



# JAARVERSLAG

## 2022

Het vijfde jaar in beeld

*" De enige reis die de  
moeite waard is,  
Is de reis naar  
binnen."*

- William Butler Yeats -

Stichting Rituals to Root

toRituals  
toRoot



Inhoudsopgave

**Inleiding..... 2**

**Doelstelling stichting en bestuur..... 2**

**Welkom nieuwe stagiair ..... 2**

**Activiteiten ..... 2**

**Locatie met Troosttuin in ontwikkeling ..... 3**

*Windekind*..... 3

**Troosttuin/Stiltepad/Bezinningsplek..... 3**

**Netwerk Sterven en Rouw Flevoland ..... 3**

**Participatie en ondersteuning Namen Blijven..... 4**

**Pilot Waakzorgkringen Almere..... 4**

**Ontwikkelingen rondom workshop Liefdevol Levenseinde ..... 4**

    De workshop en de gids..... 4

    Uitbreiding workshop en samenwerking Stichting Amaruq ..... 5

    Pilot workshop Liefdevol Levenseinde Almere ..... 5

**Overige zingevingsactiviteiten ..... 5**

    Verdiepingsmiddag ‘Uit de kist’ ..... 5

    Verdiepingsmiddag Diep Luisteren ..... 6

    Deelname Vergankelijkheidsdag ..... 6

    Workshop Rouwrituelen ..... 6

**Uitgevoerde Rituelen..... 6**

**Samenvatting zingevingsactiviteiten 2022..... 6**

**Eigen ontwikkeling en deskundigheidbevordering..... 7**

**Externe partijen en samenwerkingen op een rij..... 7**

**Financieel verslag ..... 7**

**Vooruitblik 2023..... 8**



## Inleiding

2022 was een jaar waarin de stichting lokaal meer werd opgemerkt. Dit resulteerde in het bieden van een stageplek en het verzoek om als vertrouwenscontactpersoon te fungeren. We zijn gevraagd om de workshop Liefdevol Levenseinde te geven aan verzorgenden binnen een woonzorgcentrum, mochten een workshop “Helpende rituelen bij Rouw en Verlies houden voor vrijwilligers van Humanitas alsmede studenten bij de HVA en ontvingen persoonlijke verzoeken voor begeleiden bij sterven en rouw. Er blijkt onverminderd behoefte aan verbinding, verdieping, verzachting en rituelen. Als stichting bewegen we mee in wat er nodig is en op locatie ontwikkelen we de Troosttuin met Stiltepad en Bezinningsplek verder. We kijken terug en werpen kort onze blik vooruit op het jaar dat komen gaat.

## Doelstelling stichting en bestuur

Zoals omschreven in de statuten: het (doen) creëren van individuele en maatschappelijke verdieping en verbondenheid door zingevingsactiviteiten te ontplooiën met behulp van rituelen en symbolen, dit alles in de ruimste zin van het woord. De stichting beoogt niet het maken van winst en werd eind 2017 opgericht uit eigen (privé) middelen. Deze lening was om de start van de stichting mogelijk te maken. De stichting bedruipt zichzelf sinds 2019.

In 2022 bleef het bestuur ongewijzigd met leden die de doelstelling van de stichting een warm hart toedragen en hun functie geheel vrijwillig vervulden: voorzitter Zilla van Dijk, secretaris Masja Veerman, penningmeester Eduard Knappe, algemeen leden Lida van Dijk en Robin Zuidam.

## Welkom nieuwe stagiair

In haar zoektocht voor een stageplek in Almere, klopte Esther Oskam, student Geestelijk Begeleider bij de Academie voor Geesteswetenschappen bij ons aan. Dit via doorverwijzing van het Centrum voor Levensvragen Almere. Esther blijkt een bijzonder waardevolle aanvulling binnen onze werkzaamheden en we zijn wederzijds dankbaar voor de samenwerking. Ze is bij ons actief van 1 oktober 2022 tot 31 augustus 2023.

## Activiteiten

Het netwerk is benut om onze werkzaamheden breder bekend te maken en onze mogelijke activiteiten voor het voetlicht te brengen. Door actieve deelname zijn nieuwe contacten, samenwerkingen en specifieke opdrachten ontstaan. Het vestigingsadres van de stichting ‘*Windekind*’ werd gebruikt voor: overleggen, vergaderingen, bijeenkomsten, workshops, verdiepingsdagen en (persoonlijke) begeleiding.

