Dikwijls krijgen we de vraag of we uitsluitend "alleenstaande moeders", of "single moeders", zoals dat heet, helpen. Het antwoord is "neen". Wel is het niet eenvoudig om de juiste verhouding alleenstaande vrouwen en koppels te kennen.

Om te beginnen geven de officiële cijfers niet de realiteit weer. Zo betekent de term "alleenstaand"

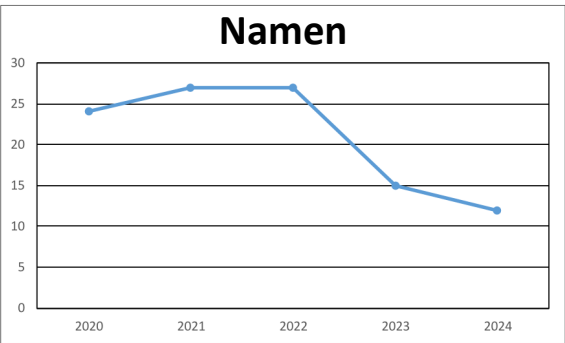
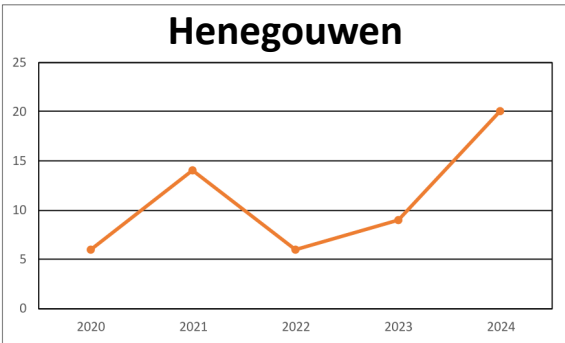
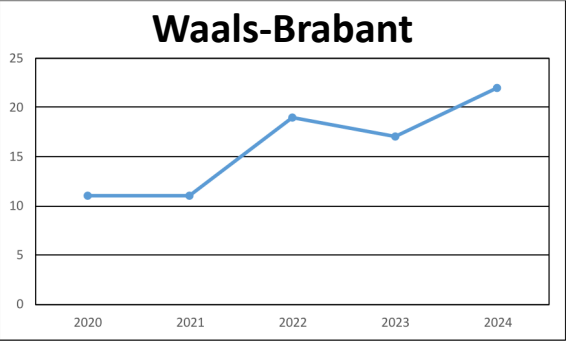
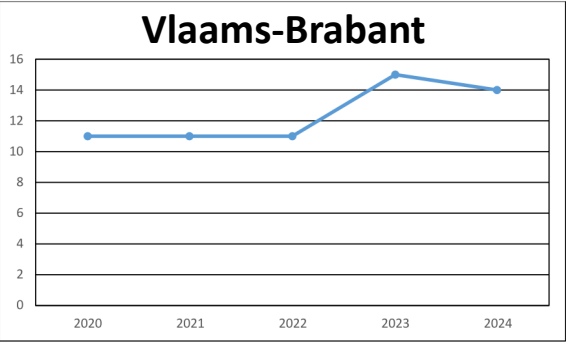
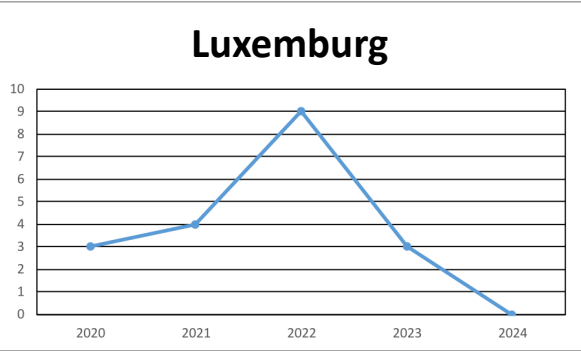
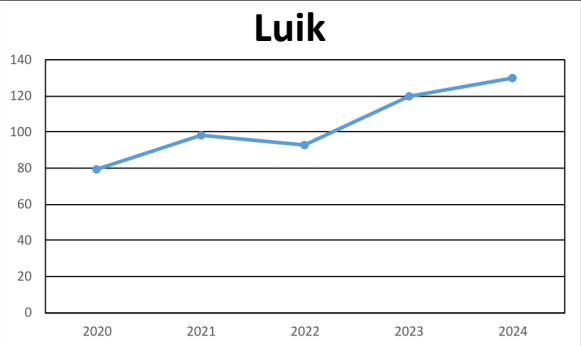
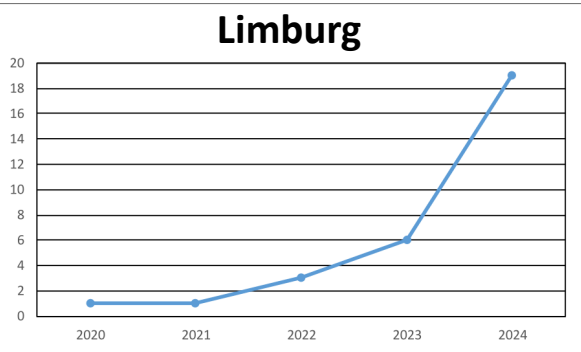
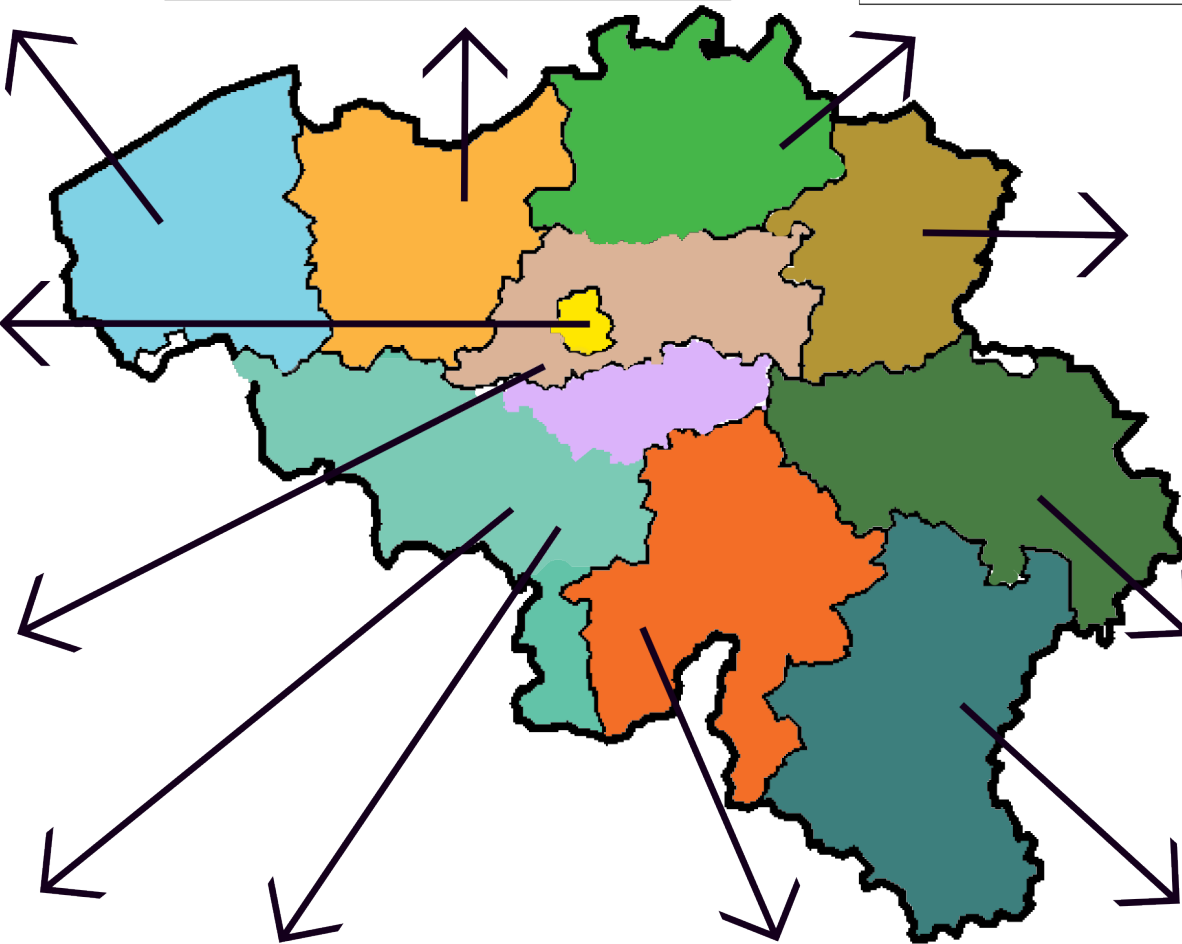
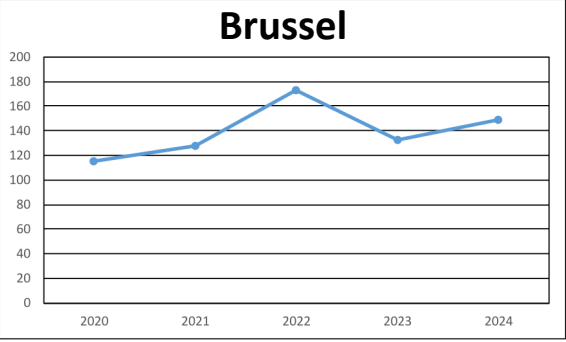
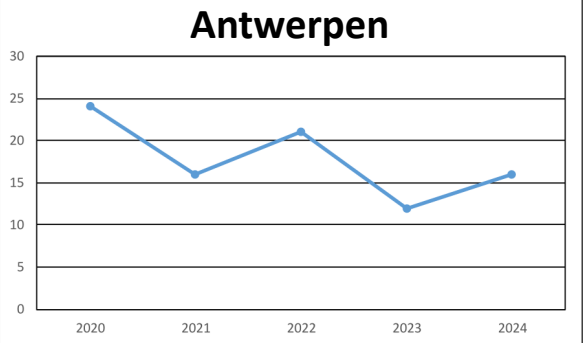
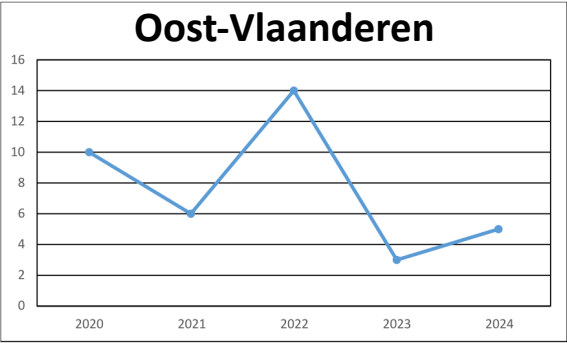
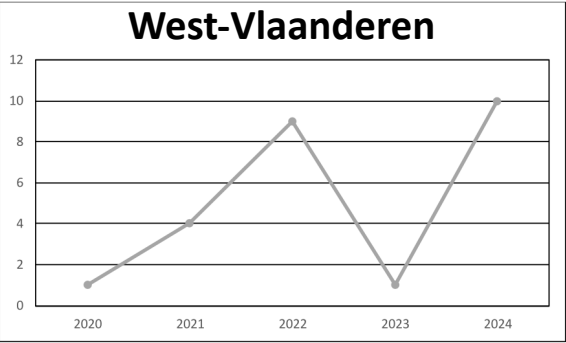
niet dat de vrouwen geen partner hebben. Een koppel kan "wettelijk samenwonen" zonder dat dit officieel geregistreerd is.

