



JAARVERSLAG 2023

Stichting Wederzijds – stervenscultuur

Inhoudsopgave

Voorwoord	2
Bestuurssamenstelling	2
Interne organisatie	2
Activiteiten	3
Externe contacten	4
Publiciteit	5
Website	5
Activiteitenplan 2024	6
Financieel jaarverslag	6

VOORWOORD

Stichting Wederzijds wil mensen stimuleren om op allerlei manieren meer bewust om te gaan met het maken van keuzes rondom het sterven. Zij vindt daarbij haar inspiratie bij de antroposofie en De Christengemeenschap. De middelen die stichting Wederzijds voor dit doel gebruikt zijn o.a.: uitdiepen van actuele, maatschappelijk levende thema's rondom leven en sterven, informatie verstrekken op haar website, en het organiseren van conferenties en workshops. Daarbij staan de volgende thema's centraal:

- De dood en ik – hoe bereid ik mij voor?
- Keuzes rondom het sterven – voorlichting rond natuurlijk sterven, versterven en euthanasie
- Begeleiding van de stervende met muziek, schilderen en eurythmie
- Sacramentele begeleiding rond het sterven
- Verzorging van de stervende en de gestorvene
- Opbaren en waken
- Rouwen en gedenken
- Op weg van dood naar nieuwe geboorte

Wederzijds organiseert themadagen en workshops en af en toe een conferentie of symposium. Zij werkt mee aan publicaties (brochures, boeken). Daarnaast geeft zij een halfjaarlijkse Nieuwsbrief uit voor belangstellenden en donateurs.

In dit jaarverslag doet de Stichting verslag van haar activiteiten en van de gebeurtenissen die in 2023 hebben plaatsgevonden. Er wordt verantwoording afgelegd over haar financiën.

Het resultaat van de activiteiten in 2023 geeft vertrouwen om de verdere ontwikkelingen van de activiteiten van Stichting Wederzijds voort te zetten en uit te bouwen. Dat onze belangstellenden dat ook zo ervaren, blijkt uit de doorgaande groei van het aantal donateurs. Wederzijds heeft de ANBI-status.

De samenwerking binnen het bestuur verliep constructief en plezierig; zo ook de samenwerking met leden van de klankgroep.

BESTUURSSAMENSTELING 2023

Het bestuur bestond uit:

Joukje Pothoven	voorzitter
Ingrid Deij	secretaris
Immanuel Baan	penningmeester
Douwe van Houten	lid
Alexandra Buijsman	lid

INTERNE ORGANISATIE

In het bestuur zijn de portefeuilles bij de verschillende bestuursleden ondergebracht. Bepaalde taken worden door één of twee bestuursleden gedragen. Er werd gewerkt met een bestuurlijke jaarcyclus en een activiteitenplan.

Aandachtsgebieden binnen het bestuur in het verslagjaar:

Organisatie activiteiten – PR en website – Redactie Nieuwsbrief – Verdieping – Samenwerking met andere organisaties – Samenwerken met de eigen Onderzoeksgroep.

Met de Klankgroep kwam het bestuur in 2023 één keer bij elkaar. In 2023 werden leden van de klankgroep gevraagd om mee te denken over het symposium dat Wederzijds in november 2024 organiseert. Leden van de klankgroep gaven ook ongevraagd advies, met name over locaties waar activiteiten van Wederzijds kunnen plaatsvinden. Ook kwam een vraag naar voren hoe er onderling subtiele ervaringen met gestorvenen gedeeld zouden kunnen worden.

ACTIVITEITEN IN 2023

Wederzijds heeft in september 2020 een nieuw orgaan opgericht: de *Onderzoeksgroep*. Aan deze groep werken een aantal artsen, verpleegkundigen, een apotheker, een geestelijke en een organisatiedeskundige mee. Het doel is om bepaalde vragen op vak-niveau uit te diepen. Zo loopt er sinds 2021 een onderzoek naar bewust stoppen met eten en drinken ('B-STED'), als alternatief voor euthanasie. Rond dit thema heeft een van de leden van de groep een enquête opgezet voor nabestaanden van mensen die door B-STED zijn overleden. Op het bericht over deze enquête in de nieuwsbrief kwamen veel reacties van mensen die van dichtbij een dergelijke vorm van overlijden hadden meegemaakt.

Ook werd er door deze groep onderzoek gedaan naar de spirituele gevolgen van de werking van de middelen die worden ingezet bij euthanasie.

Daarnaast werd de bijzondere werking van Olibanum onderzocht, een antroposofisch middel dat ingezet wordt in de stervensfase.