### Een greep uit de activiteiten:

- 💡 We onderhouden de website grotendeels zelf.
- 💡 Social media kanalen worden ingezet en is een bron van informatie en aanmeldingen voor alle verschillende zingevingsactiviteiten
- 💡 Workshop Liefdevol Levenseinde is een vaste waarde en blijft deelnemers aantrekken
- 💡 Nieuwe workshop Diep Luisteren in ontwikkeling
- 💡 Er waren verschillende vrijwillige inzetten in stervens- en rouwbegeleiding
- 💡 Samenwerking en uitvoering Buurtherdenking 4 mei
- 💡 Rituele opening van zelfaangelegde buurtweg
- 💡 Evaluatie Netwerk Sterven & Rouw Flevoland



- 🔹 Samenwerking Stichting Amaruq voor uitbreiding locaties workshops Liefdevol Levenseinde
- 🔹 Hosting en mede-organisatie van online Oneness meditatieavonden
- 🔹 Ontwikkeling en uitvoering van verschillende nieuwe workshops en verdiepingsmiddagen met rituelen en symbolen
- 🔹 Deelname aan voorbereidingsgroepen VTU-Beurs en Levensrituelen van de Landelijke Beroepsvereniging van Ritueelbegeleiders

## Locatie met Troosttuin in ontwikkeling

Reeds drie jaar wonen en werken we met de stichting in het bijzondere gebied van Almere Oosterwold. Hier is voormalige biologische landbouwgrond ontwikkeld tot een woongebied met duurzaamheid en zelfvoorziening. Er is een gezamenlijk gevoel van community spirit in Oosterwold die helemaal past binnen het gedachtengoed van de stichting.

### *Windekind*

Het mooie warme houten en duurzame huis waar de stichting mag vertoeven is vernoemd naar het mystieke figuur in het boek De kleine Johannes van Frederik van Eeden. De kleine Johannes voelde zich fijn en geborgen bij Windekind, die veel wist over de natuur en op avontuur ging. Dat gevoel brengen we graag over aan onze gasten. We wonen en werken aan de Frederik van Eedenweg in Almere Oosterwold, vernoemd naar de huisarts, psychiater, filosoof, schrijver en wereldverbeteraar. Dat past als gegoten bij dit gebied en de werkzaamheden van de stichting.

*Windekind* rustig gelegen in het groen aan een bosstrook met een bescheiden ruimte voor workshops, lezingen, zingevingsactiviteiten en verdiepingsbijeenkomsten georganiseerd door de stichting. Een herberg van compassie waarin de dichtregel van Jana Beránova het treffend omschrijft: 'Laten we op alle plekken de hemel verdelen onder elkaar'.

### Troosttuin/Stiltepad/Bezinningsplek

In Oosterwold staan geen schuttingen en bezoekers worden uitgenodigd om langs ieders terrein te wandelen. In deze open setting zijn in 2022 weer meer ontwikkelingen en groen binnen de troosttuin gerealiseerd. Verbinding, verdieping en zingeving als pijlers in bewust leven en sterven vormen de basis van de paden die om de Troosttuin, boomgaard, stadslandbouw en Windekind leiden. Waaronder een stilte- en beeldenpad die uitnodigt om de bezinningsplek te bezoeken voor verinnerlijking. De bezinningsplek is bij de lemniscaatvormige vijver met uitzicht op een treurwilg. Hiermee verbinden wij ons met gasten, bezoekers en buurtgenoten. De plek wordt tevens benut door deelnemers aan onze activiteiten. Maandelijks is er een nieuwe tekst of gedicht te lezen die uitnodigt om te bezinnen of een eigen ritueel uit te voeren.

## Netwerk Sterven en Rouw Flevoland

De kerngroepleden van het netwerk namen in 2022 een sabbatical. Derhalve waren er geen activiteiten zoals voorgaande jaren.

### **DE CIRKEL IS ROND**

20 December kwam de kerngroep van het netwerk Sterven en Rouw bij elkaar na een rustjaar. We keken-hoe ons open netwerk ontstond (in 2018), welke avonden we organiseerden en welke





onderlinge initiatieven en verbindingen uit het netwerken voortkwamen. Daar kijken we met genoeg en trots op terug. Ja, de cirkel is rond, de werkgroep legt haar taken voor bijeenkomsten neer en moedigt alle betrokkenen aan om de gemaakte verbindingen te onderhouden en verdiepen. We weten elkaar te vinden om de stervende en rouwende mens zo goed mogelijk bij te staan. Met dank aan en de allerbeste wensen voor alle deelnemers van het Netwerk!