Het huwelijk kan volgens de gebruiken van het land van het koppel "erkend" zijn, zonder een juridische grondslag te hebben voor de Belgische wetgeving. Gedwongen huwelijken hebben al veel vrouwen uit hun geboorteland doen wegvluchten.

Bij veel koppels woont of werkt de vader in het buitenland, en moet de moeder dus in de praktijk alleen haar plan trekken voor de kinderen. Daardoor staat ze er op alle gebieden alleen voor, ook financieel. Dan komt ze als "alleenstaande vrouw" Levensadem om hulp vragen ook al heeft ze een min of meer betrokken partner.

Op enkele maanden tijd kan het leven van een koppel veranderen als het al niet de zwangerschap zelf is die de verandering veroorzaakt.

Evolutie van het aantal oproepen per provincie in de laatste vijf jaar



Bij oproepen van personen van vreemde origine moeten we rekening houden met een palet van problemen die eigen zijn aan hun land van oorsprong. Vrouwen uit Guinée spreken wel Frans, maar velen van hen zijn analfabeet.

Vrouwen uit het Midden-Oosten daarentegen spreken geen Nederlands of Frans. Dat maakt het voor Levensadem moeilijk om duurzame en diepgaande contacten aan te gaan. Het vormt ook een ernstige hinderpaal voor de volwassenen om te integreren. De kinderen leren vrij snel de taal op school en fungeren dikwijls als tolk voor hun ouders. Hierdoor horen en vertalen zij gesprekken over problemen van volwassenen die zwaar op hun schouders kunnen wegen. Sommige kinderen krijgen zo ook macht over hun ouders, wat eigenlijk niet goed is, en wat hun persoonlijke ontwikkeling in de weg kan komen te staan.

Sommige vrouwen blijven thuis, niet alleen vanwege communicatieve problemen, maar ook omdat het door hun cultuur bepaald is dat hun plaats aan de haard is. Zowel hun integratie als hun persoonlijke ontplooiing worden hierdoor ernstig belemmerd. Deze nieuwe vorm van eenzaamheid komt nog eens bovenop hun oorlogstrauma's en de gevaarlijke reizen die ze dikwijls ondernomen hebben om hier te geraken. Het treft ons te zien hoeveel buitenlandse gezinnen in het donker leven, alle gordijnen dicht.

Bij deze gekwetste gezinnen is het kind dat ze verwachten echt een levend teken van een hoop die sterker is dan al het slechte dat hen is overkomen, een krachtig teken van herleven.

Veel vrouwen die om hulp vragen omdat ze zwanger zijn, hebben vroeger een abortus ondergaan of een miskraam gehad. Je zou kunnen denken dat dit soort situaties toeneemt, maar zo zeker is dat niet. Meestal is het juist tijdens gesprekken over hun huidige zwangerschap dat ze ook vertellen over het verlies waar ze nog om rouwen.

Wanneer we Levensadem en de mogelijke hulp voorstellen, de perinatale rouwbegeleiding inbegrepen, blijkt dat deze mensen lijden onder het

verlies van een kind tijdens de zwangerschap.

Voor velen onder hen is het de eerste keer dat ze praten over deze pijn, die veelal in een diepe stilte gehuld is.

« Ik wilde het vergeten, maar ik heb ingezien dat de herinnering zelfs na jaren niet verdwijnt. Dikwijls probeer ik me hem / haar dan voor te stellen en vraag ik me af hoe mijn leven er zou uitgezien hebben.»

Velen onder hen komen na de zwangerschap terug om te praten over dit verlies, ongeacht of het gewild was of niet. In het begin vragen ze zich af of het wel goed is om het verleden weer op te rakelen, of ze juist daardoor niet opnieuw die diepe pijn gaan voelen. Maar ze tonen zich vrij unaniem opgelucht wanneer ze hebben kunnen praten over hun ervaringen, de oorzaak van het einde van de zwangerschap, de reacties van hun omgeving en de medische staf, en hun eigen gevoelens tijdens en na het hele gebeuren. Het luisterend oor dat ze krijgen geeft hen het gevoel dat ze er niet meer helemaal alleen voor staan. Ze voelen zich aanvaard in heel hun situatie met alles erop en eraan, waar ze zelf niets meer aan kunnen veranderen.. En zo groeit er een verstandhouding die de weg kan bereiden naar een hoopvollere toekomst.

Ze weten dat ze dat kleintje dat voor de geboorte gestorven is, nooit zullen vergeten. Het heeft een diepe impact gehad op hun leven. Dit besef zal groeien en ze zullen er stilaan een zin aan kunnen geven.

Ziehier het getuigenis van één van hen:

“Ik had een miskraam na zeven weken. Ik had maar weinig tijd om een zwangerschapstest te laten doen, en ik was nog geen enkele keer bij de gynaecologe geweest. Daardoor voelde ik me genooddaakt om te zwijgen.

Gedurende een jaar heb ik deze onvoltooide zwangerschap verzwegen. Zelfs voor mijn partner. Wat zou ik hem vertellen? De plotse, hevige emoties en de

onuitsprekelijke pijn hadden mij sprakeloos gemaakt. Alles voelde zo leeg vanbinnen. Wat had ik hem te bieden? Niets, ...niets, ...niets.