Een eerste activiteit n.a.v. het onderzoek naar B-STED, was een *scholingsdag* voor professionals in de zorg, in januari 2022, onder auspiciën van de AAG (Academie voor Antroposofische Gezondheidszorg). Er was brede belangstelling voor. De hand-out van deze scholingsdag, een boekje met als titel 'Meerdere wegen bij het levenseinde – zoektocht naar inzichten' is inmiddels uitverkocht.

Een tweede activiteit vanuit de samenwerking met de Onderzoeksgroep, is het initiatief voor een symposium in 2024. Daartoe zocht Wederzijds samenwerking met Antroposana en AViN, de Antroposofische Vereniging in Nederland.

Antroposana zet zich in voor de belangen van de antroposofische zorg in Nederland en in Europa, voor de zichtbaarheid en erkenning van de integratieve gezondheidszorg.

De AViN is in 2023 gestart met een nieuw groot project: 'Staan voor leven en dood', waaraan Wederzijds kan bijdragen. Samenwerken met beide organisaties op deze wezenlijke gebieden vormt voor Wederzijds een belangrijke nieuwe stap.

In 2023 werden de plannen concreter en is er door leden van de Onderzoeksgroep, van bestuursleden van Antroposana en Wederzijds intensief gewerkt aan artikelen en interviews voor een nieuw boek over bewust sterven en het leven na de dood. Dat boek zal in 2024 door uitgeverij Nearchus worden gepubliceerd. De redactie is in handen van Thom Kloes, die eerder een boek vanuit Wederzijds heeft geredigeerd ('Het maakt uit hoe je sterft').

Het boek zal gepresenteerd worden op het Symposium, najaar 2024, dat Wederzijds samen met Antroposana organiseert. In 2023 is met de voorbereiding daarvan begonnen.

In totaal is er in 2022 en 2023 drie keer een *Themadag* georganiseerd over uitwendige toepassing van inwrijvingen en wikkels om mensen in de laatste levensfase te verzorgen, zodat minder inzet van allopathische medicatie nodig is. Deze vorm van behandeling verlicht het lijden op een

natuurlijke manier. Bovendien kunnen ook de naasten van mensen die stervend zijn dit leren toepassen, waardoor nabijheid en warmte meer kans krijgen in de laatste levensfase.

De *gesprekscafés over leven en sterven*, in Emmen en Zeist, bestaan inmiddels allebei al 6,5 jaar. Maandelijks komen er mensen bij elkaar die over het levenseinde en de voorbereiding erop in gesprek gaan. Een onuitputtelijke bron van ervaringen en uitwisseling. Degenen die de cafés leiden hebben onderling goed contact, zodat ze kunnen profiteren van elkaars ervaringen.

Met *'Vanaf beide oevers'* in Zutphen, is een dergelijk initiatief ontwikkeld door een groep mensen, die maandelijks meditatief werken aan de hand van schilderijen van Gerhard Reisch om tot een samenwerking te komen tussen gestorvenen en levenden.

Zowel in mei als in september zijn door twee bestuursleden in Zeist 3 gespreksavonden georganiseerd over de voorbereiding op het eigen sterven en de mogelijke vormgeving van de eigen uitvaart. Deze avonden werden goed bezocht en leverden mooie, diepgaande gesprekken op. Ook was een uitvaartverzorger aanwezig voor vragen.

Binnen bestuur en onderzoeksgroep is aandacht voor allerlei aspecten en gevolgen van 'medicalisering van het levenseinde', zoals pijnbestrijding (keuze medicatie en de effecten daarvan op het sterfproces), doorbehandelen of niet (bijv. invloed van chemotherapie op het sterfproces), de eigen keuze (durven loslaten, goed geïnformeerd kunnen kiezen), zingeving (aandacht voor het unieke van het eigen leven, omgaan met doodsangst), het motief van de vrijheid, de medische imperatief van de arts. Het thema 'Voltooid leven' wordt inmiddels weer actueler, het bestuur volgt de ontwikkelingen en beraadt zich op eventuele actie rondom dit brisante thema.