<https://www.ritualstoroot.nl/netwerk-sterven-en-rouw-flevoland/>

## Participatie en ondersteuning Namen Blijven

De stichting is ambassadeur van Namen Blijven en hielp actief mee in ondersteuning en promotie. In 2022 vond het doorgaand drukbezochte Namen Blijven met de herdenkings- en herinneringsmogelijkheden niet plaats vanwege een gebrek aan vrijwilligers. Derhalve werd er dit jaar niet deelgenomen met een eigen activiteit aan [www.namenblijven.nl](http://www.namenblijven.nl)

## Pilot Waakzorgkringen Almere

Het voortraject: na het verzorgen van twee workshops voor Woonzorgcentrum Vredenoord brachten de deelnemers naar voren dat ze VPTZ intramurale inzetten ter ondersteuning van hun verpleegkundige werkzaamheden bij sterven missen. Na onderzoek hoe dit in Almere geregeld is, ontstond samen met onze gewaardeerde vrijwilliger en ex-coördinator VPTZ Marie-José Jongstra het idee om te onderzoeken of een pilot Waakzorg Kringen In Almere te realiseren zou zijn. Bij waakzorg kringen is een bescheiden groep vrijwilligers gekoppeld aan één woonzorgcentrum. Zij zouden na een intensieve training stervende bewoners kunnen bijstaan in hun stervensproces waar familie dit niet kan of wil invullen. Deze groep kent elkaar, bouwt een vertrouwensband en vriendschap op met elkaar en wordt regelmatig begeleid met intervisie en themamiddagen voor eigen ontwikkeling en zingeving.

Binnen Almere was nog niet voorzien in vrijwillige intramurale inzetten binnen woonzorgcentra. Er waren ruim 40 gesprekken met Gemeente Almere, Palliatief Netwerk Almere, Hospice, Zorggroep Almere intra- en extramuraal, VPTZ landelijk en lokaal, Humanitas, VMCA, Cliëntenraad, Kerkenraad, Leger des Heils, Monuta Helpt! Enzovoorts. In 2022 bleek echter dat medewerking vanuit de verschillende organisaties uitbleef en deze pilot geen kans van slagen had.

## Ontwikkelingen rondom workshop Liefdevol Levenseinde

Deze hooggewaardeerde workshop in het landschap van Palliatieve zorg is sinds 5 jaar een belangrijk aanbod van stervensbegeleiding voor naasten en bedient een bredere doelgroep. De workshop levert een bijdrage aan bewust leven en sterven door kennis te delen over het stervensproces en het taboe van praten over de dood te doorbreken. Een greep uit de deelnemers: (Mantel)zorgers voor een dierbare, professionals en vrijwilligers rondom sterven zoals begeleiders bij sterven, uitvaarten en rouw, ritueelbegeleiders, POH-ers, coaches en deelgenoten die overwegen stervensbegeleider te worden.

### De workshop en de gids

De workshop Liefdevol Levenseinde is een verdiepingsdag waarin een groep tot 8 personen met elkaar en dit thema aan de slag gaat in theorie én praktijk. Er wordt geleerd hoe men een dierbare liefdevol kan ondersteunen in het grootste levensproces, afscheid van het leven. Dit gezamenlijk



aangaan met een dierbare is een van de meest liefdevolle, intense en bevredigende levensprocessen die een mens kan beleven. De dag is inclusief een biologische vegetarische lunch en wordt begeleid op vrijwillige basis. De onderwerpen:

- 💧 Wat sterven voor jou betekent?
- 💧 Het Sterfproces
- 💧 Spirituele communicatie
- 💧 Rituelen
- 💧 Fysieke zorg
- 💧 Voorzorg, zelfzorg en nazorg

De praktische gids in Levens- en stervenswijsheid wordt meegegeven wanneer de workshop liefdevol levenseinde is gevolgd. De gids is geschreven om te helpen van sterven een liefdevol proces te maken en als naslagwerk te gebruiken.