Ik voelde me heel verward, bijna beschaamd, hoewel ik goed wist dat dit gevoel nergens op sloeg. Ik was ook bang voor de reacties uit mijn omgeving. Zeggen dat ik een miskraam gehad heb, betekende meteen toegeven dat ik zwanger was geweest. Maar ik had gewoon nog niet de gelegenheid gehad om het te vertellen. Ik was bang voor alle mogelijke reacties. Sommigen zouden gefrustreerd zijn omdat ik mijn zwangerschap geheim had gehouden. Ik wist ook dat sommigen een zwangerschap in mijn situatie gewoon zouden afkeuren. Ik kon me hun opluchting over mijn miskraam zo voorstellen. Mijn hoofd zat vol met dat soort overbodige en schadelijke veronderstellingen, en ik had de kracht niet om mijn gedachten te ordenen.



Ik had nood aan kalmte. Er gaapte een leegte en een stilte in mij. Ik was gekwetst vanbinnen, ik sloot me op in mezelf als om beter te kunnen genezen...

Op dat moment besepte ik plots dat mijn stilte een soort bescherming zou zijn, een manier om mijn kleine kostbare kindje te koesteren. Zoals men een schat of juwelen bewaart. Niemand mocht er aankomen, niemand zou het van mij mogen afnemen. Uiteindelijk besepte ik dat dat diepe geheim tussen mij ... en mijzelf, meer dan wat dan ook, mij ziek maakte. Ik zonk weg in een nodeloze eenzaamheid. De schat die ik koesterde bestond niet meer!

Toen ik er na een jaar eindelijk over durfde praten, was ik stomverbaasd om te horen “Maar waarom heb je dan niets gezegd? Dat kind ging mij ook aan, en we hadden samen die pijn te boven kunnen komen.” Ik begreep toen hoe zinloos het geweest was om te zwijgen. Meer nog - ik had mijn omgeving een kiem van leven onthouden waar zij ook mee te maken hadden.

Ik had al gehoord dat een vrouw die ontdekt dat ze zwanger is een gevoel van macht ervaart. Dat zou komen doordat het aan haar is om over de zwangerschap te beslissen. Baas zijn over leven en dood; macht over iets wat voor een man onmogelijk is enzovoort. Ik vond het nogal overdreven. Nu begrijp ik het.

“Zwijgen is goud?...” “Bij mij was het eerder lood!...”

M-J.



Levensadem in Afrika

In het algemeen is het niet eenvoudig om contact te houden. Vreemd genoeg is het contact met de ploeg in Congo minder moeilijk dan met die in Rwanda.

Congo:



Levensadem is stevig verankerd in de gezinspastoraal van het bisdom. Het hoofd van de CDPCL, Eerwaarde Benjamin, die toezicht houdt op het werk van Alphonse, heeft hem gevraagd om een team van plaatselijke verantwoordelijken samen te stellen. Hij doet er alles aan om de activiteiten van Levensadem te laten voortbestaan, en dit ondanks de oorlog.

Alphonse houdt via WhatsApp contact met de verschillende verantwoordelijken, en ook met ons. Hierdoor kunnen wij ons (via de vertaling van Swahili naar Frans) realiseren hoe groot de inzet van de plaatselijke antenneverantwoordelijken is voor de gezinnen van Levensadem die door de oorlog getroffen zijn, of die een risicovolle zwangerschap doormaken. Dankzij de WhatsApp groep kunnen wij hen zo goed als wij kunnen blijven bemoedigen.

Een motorfiets voor Goma

Jacques en Micheline PHILIPPE, die de activiteiten van Levensadem in ons bisdom opvolgen, hebben mij een motorfiets aangeboden om deze werkzaamheden die al 14 jaar bestaan beter te kunnen coördineren.

Dit vervoermiddel was echt nodig voor de ontwikkeling van Levensadem, dat sinds zijn vestiging hier al veel mensen geholpen heeft. Zonder onderscheid overigens op basis van religieuze overtuiging (katholieken, protestanten, moslims, getuigen van Jehovah, ...), en voor alle leeftijden. We denken in het bijzonder aan jonge meisjes tussen 13 en 17 jaar, en 18 jaar of ouder, die vanwege hun zwangerschap uit het ouderlijke nest verjaagd zijn en vervolgens in het gezin van de verwekker terecht komen waar een heuse lijdensweg begint. Die verwekker kan een minderjarige zijn, een jongere onder de 25 (een scholier, student, werkloze, arme, ...) of zelfs een getrouwde vader, maar meestal zonder maar eengreintje verantwoordelijkheidsbesef...

Zoveel lijden, zoveel kwetsuren! Kwetsuren die vooral het kind en de moeder raken.

Wat een vernedering voor het meisje en de vader van het kind! Een echte sociale ramp is dit!

En toch, "daar waar de duivel lijkt te winnen, heeft God het laatste woord". Zo zegt ons Monseigneur Théophile Kaboy, bisschop emeritus van het bisdom Goma. Daar speelt Levensadem een heilzame rol, als

zout en licht. Zoals de Heilige Franciscus van Assisi ons leert: "Heer, maak mij een instrument van uw vrede. Laat mij liefde brengen, daar waar haat is; en verzoening waar tweedracht heerst".

Terwijl Levensadem stevig geworteld is in verschillende parochies van Goma (Bienheureuse Anuarité, Cathédrale Saint Joseph, Notre Dame d'Afrique, Saint François Xavier Ndosho, Saint Pierre Mugunga, Emmanuel Shabaa, Saint Martin de Tours, Saint Kizito et Bienheureux Isidore Bakanja), blijft het moeilijk om in de 4 van de 13 overige parochies vaste voet aan de grond te krijgen.

Daardoor is, in overleg met alle lokale overheden, de schenking van een motorfiets mogelijk geweest. De Heer zij geloofd.



Zodoende heeft Levensadem België 2000 euro vrijgemaakt voor de aankoop van een degelijke motorfiets, met de nodige documenten, de verzekering, twee helmen ...

Dankjewel, Levensadem.

Alphonse Mpabanzi

coördinator van Levensadem in Goma

Rwanda:



Etienne en Christine werken allebei fulltime. De ene in Kigali, de andere in Kibungo. Intussen zijn ze verhuisd. Sommigen van hun kinderen hadden gezondheidsproblemen.

Door al deze dingen samen wordt het voor hen steeds moeilijker om het werk van Levensadem te coördineren. Ze zijn op zoek naar een koppel dat de leiding kan overnemen. In afwachting hebben ze al enkele plaatselijke verantwoordelijken voor Kibungo en omstreken aangesteld.

Volgens de laatste berichten zou E.H. Janvier, de meest nabije en actiefste priester bij Levensadem, naar Canada zijn overgeplaatst.

De ontmoeting met Edith

We ontmoetten Edith een eerste keer toen zij, nog piepjong, haar eerste kind verwachtte. Ook nu wordt ze nog steeds door Levensadem begeleid. Ze wist uit een depressie te klimmen, en nu is ze een vrouw die rechtop staat. De laatste keer dat we bij haar op bezoek waren, vertelde ze ons met groot enthousiasme over haar strijd, haar lijden en haar overwinningen. Zo hoopt ze door haar verhaal, mannen en vrouwen die er nood aan hebben, te bemoedigen.

Na een depressie als gevolg van de bevalling van mijn eerste dochter Alexia, raadde de dokter me aan om mijn studies te hervatten. Zo zou ik een doel in mijn leven hebben waarvoor ik me kon inzetten, en een diploma behalen. Zo zou ik werk kunnen vinden en niet meer afhankelijk zijn van iemand anders. Ik zou een maandinkomen hebben en mijn eigen leven kunnen leiden. Na twee jaar afwezigheid begon ik dus opnieuw te studeren. Ik was 18 jaar, getrouwd en een heel jonge mama.

Je studies hernemen, getrouwd én mama zijn: dat moet niet simpel geweest zijn. Hoe heb je dat gedaan?

Het was inderdaad niet eenvoudig. Ik kwam in een klas terecht met leerlingen die jonger waren dan ik. Het waren tieners van 14-15 jaar, ik was 18. Zo begrepen zij bvb. niet dat ik, een Romzigeuner, een rok moest dragen. Ze hadden heel wat vooroordelen. Het was niet gemakkelijk. Maar stilaan raakte ik toch



geïntegreerd. Ik heb me niet afgesloten voor hen, zodat ze me konden leren kennen.