EXTERNE CONTACTEN

- Wederzijds onderhoudt contact met het bestuur van de AViN (Antroposofische vereniging in Nederland), met de Medische sectie van de AViN, met De Christengemeenschap landelijk. Contacten krijgen rondom eerder genoemde projecten meer gewicht. Overleg vindt nu meer structureel op bestuursniveau plaats. Uitbreiding van deze samenwerking blijft aandachtspunt voor het bestuur van Wederzijds voor de komende jaren.
De Nieuwsbrief van Wederzijds wordt o.m. aan de secretariaten van de Christengemeenschap en de Antroposofische Vereniging in Nederland gestuurd. Van daaruit wordt hij weer verder verspreid aan contactpersonen in de regio's en de gemeenten.
- In de loop van 2022 ontstond een nieuwe samenwerking met Antroposana, een vereniging van mensen die kiezen voor antroposofische gezondheidszorg met ± 4000 leden. Dit werd concreet doordat we in 2023 besloten samen het symposium voor november 2024 te gaan organiseren. In de herfst van 2023 was een bijzonder nummer van ITA (het kwartaalblad van Antroposana) gewijd aan het sterven.
- Wederzijds werkt al jaren samen met stichting Agora in Bunnik, onafhankelijk landelijk kenniscentrum en ondersteuningspunt voor palliatieve zorg. Wederzijds is stakeholder bij het initiatief 'Van betekenis tot het einde'. Het doel hiervan is een cultuuromslag te bewerkstelligen in de manier waarop er vanuit de samenleving en de politiek naar de oudere mens en het ouder worden wordt gekeken. In het manifest wordt gepleit voor een andere kijk op de laatste levensfase, waarbij meer wordt uitgegaan van waarden als vertrouwen, betrokkenheid en wederkerigheid. Belangrijk hulpmiddel daarbij is de website van 'Van betekenis tot het einde': www.ikwilmetjepraten.nu
- Samenwerking bestaat met het Landelijk Expertisecentrum Sterven, opgericht in 2016. Zo is over en weer een bespreking van een publicatie op de beide websites geplaatst. Er vond op bestuursniveau overleg plaats over hoe mee te doen met het maatschappelijk debat over het wetsontwerp rondom 'Voltooid leven'. Het samenwerken met deze stichting verder uitbreiden is een voornemen van het bestuur voor de komende jaren.

- In Zwitserland heeft de 'Arbeitsgemeinschaft Sterbekultur' in 2012 het 'Projekt Sterbekultur' opgezet. Op verschillende plaatsen in Nederland zijn hieruit voorlees-groepen voor gestorvenen ontstaan.
Van verdere ontwikkelingen bij de Arbeitsgemeinschaft Sterbekultur houdt de organisatie Wederzijds op de hoogte. Omgekeerd blijft ook contact vanuit Wederzijds belangrijk, bijvoorbeeld via de Nieuwsbrief. Doel: elkaar over en weer inspireren en op de hoogte houden van initiatieven. Eind 2021 hebben de organisatoren van het eerste uur hun post verlaten, vanuit Wederzijds is in 2022 met de nieuwe dragende mensen contact gezocht. Uitwisseling rondom de Gesprekscafé's over leven en sterven in Zürich gaf een bredere kijk op het opzetten van deze initiatieven in Nederland.

PUBLICITEIT

- De Nieuwsbrief is in 2023 3x aan ± 1200 belangstellenden verstuurd (grotendeels digitaal, enkele donateurs en enkele antroposofische instellingen krijgen het op verzoek per post). Ook is de Nieuwsbrief digitaal verzonden aan een aantal antroposofische instellingen in de gezondheidszorg.
- Wederzijds heeft een eigen LinkedIn-account, waarop actuele zaken rond de thema's waarvoor Wederzijds zich inzet worden gepubliceerd voor een snel groeiende groep volgers, inmiddels boven de 1200. Een van de bestuursleden houdt dit account bij, andere bestuursleden sturen relevante informatie aan hem door.
- Stichting Wederzijds staat vermeld in de Uitvaart-adressengids en op de site van Antrovista.

WEBSITE

- De website van Wederzijds wordt in 2023 goed bezocht. Zij is in 2022 grondig vernieuwd, ook qua vormgeving. Vooral de opbouw van de site is overzichtelijker geworden en er is een zoekfunctie toegevoegd.
- Een artikel van de bekende antroposofische arts Madeleen Winkler wordt veel bezocht. 'Zorg in de laatste levensfase', een brochure van Plegan Opleidingen over palliatieve zorg - gezien vanuit de mogelijkheden van verpleegkundigen en therapeuten - kan via de website worden gedownload. De brochure bevat ook tips voor de naaste om een stervende liefdevol nabij te kunnen zijn. Verder werden er vragen gesteld en soms persoonlijk advies gevraagd.
- Meerdere nieuw uitgekomen boeken kregen nieuwswaarde door een boekbespreking, zoals die van Toke Bezuijzen 'Liefdevolle natuurlijke zorg rondom het sterven'.
- Bestuursleden en anderen vermelden op de website relevante bijeenkomsten: aankondigingen van lezingen, workshops, gedenkstonden voor gestorvenen, gemeente-avonden e.d. in heel Nederland. Aanmeldingen en betalingen voor activiteiten, zoals de themadagen in 2023 verliepen via de website.
- Er worden links geplaatst naar onder andere actuele publicaties in kranten en tijdschriften en naar YouTube-filmpjes.
- Via de website kunnen donateurs schenkingen doen om Wederzijds te ondersteunen. Het aantal mensen met een vast schenkingscontract voor 5 jaar is toegenomen.
- Bij alle aspecten van de website wordt de wetgeving rond de privacy (AVG), die eind mei 2018 in werking trad, meegenomen.
- Verantwoording t.b.v. de ANBI-status is sinds 2013 in orde.