Beetje bij beetje begonnen ze me te appreciëren. Ze zagen mij als een grote zus en vertrouwden zelfs dingen aan me toe. Ze zagen ook dat ik sterker was, dat ik het hoofd kon bieden aan problemen die zij zelf niet kenden. Dat maakte me waardevoller in hun ogen. Ik haalde goede cijfers en gedroeg me als een volwassene, als een moeder. Mijn moederschap verleende mij een zekere maturiteit. Ik deed niet dezelfde activiteiten als de andere leerlingen. Ik was daar niet om te spelen. Nee, ik was daar om te slagen in het leven, om een

diploma te behalen om zelfstandig te worden en alleen van mijzelf afhankelijk te zijn.

En je echtgenoot? Hoe reageerde hij op het feit dat je terug begon te studeren?

Dat was nog het moeilijkste: het onbegrip van mijn man en de Romagemeenschap. Mijn man had niet dezelfde ingesteldheid als ik. Dat werd nog versterkt door het feit dat het in onze cultuur niet gebruikelijk is dat je gaat studeren. De mentaliteit van onze gemeenschap was heel confronterend voor hem. Ze waren heel hard in hun oordeel. Zo zeiden ze hem: «Waarom laat je je vrouw studeren? Ze zal te slim worden voor jou, en als zij merkt dat jij niet op haar niveau zit, zal ze bij

je weggaan.»

Dat terwijl ik echt wel een trouwe vrouw ben... Ik heb nooit een andere man gehad, niet ervoor, niet erna. Ik respecteer mijn man zoals hij is, zelfs al maakt hij fouten zoals iedereen. Zelf heb ik ook fouten gemaakt.

Ik accepteer dat mijn man niet denkt zoals ik. Hij is de vader van mijn kinderen en ik respecteer hem.

Dat is wat mijn ouders mij hebben geleerd: een goede moeder en echtgenote zijn, samen voor het huishouden instaan en zelf een bijdrage leveren.

Beetje bij beetje heb ik begrepen dat mijn man kwetsuren had en dat mijn keuzes hem ook pijn deden. De reacties van de Romagemeenschap hebben een grote rol gespeeld en zwaar gewogen op ons als koppel.

Het heeft je er niet van weerhouden om je studies voort te zetten?

Ja en neen! Ik heb uiteindelijk mijn middelbare schooldiploma wel gehaald. En dat ondanks het feit dat ik opnieuw zwanger werd. Ik moet ook nog vermelden dat na de geboorte van mijn eerste dochter Alexia, de artsen mij gezegd hadden dat ik geen kinderen meer zou kunnen krijgen. Er was bij mij namelijk het Polycysteus Ovarium Syndroom (PCOS) vastgesteld. Ze zeiden me: “Als je nog eens zwanger wil worden, raden we je kunstmatige inseminatie aan.”

Ik ben toch bevallen van mijn tweede kind, Sélime, uitgerekend op de dag van de diploma-uitreiking! Ik was triest omdat ik er niet bij kon zijn. Maar ook gelukkig en trots dat ik geslaagd was zonder herexamens, terwijl ik zoveel andere dingen aan mijn hoofd had. Mijn doorzettingsvermogen en wilskracht hebben ervoor gezorgd dat ik er gekomen ben.

Daarna heb ik universitaire studies aan het Marie Haps instituut geprobeerd. Dat ging niet van een leien dakje. Ik was afhankelijk van het OCMW, en de verantwoordelijken van het OCMW gingen niet akkoord. Ze zeiden dat ik al twee kinderen had en dat

een studie van vijf jaar voor problemen zou zorgen. Ze stelden mij een bachelor van drie jaar voor, maar dat heb ik geweigerd. Door mijn middelbare schooldiploma te behalen had ik bewezen dat ik over capaciteiten beschikte. Ik had geen enkele keer het jaar moeten overdoen. Ik vond dat ik het recht had om zelf te beslissen wat ik met mijn leven wilde doen. Ik wilde een vertaalopleiding volgen. Ondanks de weigering van het OCMW om mij te steunen, heb ik mij ingeschreven. Gedurende zes maanden hebben ze mijn uitkering geschorst. Ik heb dan maar aan mijn ouders geld gevraagd zodat ik me toch nog kon inschrijven. Ik heb een semester gevolgd, maar toen bleek ik opnieuw zwanger te zijn, ondanks mijn contraceptie. Ik kreeg eerst de prikpil, maar dat bekwam me slecht. Dus liet ik een spiraaltje zetten. Toen ik wist dat ik zwanger was van mijn derde kind -een meisje- zei ik tegen mezelf: "Dit moet Gods wil zijn!" Maar toen herviel ik in een depressie. Al die hindernissen! ... Weer die strijd! ... Dat was teveel. Zoveel problemen tegelijk. Moegestreden besloot ik mij te laten gaan. In zekere zin rebelleerde ik tegen God omdat ik niet begreep waarom mijn weg met zoveel hindernissen bezaaid was. Toen besloot ik met pijn in mijn hart om te stoppen met studeren.

Je droom opgeven ... dat zal niet simpel geweest zijn. Hoe ben je die zware teleurstelling te boven gekomen?

Hoe tegenstrijdig het ook mag klinken, het is mijn dochter die mij de kracht gegeven heeft om opnieuw te leven. Vanaf het ogenblik dat ik haar zag, ben ik van haar beginnen houden met heel mijn hart. Ik hield mezelf voor dat, zowel voor haar als voor mijn andere kinderen, er niets belangrijker is dan een goede moeder te hebben. Ik dacht terug aan mijn strijd om mijn diploma te halen en hoe ik ervan overtuigd was dat dit diploma genoeg zou zijn om werk te vinden. Ik zei tegen mezelf dat ik hoe dan ook werk zou vinden, ook al zou het niet de job van mijn dromen zijn.

En zo gebeurde het dat een medewerkster van het OCMW die mij kende, of beter gezegd, die mijn karakter en mijn vastberadenheid kende, mij voorstelde om bij het OCMW te komen werken. Er liep op dat ogenblik een integratieproject met de naam

"de cel Roma". Ze wist dat ik voor vrouwenrechten in mijn eigen Romagemeenschap vocht, maar ook voor de gemeenschap zelf. Ze stelde mij voor om in het pilootproject te stappen. Ik werd intercultureel bemiddelaar.

In het begin was ik heel blij, omdat ik dacht dat ik de wereld ging veranderen, en zelfs wonderen zou verrichten! Beetje utopisch. Het was slechts een pilootproject, waarin ik wel veel van mezelf kon investeren, zij het met iets meer zin voor realisme! Ik kwam weer met beide voeten op de grond te staan. Door dit werk kwam ik in contact met gezinnen van mijn gemeenschap. Ik zag hoe zij leefden en welke noden ze hadden, wat ze niet konden bereiken door bepaalde slechte levensgewoonten. Ik nam het allemaal zeer ter harte.

Al heel snel besepte ik hoe ik het met mijn familie getroffen had. Mijn ouders hielden van ons, en ze hebben ons ertoe aangezet om te studeren. Ze hebben ons beschermd en wij kwamen voor hen altijd op de eerste plaats.

Bij de gezinnen die ik ontmoette was dat helemaal niet zo. De ouders beschermden hun kinderen niet. Ze werden gemakkelijk ziek. Ze woonden in sloppenwijken, soms in kartonnen dozen. Het kon hen geen barst schelen. Dikwijls begreep ik de keuzes van deze mensen gewoon niet. Hoe kan iemand die zo leeft zijn geld uitgeven aan sigaretten en alcohol, terwijl ze hadden kunnen sparen voor hun kinderen. Zonder offers te brengen raak je nooit uit de ellende.

Mijn ouders hebben wel offers gebracht. Ze hebben ons de kans gegeven om een eigen huis te hebben, en te studeren. Ze wisten dat de sleutel tot succes daar lag.

Ik had alle gezinnen willen helpen, ze veranderen. Maar mijn diensthoofd zei me dat er regels en wetten zijn die we moeten respecteren. Ik zag hoe de realiteit was, en dat bracht me op het idee om mijn jonge broer ermee in aanraking te brengen. We waren thuis met vijf, en van al mijn broers was hij het rotst verwend. We hebben hem altijd beschermd omdat

hij de kleinste was. Daardoor heeft hij niet dezelfde opvoeding gekregen als wij. Hij had geen flauw benul van de problemen die de andere Roma hadden, hij stond er gewoonweg niet bij stil. Hij kende niets van het leven.

Rond die tijd ontdekte ik dat ik mijn vierde kind verwachtte. Daarom besloot ik te stoppen met werken bij het OCMW en stelde ik voor dat mijn broer mijn plaats zou innemen. Hij ging door een moeilijke periode en ik prentte mezelf in dat het hem goed zou doen. Ik wilde dat hij zou inzien welke kansen hij had gekregen, zeker vergeleken met de andere Romagezinnen.

Dat moet toch weer een klap voor jou geweest zijn, dat je je werk moest laten staan door die zwangerschap ...



Het feit dat ik mijn broer kon helpen heeft mij zelf ook geholpen. Toen ik mijn vier kinderen had, werd ik mij ervan bewust hoe belangrijk het was om meer tijd aan mijn gezin te besteden. Ik vond vrijwilligerswerk als sociaal vertaler bij Brussel-Onthaal. Ik werkte elke dag maar kon ook een goede moeder zijn door het huishouden te doen, voor eten te zorgen en me met mijn kinderen bezig te houden.

En waar was je man in dat hele verhaal?

Hij is anders. Hij zit nog altijd vast in die traditionele Romamentaliteit. Hij vindt dat kinderen alleen kunnen opgroeien en voor zichzelf zorgen.

Ik respecteer hem daarin, omdat je niemand kan veranderen of daartoe kan dwingen. Je kan hem geen levenswijze opdringen waar hij niet achter staat. Maar hij laat mij ook doen. Hij respecteert mij en omdat ik zo in elkaar zit, neem ik alle taken op mij en trek mij uit de slag.

Maar waar heb je de kracht vandaan gehaald om je aan te passen en dan nog eens de taken van zowel een betrokken vrouw, echtgenote en moeder op jou te nemen?

Ik trek mij uit de slag omdat ik geloof dat God met mij is. Ik heb dat altijd geloofd. Al van kleins af wist ik dat God naar mij luistert en mij beschermt. Maar ik put ook kracht uit alles wat ik heb geleerd toen ik bij het OCMW werkte. Een les die ik getrokken heb, is dat de wereld niet zonder God kan draaien. Ik geloof dat Hij ons gemaakt heeft en dat Hij het is die het meeste van ons houdt. En dat toont Hij doorheen de mensen

die van ons houden. Ik geloof dat Hij zo zowel voor de anderen werkt als voor mij. En zo heb ik tot mezelf gezegd: “Als op een dag andere mensen mij nodig hebben, zal ik hen helpen in de naam van God.” En dat gebeurt nu. De mensen die mij bij het OCMW gekend hebben vragen mij nog altijd om raad en bijstand.

Ik help hen en nog nooit, God is mijn getuige, heb ik ook maar één cent aangenomen. Terwijl tientallen mensen mij wel wilden betalen. Ik heb het altijd geweigerd. Het is God die mij betaalt... en hoe!

Na de geboorte van mijn dochter heb ik, God zij dank, via de sociale huisvesting, een appartement gevonden. Mijn leven is ook ten goede veranderd. Beetje bij beetje ben ik de vruchten beginnen plukken van mijn inzet als vrijwilliger. Zowel door mijn werk als sociaal vertaler in Brussel Stad, als door mijn hulp aan personen die ik bij het OCMW ontmoet heb. Een eerste effect van deze hulpverlening is dat de regels van mijn Romagemeenschap stilaan veranderen. Vrouwen willen nu werken, en ze krijgen nu die kans omdat hun echtgenoten inzien dat je een beter leven kan krijgen als je werk hebt. Door deze mentaliteitsverandering geraken ze beter geïntegreerd in de maatschappij. Ze kwamen naar mij en vroegen wat ze moesten doen. Veel vrouwen begonnen te integreren, zelfs in de scholen. Ik heb gezinnen erop gewezen hoe belangrijk het is dat hun kinderen naar school gaan. Ik heb hen gezegd dat daar dé sleutel ligt om uit de armoede te geraken en een beter leven te krijgen. Veel dingen zijn zo al ten goede veranderd.

De vrouwen hebben ook geleerd om voor hun rechten op te komen.

Ik ben wel niet degene die alles veranderd heeft. Het is God die dat in mij gedaan heeft. Door mijn eigen ervaringen waarover ik kon getuigen, is er een nieuwe geest ontstaan bij de gezinnen. Zo gaat God te werk, en ik ben trots dat Hij mijn levensgeschiedenis heeft willen gebruiken. Ik ben trots op wat ik gedaan heb.

Ik blijf me ervan bewust dat, wanneer God iets vraagt of verwacht van iemand, Hij die persoon gebruikt en alles geeft wat hij of zij op het juiste moment nodig heeft.

Ik heb niet heel de Bijbel gelezen, maar ik herinner me ooit gelezen te hebben dat, wanneer je iets goeds kan doen, maar het nalaat, je zelf verantwoordelijk bent voor de negatieve gevolgen. Ik weet dat, als ik kan helpen, of het nu veel of weinig is, ik het met mijn hele hart doe. En God weet dat. Ik laat me gebruiken en ik kom vooruit. Het leven is kort en je moet het nemen zoals het komt.

Ik probeer anderen te geven wat ik zou verwachten als ik in hun situatie zou zijn. Ik verwacht niets terug om niet ontmoedigd te geraken, en dat werkt goed. Als zij me vragen wat zij voor mij kunnen doen in ruil, zeg ik hen: “Een volgende keer kan je ook iemand helpen. Help die persoon op dezelfde manier zoals jij geholpen bent, en verwacht niets terug...”

[Zo drijf je wel verder af van je eigen gezin, toch?](#)

Ik ben voor de vijfde keer onverwacht zwanger geworden. Ik wilde geen vijfde kind ... Maar mijn kinderen verwachten dat kindje wel! Dankzij hen ben ik van deze zwangerschap gaan houden. We verwachtten dit kindje samen. Maar ik kreeg een miskraam en voelde mij opnieuw aan de rand van de afgrond. Ik kwam in een depressie terecht en wilde tot elke prijs weer een kind...

Ik ben terug zwanger geworden. Ik kreeg te horen dat het een jongen zou worden, maar er waren complicaties... Ze zeiden dat hij ziek was. Ik heb hem Ayden genoemd. Ayden betekent “een vuur dat hevig brandt”. Een verschroeiend vuur.

Weet je wat er tijdens de zwangerschap is vastgesteld?

Bij de echografie hadden ze een cyste ter hoogte van het hoofdje gezien. In de laatste drie maanden van de zwangerschap heb ik ook nog rode hond gekregen.

Ik heb heel wat angsten doorstaan. Eerst was ik bang om het kind te verliezen, net als het vorige. Daarna waren er verschillende diagnoses gedurende heel de zwangerschap, maar God zij dank had Ayden niets. Ik moest afwachten en een hoop onderzoeken laten doen na de geboorte. Maar er is geen cyste in de

hersenen en de rode hond heeft geen gevolgen gehad. Er zit wat ruis op het hartje, maar dat is goedaardig en verder loopt alles goed.

Er brandt een vuur in jou dat je leidt en helpt beproevingen te doorstaan. Ondanks je depressies ga je ze niet uit de weg!

Voor mijn kinderen ben ik tot alles bereid, werkelijk alles. Ik heb geleerd dat je je in het leven niet moet uitsloven om veel te krijgen. Je moet tevreden zijn met het hoogst nodige, meer niet ... en leven van dag tot dag. Dat vraagt God van ons, want morgen behoort ons niet toe.



Voor onze kinderen is het niet gepast om ze alles te geven wat ze vragen. Maar je moet er zijn voor hen, naar hen luisteren, hun hand vasthouden in moeilijke momenten, dat is meer waard dan alle schatten van de wereld.

Edith



Verklarende Noten bij dit artikel

De **Roma** zijn een etnische bevolkingsgroep die verspreid leeft over verschillende landen in de wereld. Ze delen een gemeenschappelijke cultuur en traditionele gebruiken. Ze worden dikwijls aangeduid als “een rondreizend volk”, hoewel de grote meerderheid een sedentair bestaan leidt (bron: Wikipedia).

Het **Polycysteus Ovarium Syndroom (PCOS)**, of polycysteuze eierstoksyndroom, is een veelvoorkomende hormonale aandoening bij vrouwen op vruchtbare leeftijd. Meestal begint het tijdens de puberteit, maar de symptomen kunnen met de tijd fluctueren. PCOS kan hormonale schommelingen, een onregelmatige cyclus, ongewoon hoge androgene waarden en cysten in de eierstokken veroorzaken. Een onregelmatige cyclus, waarbij meestal een eisprong uitblijft, kan een zwangerschap ernstig bemoeilijken. PCOS is een van de hoofdoorzaken van onvruchtbaarheid. Het is een chronische en ongeneeslijke ziekte.