ACTIVITEITENPLAN 2024

- Publicatie voorbereiden over natuurlijk sterven, stoppen met eten en drinken in relatie tot euthanasie en ervaringen met het 'juiste sterfmoment'.
- In samenwerking met Antroposana een symposium voorbereiden in november 2024, inclusief boekpresentatie.
- Bespreekbaar maken van het eigen leven en sterven. Daartoe inhoudelijke ondersteuning en uitwisseling van expertise bieden bij het opzetten van meer 'gesprekscafé's over leven en sterven' in de regio's. Doel: netwerk vormen van gespreks-café's op meer plaatsen in het land.
- Meedenken en reageren op het maatschappelijke debat over het zgn. voltooid leven (mensen die denken klaar te zijn met hun leven).
- Het actueel houden van de website is een belangrijk aandachtspunt.

Financieel jaarverslag 2023 – Stichting Wederzijds			
Inkomsten	Credit	Begroot	Werkelijk
Donaties		€ 1.500	€ 1.823
Publicaties			
Fondsen			
Activiteiten		€ 2.000	€ 2.372
Inkomsten totaal		€ 3.500	€ 4.195
Kosten	Debet	Begroot	Werkelijk
Bestuurskosten			
Boekhouding en bankkosten		€ 200	€ 177
Website en PR algemeen		€ 400	€ 398
Overige bestuurskosten		€ 100	€ 116
Activiteiten			
Themadag		€ 800	€ 860
Workshops		€ 100	€ 90
Sprekers honoraria		€ 700	€ 714
Klank- en Onderzoeksgroep		€ 150	€ 140
Overige activiteiten		€ 150	€ 110
Uitgaven totaal		€ 2.600	€ 2.605
		Begroot	Werkelijk
Totaal inkomsten		€ 3.500	€ 4.195
Totaal uitgaven		€ 2.600	€ 2.605
Resultaat		€ 900	€ 1.590 *

*) alle bedragen zijn afgerond op euro's

Triodosbank		
		Werkelijk
Begin saldo	1 januari 2023	€ 8.776,78
Huidige saldo	31 december 2023	€ 10.366,42
Credit	Totaal inkomsten	€ 4.194,58
Debet	Totaal uitgaven	€ 2.604,94
	Resultaat	€ 1.589,64

Balans Stichting Wederzijds per 31 december 2022			
<i>Debet</i>		<i>Credit</i>	
	Bedrag		Bedrag
Bank	€ 8.777	Eigen vermogen	€ 8.468
Debiteuren	€ 0	Crediteuren	€ 40
Kas	€ 0	Vooruit ontvangen bedragen	€ 269
	€ 8.777		€ 8.777

Balans Stichting Wederzijds per 31 december 2023			
<i>Debet</i>		<i>Credit</i>	
	Bedrag		Bedrag
Bank	€ 10.366	Eigen vermogen	€ 10.327
Debiteuren	€ 0	Crediteuren	€ 40
Kas	€ 0	Vooruit ontvangen bedragen	€ 0
	€ 10.366		€ 10.366

TOELICHTING

INKOMSTEN:

We hebben in 2023 iets meer donaties ontvangen dan vorig jaar. Daarnaast hebben we met verschillende activiteiten meer inkomsten ontvangen: € 2.400,- t.o.v. € 0,- het jaar daarvoor. Een deel van de inkomsten voor de cursus verzorging in de laatste levensfase in Januari 2023 zijn ontvangen in december 2022 en geboekt onder "Ontvangen bijdragen t.b.v. 2023."

Er zijn dit jaar geen fondsen aangevraagd.

KOSTEN:

Sprekers honoraria en reiskosten: er hebben enkele activiteiten plaatsgevonden met betaalde sprekers in aanloop naar de conferentie van 2024.

RESULTAAT:

Het eigen vermogen op de balans gestegen met € 1.590,-