Jouw voedsel!

Op verzoek van de verantwoordelijken van Levensadem geven we een aantal borstvoedingstips. Zeer waardevolle informatie voor ieder van jullie die een kindje verwacht, of moeders begeleiden.

Ik begin met een paar « foute » ideeën die we soms horen: “Ik wil geen borstvoeding geven, dat is te moeilijk”, “Mijn moeder heeft mij niet de borst gegeven, dus zal ik dat ook niet kunnen”, “in mijn cultuur zeggen ze dat de eerste melk slecht is, en dat je ze moet weggooien”, “Mijn baby is heel groot en ik heb kleine borsten, dus het zal niet gaan”.

Zoveel verkeerde ideeën, zo een verdraaide manier van voorstellen. Om beter te begrijpen wat borstvoeding is, zal ik u uitleggen hoe het werkt (de fysiologie van de borstvoeding), wat de voordelen zijn, en welke moeilijkheden zich kunnen voordoen.

Hoe wordt de melk gemaakt?

De moederborst is geen melkreservoir. De melk ontstaat wanneer de borst gestimuleerd wordt door het zuigen van de baby. Zo wordt een signaal naar de hersenen gestuurd waardoor twee hormonen vrijkomen: oxytocine en prolactine. Dankzij deze hormonen wordt via bestanddelen van het bloed de melk geproduceerd, en vervolgens uitgescheiden. Zo wordt duidelijk dat de omgeving een effect heeft op de melkproductie. Als de moeder gestresseerd is, zal de melk er misschien moeilijker uit komen. De borstvoeding wordt sterk beïnvloed door emoties. De hormonen kunnen de borst gevende mama ook een goed gevoel geven, en ervoor zorgen dat ze een goede nachtrust heeft, ook al slaapt ze minder.

Waarom je kindje borstvoeding geven?

De moedermelk is de meest geschikte voeding voor het kindje en heeft aanzienlijke voordelen voor de gezondheid en de groei. Dit ondanks het feit dat er firma's zijn die poedermelk proberen te verkopen en erbij zeggen dat het heel goed is voor de baby.



In de natuur geeft elke diersoort haar melk aan de jongen. Katten aan hun kittens, koeien aan hun kalves... Elke melk is verschillend samengesteld en aangepast aan de behoeften van het jong. Dus ook de menselijke melk, die perfect geschikt is voor de baby, en varieert naargelang de groei. De eerste “melk” die de mama produceert is het colostrum, een geelachtige vloeistof in heel kleine hoeveelheden. Deze melk is van groot belang omdat ze heel rijk is aan antilichamen en het broze kindje helpt beschermen tegen ziektes.

Wereld Gezondheidsorganisatie (WGO). De menselijke melk bevat goede proteïnen. In koemelk daarentegen zitten allergene proteïnen. Moedermelk bevat veel stoffen die allergieën helpen voorkomen. Ze geeft ook de antilichamen van de moeder door. Als de mama bijvoorbeeld griep heeft zal ze antistoffen aanmaken die ze via de moedermelk aan de baby doorgeeft die zo ook weerstand tegen diezelfde griep opbouwt. We zien ook dat baby's die borstvoeding krijgen over het algemeen minder ademhalingsinfecties oplopen dan andere.



Bovendien zal de baby de smaak van het vruchtwater van de moeder herkennen bij het drinken van de melk. Daar wordt hij rustig van, en hij vindt het heerlijk om zo dicht bij zijn mama te zijn tijdens het voeden.

Borstvoeding heeft ook voordelen voor de moeder. Ze kan de vetreserves gebruiken die zich tijdens de zwangerschap hebben opgehoopt en zo stilltjes aan afvallen.

De relatie tussen moeder en baby is heel intens. Waar ze ook is, ze kan haar kindje altijd te eten geven. Ook al heeft ze niets bij zich, het eten is klaar. Als ik samen met mijn baby op stap ben en hij heeft honger, kan ik hem ter plaatse voeden. Het is praktisch en voordelig. Poedermelk daarentegen is heel duur. Je zit snel aan zo'n honderd euro per maand.

Het is trouwens bewezen dat borstvoeding gedurende meerdere maanden het risico op borstkanker bij de vrouw doet afnemen.

Ook de vader kan een rol spelen tijdens de borstvoedingsperiode. Hij kan zijn partner aanmoedigen, het kind verschonen, in bad zetten, hem helpen zijn boertje te laten, ...

Zelfs een kleine hoeveelheid colostrum is genoeg voor een baby aan het begin van zijn leven. Voor premature baby's wordt het als een medicijn beschouwd, omdat het de darmen beschermt tegen een hoop complicaties.

Een baby die moedermelk krijgt heeft alles wat nodig is om goed te groeien. Tot 6 maanden heeft het zelfs geen andere voeding nodig, zo luidt ook het advies van de

Zo helpt hij de baby in goede gezondheid te blijven.

Waarom is borstvoeding soms moeilijk?

Er kunnen zich moeilijke momenten voordoen. In het begin slaapt de baby veel omdat hij moet bekomen van de geboorte. Twee dagen na de geboorte wordt

de baby wakker, krijgt honger en eist heel de nacht de aandacht op. Het is belangrijk dat de mama hem regelmatig aanlegt om de melkproductie op gang te brengen. Een fout die veel gemaakt wordt is dat men ook flesvoeding geeft, maar dat vertraagt het aanmaakproces van de melk. De baby wordt minder aangelegd en het risico bestaat dat de borstvoeding minder goed lukt. Het is bovendien geweten dat het beter is om uitsluitend borstvoeding te geven om het risico op allergieën te verminderen. Van het ogenblik dat er flessenmelk wordt toegediend, komt de darmflora in de war en kan de bescherming verstoord worden.

Rond de derde of vierde dag (soms later), komt de melkproductie dan op gang. De mama krijgt gespannen borsten die ook pijnlijk kunnen aanvoelen. Als de borst gespannen is, is het voor de baby moeilijk om te zuigen. Aarzel dan niet om de borst een beetje te masseren om de melkstroom te bevorderen.

Eens deze fase achter de rug is, kan de borstvoeding echt van start gaan. Meestal loopt alles vanaf dan ook normaal.

Soms doen de tepels van de moeder een beetje pijn, maar dat gaat na de eerste week meestal voorbij.

Sommige ouders zijn bang dat hun baby niet genoeg drinkt, omdat ze niet zien hoeveel melk hij binnenkrijgt.

Als bij een bezoek aan Kind en Gezin of de kinderarts blijkt dat het kind goed groeit en aankomt, is dat een teken dat het genoeg drinkt. En als het plassen en de stoelgang vlot gaan, wil dat zeggen dat het genoeg eet.

Bij borstvoeding moet de mama ook oppassen met medicamenten, tabak, verdovende middelen en alcohol. Want er komt ook veel in de melk terecht en baby krijgt dat dan ook binnen.

Wat moet ik doen als ik vragen heb?

Iedere moeder kan borstvoeding geven. De baby wordt geboren met bepaalde reflexen. In de moederschoot krijgt hij vruchtwater binnen, hij plast, hij zuigt op zijn handje, maar heeft nog niet aan een tepel gezogen. Het komt er dus op aan om hem de eerste dagen op de juiste manier te leren zuigen. De vroedvrouwen op de materniteit zullen de mama daarin helpen.

De ouders kunnen om hulp vragen tijdens de consultaties van Kind en Gezin. Professionele hulpverleners kunnen hen ook leren op te merken

wanneer de baby wakker is of slaapt. Men moet niet wachten tot de baby grote honger heeft om hem te eten te geven.

Kind en Gezin kan ook adviezen geven voor het verblijf in de crèche. Zo is het mogelijk om melk af te kolven en ze daar te laten drinken.

En natuurlijk kan de mama ook haar behandelende arts om raad vragen.

Als ouders problemen ondervinden bij de borstvoeding, of vragen hebben, moeten ze niet aarzelen om er bij Levensadem over te praten. Ons vrijwilligersteam beschikt over twee professionele contactpersonen gespecialiseerd in borstvoeding, bij wie ze terecht kunnen.

Tot besluit,

In de prilste levensfase is moedermelk het beste wat je aan je baby kan geven. Dan krijgt hij alles binnen wat nodig is voor zijn groei.

Aarzel niet om hulp en advies te vragen als u vragen hebt.

Voor meer informatie :

<https://www.kindengezin.be/nl/thema/voeding/borstvoeding>

Interessante websites:

- Vereniging Begeleiding en Bevordering van Borstvoeding – VBBB

- Belgische Vereniging van Lactatiekundigen VZW

- Kenniscentrum Borstvoeding

- Borstvoeding vzw

Vinciane Laurent

Pediatisch verpleegster, adviseur in borstvoeding.

Verantwoordelijke voor de micro-antenne Vlaams Brabant West

HER BRON NEN

1.Mijn persoonlijke ervaring in Pesche

Mijn naam is Nathalie-Marie. Ik ben al sinds 1992 een moeder van Levensadem. Een tiental jaar geleden ging ik door een moeilijke periode. Levensadem bood mij de mogelijkheid om te herbronnen in “l’Envie de Souffler”, in een van de vakantiewoningen in Pesche.

Ik bevond mij op een kruispunt in mijn leven. Ik stond voor een paar keuzes waarvoor ik wat tijd moest nemen. Er was een moment aangebroken dat ik van een hoop dingen afstand moest nemen, om alles in en rond mij leeg te maken. Ik voelde dat het tijd was om mijn leven op een aantal gebieden een nieuwe wending te geven.

Aangekomen in Pesche, was ik verbaasd hoe gemakkelijk ik in slaap viel de eerste dagen. Ik zag toen pas hoe geestelijk uitgeput ik was. Er waren dagen dat ik alleen uit mijn bed kwam om de avondmis in het klooster bij te wonen. Daarna nam ik een snelle hap om daarna weer zo snel mogelijk te gaan slapen. De rust en kalmte van de omgeving waren als een remedie voor mijn lichaam en mijn geest. Stilaan begon ik te herstellen, en kon ik de tijd nemen om in de kapel te gaan bidden.

Vele dagen later heb ik Pesche verlaten. Met heimwee, zeker, maar blij dat ik mijn batterijen opnieuw had kunnen opladen. Ik moest opnieuw de uitdagingen aangaan die op me wachtten, en dankzij deze rustpauze kon dat.

Ik voelde me echt uitgerust en vredig. Ik had ook een heldere kijk op de vragen waarop ik absoluut een antwoord wilde krijgen. Ook vandaag nog kan ik met zekerheid zeggen dat het feit dat er geen deadline was, mij heel veel heeft geholpen, naast de zo rustgevende sfeer van “l’Envie de Souffler”. De tijd die ik nodig had om oplossingen te vinden voor de problemen waarmee ik die periode van mijn leven te kampen had, kon ik gewoon in het huisje doorbrengen. Er was geen tijdsdruk en ook geen financiële druk. Op dit cruciale keerpunt in mijn leven bood Levensadem mij het nodige comfort en de tijd om van mijn verwondingen te herstellen. Ik werd beter en heb mijn leven weer in handen kunnen nemen.

2.In Pesche met mijn familie

In 2021, toen mijn dochter Thérèse twee maanden zwanger was, waren haar relatieproblemen zo hoog opgelopen dat ze geen andere keuze had dan weg te gaan van haar man. De scheiding werd een jaar na de geboorte van de baby uitgesproken.

De luxe van een depressie kon ze zich, ondanks alle uitdagingen waar ze voorstond, niet veroorloven. Ze werkte voltijds als verpleegster in een ziekenhuis en was ook nog eens moeder van drie kleine kinderen. Ze spande zich tot het uiterste in om niet weg te zinken. Haar broer en ik hielpen haar zo goed als we konden.

Enkele maanden later zag ik dat ze bijna op was. Ik stelde haar voor om een weekend in een van de vakantiewoningen van Levensadem in Pesche door te brengen.

« Pesche ? Wat is dat voor iets? Waar ligt dat? », vroeg ze me.

Ik legde haar kort uit waarover het ging. Het idee stond haar aan. Maar ze reageerde ietwat terughoudend, bang dat de kosten te hoog zouden uitvallen. Ik verwees haar naar de site van Levensadem waar ze alle informatie kon vinden over de faciliteiten die de vzw ter beschikking stelt voor personen die hun batterijen weer willen opladen. Nadat ze alles had opgezocht, was ze heel enthousiast:

“Prachtig wat ik allemaal op internet gevonden heb!”

Door het dolle heen, begon ze met luide stem te lezen wat er op de site stond:

«Het ziet er een rijk en gevarieerd dorp uit. Er zijn activiteiten voor elk wat wils! Je kan er wandelen, je kan de omgeving verkennen en de kinderen kunnen zich naar hartenlust in de speeltuin van “l’Envie de Souffler” vermaken.” Ze zei ook nog: “Ik zou er graag naar toe gaan mama, maar ik heb niet de puf om de nodige stappen te ondernemen. Zou jij dat kunnen doen?”



En dus nam ik contact op met Levensadem om een weekend in Pesche met mijn dochter en haar kinderen vast te leggen.

3.Het vertrek naar Pesche

Op zaterdag 22 september 2024 ontdekt mijn dochter het dorpje Pesche en « l’Envie de Souffler”. Tijdens het eten de avond daarvoor deelt mijn dochter Thérèse aan haar kinderen Joy, Jack en Michaelle het volgende mee:

« Morgen lieve kinderen is het zaterdag. Maar jullie zullen toch vroeg moeten opstaan omdat we in het weekend ergens naartoe gaan.”

« Waar gaan we naartoe ? » vraagt Joy, de oudste van acht jaar.

« We gaan het weekend doorbrengen in een dorp waar we een hoop ontdekkingen zullen doen.”

« Waaaaw ! » De kinderen schreeuwen het uit in koor.

Na het eten spoeden de kinderen zich naar hun slaapkamer. Ze kruipen in bed en hebben het over niets anders dan het weekend dat voor de deur staat. Eens in slaap maakt hun moeder de bagage klaar. Rugzakken en valiezen nemen plaats in de koffer van de auto.

Die zaterdagochtend, na de brunch, vertrekken we alsof we op zomerkamp gaan. Als bij toeval is de zon van de partij.

4.De aankomst in Pesche

Ik had besloten om niets over Pesche te vertellen. Ik wou dat iedereen zelf de omgeving, het dorp en “l’Envie de Souffler” ontdekte. Dus kies ik ervoor om de boel te gewoon observeren. Het is een genot om hun reacties te zien.

Hoe dichterbij onze bestemming komen, hoe ongeduldiger de kinderen worden. Heel de reis hebben we het over de landschappen die we onderweg zien. Als we op de rotonde komen die we moeten nemen om in Couvin te geraken, bereikt hun blijdschap een hoogtepunt bij het zien van de locomotief die het rondpunt siert.

Eens Couvin voorbij wordt alles alleen maar mooier. De horizon maakt plaats voor een idyllisch landschap. Groene heuvels, bewerkte akkers en geheimzinnige bossen onvouwen zich voor onze ogen. Op dat ogenblik roept mijn dochter Thérèse enthousiast uit: “Wat een prachtig uitzicht!”

En daar is dan het bord dat bevestigt dat we in Pesche zijn. We rijden het dorp binnen.

Het is er heel rustig, de straten zijn zo goed als verlaten. De appartementjes van Levensadem liggen achter de kerk. We moeten een paar kronkelende straatjes passeren alvorens we op onze bestemming zijn.

We ontdekken de typische natuurstenen gebouwen met hun leistenen daken, die een warme sfeer uitstralen en vervlogen tijden ademen. De straten zijn geplaveid.

De mooie romaanse kerk, gebouwd in de XIIe eeuw, heet officieel l’Eglise de Saint-Martin”. Vlak tegenover de kerk bevindt zich het klooster van de Dochters van Maria.

5.de “gîte”

Na een kalm ritje door de stille straatjes komen we aan in de rue Hamia. Het bordje met de naam en het logo van Levensadem bevestigt dat we op het juiste adres zijn.

We bellen aan. Een vriendelijke dame doet open en heet ons welkom. Nadat we ons voorgesteld hebben wijst ze ons de weg naar het appartement dat voor ons gereserveerd is. We krijgen ook een lijstje met gebruiksvoorwaarden. Daarna brengt ze ons naar de speeltuin.

Onderweg laat ze ons de kapel zien. De kinderen kunnen hun ongeduld niet meer de baas. Terwijl ze naar de geitjes kijken, roept er eentje:

“Wat geweldig! Mogen we er naartoe? Mogen we er naartoe?”

Ze staan te trappelen van ongeduld. Ze zullen naar hartenlust kunnen spelen.

’s Avonds gaan we voor het gezinsgebed naar de kapel. Daar raakt mijn dochter overmand door. Ze roept het uit: “Dank U Heer dat ik kan komen bidden wanneer ik wil!” Zo begon ons eerste verblijf in Pesche.

We waren die dag rond 10 uur aangekomen. De kinderen konden niet wachten om te gaan spelen. We moesten ze wel eventjes terugroepen om te eten en een namiddagdutje te doen. De twee oudsten gingen echter direct verder spelen.

’s Avonds, na gedoucht en gegeten te hebben, hebben we een leesmoment. De bibliotheek van het huisje puilt uit van de boeken. Oude boeken met verhalen van vroeger waar wij van houden. Michaëlle is dol op de verhalen van Pierre Lapin. Hoe blij is ze als ze het boek ziet staan! Er zijn boeken voor alle leeftijden. We

lezen samen wat elkeen gekozen had. Daarna wordt de eerste dag van de vakantie afgesloten in de kapel.

De kinderen houden eraan om Jezus te danken voor het weekend dat zo goed begonnen is. “Dank U Jezus voor de geiten”, “Dank U Jezus voor de konijnen”, “Dank u voor ons mooie huisje” ... Ze zijn moe als ze gaan slapen, maar de opwindende van de voorbije dag blijft hangen.

Ik feliciteer mijzelf in stilte omdat ik Thérèse deze vakantie heb aanbevolen. Ze steekt haar vreugde om haar kinderen zo gelukkig te zien niet onder stoelen of banken.

In Pesche is er op zondag geen mis meer. Ik ga de zaterdagavond naar de kerk van het dorp. Een mooie gelegenheid voor mij om kennis te maken met de parochianen. Ze verwelkomen ons zeer hartelijk. In het dorp heerst er een warme en ontspannen sfeer. En zelf ben ik aangenaam verrast wanneer de voorganger mijn oude pastoor uit Aubange blijkt te zijn. Een prettig weerzien!

’s Zondags gaan we naar de abdij van Chimay om de mis van 11 uur bij te wonen. Na afloop maken we een wandeling in de mooie tuin van de abdij. Op de terugweg maken we kennis met de plaatselijke gastronomie, met de kazen van de abdij. De namiddag brengen we samen met de kinderen in de tuin door. Daarna is het tijd om het huisje op te ruimen en schoon te maken. We geven de sleutels af en gaan terug naar huis.

Onderweg wordt er luidkeels gezongen. Iedereen is opgetogen. We vinden het alleen jammer dat het zo snel voorbij is gegaan. Maar we komen zeker terug. Er is nog zoveel te zien en te doen in Pesche!

6.Een onvergetelijk verblijf

« L’Envie de Souffler » is een beslissend moment in mijn leven geweest. Vandaag kan ik bevestigen dat het dat ook voor mijn dochter geweest is : haar kinderen zijn al twee keer teruggegaan. We hebben er de herbronning gevonden die we nodig hadden. Daarnaast heeft mijn dochter er momenten van “quality time” beleefd die we niet verwacht hadden.

Tijdens het Pinksterweekend willen we de ervaring overdoen. We hopen dat mijn zoon en zijn partner er deze keer ook bij zullen zijn.

Dank aan iedereen die deze bevoorrechte momenten mogelijk maakt.

Nathalie-Marie

Dankjewel!

Weer willen we jullie bedanken voor jullie steun aan Levensadem op duizend en één manieren.

We doen het met dit briefje dat we van een van onze moeders gekregen hebben. Het is ook aan jullie gericht, want jullie dragen allen bij aan het leven en voortbestaan van de organisatie.

Heel het team van Levensadem wil ik uit de grond van mijn hart danken voor alles wat ik gekregen heb om mij op de komst van mijn baby te kunnen voorbereiden. Het heeft mij diep geraakt. Niet alleen vanwege de concrete hulp, maar ook door de troost en steun in deze heel bijzondere periode voor ons gezin.

Bedankt voor uw vrijgevigheid, uw luisterend oor en uw begeleiding. Uw steun is niet louter materieel. Hij biedt menselijke warmte, medeleven en hoop. Ik ben u diep erkentelijk en zal uw kostbare hulp nooit vergeten. Oprechte dank.

C.M.

Deze boodschap is voor jullie allemaal. Want jullie zijn Levensadem.

Jullie gulle financiële ondersteuning, jullie materiële hulp, de verschillende vormen van dienstbaarheid waar jullie tijd insteken, jullie gebeden, iedereen draagt op zijn of haar manier bij aan de hulp die we alle moeders, koppels en gezinnen aanbieden. Elke keer als we een gezin bezoeken, gaan jullie mee. In 2024 zijn er zo over heel België 420 nieuwe moeders geholpen.

Zo goed als elke zwangerschapsgerelateerde oproep is meteen ook een vraag om materiële hulp. Daarom draaien onze kledingdepots op volle toeren. Ook als we niet van alles voldoende reserve hebben, proberen we toch zo compleet mogelijke pakketten samen te stellen met de nodige spullen voor de baby.

Meestal zijn de gezinnen heel opgetogen met wat ze krijgen. Al jullie giften die netjes en in goede staat zijn, zijn welkom.

Om de pakketten te kunnen bezorgen bij gezinnen die geen auto hebben, zouden we graag een ploeg “bezorgers” samenstellen voor elk depot (Antwerpen, Brussel, Namen, Luik, Limburg). Aarzel niet om ons te

contacteren als je denkt dat dit iets voor jou is.

We zijn in het bijzonder de vzw “Les noirs” dankbaar die voor nieuwe babyspullen gezorgd hebben. Ook de “Femmes d’Europe” bedanken we voor hun hulp bij de installatie van toiletten voor mensen met een beperking in ons vakantiehuis in Pesche.

In Pesche moeten trouwens dringend een paar elektrische circuits aangepast worden.

We zouden ook graag een automatische grasmaaier hebben om het grote grasveld te onderhouden. Daarvoor moeten er 1000 meter kabels onder de grond gelegd worden. Met de machine komt die investering neer op een 7000 euro. We zullen hier wel pas toe overgaan als we het bedrag effectief hebben.

We hebben intussen al 35 jaar onze stek in het huis aan de de Frélaan 204 in Ukkel. Het gebouw heeft hoogdringend een grondig onderhoud en een opknapbeurt nodig. Ook weer kosten waar we tegen aan kijken!

Bedankt voor alles wat jullie voor Levensadem gedaan hebben. Bedankt voor alles wat jullie nog voor Levensadem zullen doen.



DRINGEND...

Elke maand bevallen 20 moeders.

Dit hebben ze nodig:



DANK U

Hier kunt u terecht:

Antwerpen : Floralaan 6, 2640 Mortsel.

(contacteer Veva en Jo Verbeiren, 03/449 48 26.)

Brussel: de Frélaan 204, 1180 Ukkel

(Contacteer het secretariaat 02/375 95 04)

Bezorg dit formulier aan uw financiële instelling.

DOORLOPENDE OPDRACHT

Rekeningnummer van de opdrachtgever:

[illegible]

Name: _____

[illegible]

Straat + nr. + busnr.:

[illegible]

Postnummer:

Gemeente

[illegible]

Bedrag:

--	--	--	--	--	--	--

Periodiciteit: maandelijks tweemaandelijks driemaandelijks

Data: Gelieve de overschrijving uit te voeren telkens de van de maand.

Eerste verrichting op f. f.

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 u 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*

*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

Algemene coördinatie van le Souffle de Vie/Levensadem

Hoofdantenne voor franstalig België

J. en M. PHILIPPE

de Frélaan 204

1180 Brussel

02 375 95 04

info@souffledevie.be

Levensadem

J. en V. VERBEIREN-DESOPPER

Floralaan 6

2640 Mortsel

03 449 48 26

info@levensadem.be

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

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

U wenst Levensadem te steunen?

Voor giften vanaf 40 € kunt U een fiscaal attest ontvangen.

Hiervoor moet U uw gift overschrijven naar rekening BE14 3100 7989 8683 van Caritas Secours.

met de mededeling: « *Wens project 732107 Levensadem* » te steunen

Het fiscaal attest wordt u afgeleverd door Caritas.



www.levensadem.be



facebook.com/levensademvzw