Liefdevol Leveneinde in 2022:

- 💧 **Windekind | Almere:** op 14 mei, 3 sept. en 19 nov.
- 💧 **Incompany:** uitgevoerd op 24 en 25 mei voor Woonzorgcentrum Vredenoord in Huis ter Heide.
- 💧 **Arnhem Stichting Amaruq:** 2 juli Arnhem (zie hieronder)

### Waardering

Inmiddels is er een behoorlijke verzameling evaluatieformulieren door de jaren opgebouwd. 92% van alle deelnemers vulde een formulier in. Naast tips en andere waardevolle informatie is de stichting diep tevreden over de 8,8 gemiddelde score van 1 op 10. <https://www.ritualstoroot.nl/liefdevol-levenseinde-2/>

### Uitbreiding workshop en samenwerking Stichting Amaruq

De wens is ooit landelijk dekkend te worden met Liefdevol Leveneinde. De Stichting Rituals to Root is daarom in 2021 een samenwerking aangegaan met Stichting Amaruq. Onze doelstellingen komen overeen. Liefdevol Leveneinde wordt volgens bestaand concept gegeven door workshopleider Yari Amaruq die die de kwaliteit waarborgt. De workshop Liefdevol Leveneinde is in 2022 eenmaal in Arnhem aangeboden. We zetten dit mooie voornemen in 2023 voort. <https://amaruq.nl/>

### Pilot workshop Liefdevol Leveneinde Almere

Om een invulling te geven aan de wens landelijk dekkend te zijn, is er een 'good practise' pilot onderzoek gestart. Hopelijk (deels) financieel ondersteund door gemeente of andere subsidieverleners. Hiervoor zijn in 2021 in combinatie met Waakzorgkringen Almere vele gesprekken gevoerd. In 2022 bleek echter dat medewerking vanuit de verschillende organisaties uitbleef en deze pilot geen kans van slagen had.

## Overige zingevingsactiviteiten

### Verdiepingsmiddag 'Uit de kist'

Verdiepingsmiddag Uit de kist belicht de eigen (on)sterfelijkheid en bewustwording wat voor jou belangrijk is bij sterven. Het biedt voeding, verdieping en verbreding op Liefdevol Leveneinde en is



met name ook voor professionals en vrijwilligers rondom sterven een noodzakelijke en waardevolle verdieping. <https://www.ritualstoroot.nl/uit-de-kist/> In 2022 werd deze verdiepingsmiddag een aantal keer gehouden in Almere.

### Verdiepingsmiddag Diep Luisteren

Nieuw ontwikkelde interactieve middag in Diep Luisteren oefenen we en worden ons meer bewust hoe juist diep luisteren bijdraagt aan heling en verbinding met de ander zonder energieverlies voor onszelf. We bewegen van horen naar werkelijk diep luisteren en van een empathische houding naar compassievol aanwezig zijn. Deze verdiepingsmiddag is op twee momenten gehouden.

- Voor VMCA; Vrijwilligers en Mantelzorg Centrale Almere in maart
  - In samenwerking met Ritueellab | Pleisterplaats voor Ritueelbegeleiders in november
- <https://www.ritualstoroot.nl/diep-luisteren/>

### Deelname Vergankelijkheidsdag

Vergankelijkheidsdag is in 2019 ontstaan als gevolg van een blog door palliatief journalist Rob Bruntink. Een jaarlijkse Vergankelijkheidsdag, waarop burgers stilstaan bij het feit dat zij allen sterfelijk zijn. Voorbeelden tref je aan op: <https://www.vergankelijkheidsdag.nl/>

**Rituals to Root** participeerde ook in 2022, dit keer met de bestaande workshop “Uit de kist”.

### Workshop Rouwrituelen

Nieuw ontwikkelde workshop voor vrijwilligers die ondersteunen bij rouw en verlies. Het betreft een inleiding en uitleg over hoe rouwrituelen werken. Daarna gaan we interactief aan de slag. Dit onderdeel heeft een dubbele functie. Ten eerste delen deelnemers hun eigen verlieservaringen, wat belangrijk is wanneer men anderen begeleidt bij rouw. Dit doen we door middel van eenvoudige rouwrituelen. Ten tweede kan men die rituelen ook zelf in de praktijk aanreiken of toepassen. Gaandeweg ervaart men zelf het effect van een rouwritueel. Deze workshop werd op locatie tweemaal ingezet bij:

- Vrijwilligers Humanitas Zaanstreek 11 febr.
- Studenten HvA Hogeschool van Amsterdam 8 april

<https://www.ritualstoroot.nl/helpende-rituelen-bij-rouw-en-verlies/>

### Uitgevoerde Rituelen

Tijdens de werkzaamheden door het jaar heen werden bij vergaderingen en overleggen, ook online, verschillende openingsrituelen en momenten van bezinning verzorgd en gezamenlijke afsluitingen. Dit biedt een bedding voor bijeenkomsten. Ook bij persoonlijke begeleiding, rouw, lokale herdenking en de opening van een eigen aangelegde buurtweg speelden rituelen op maat een belangrijke rol.

### Samenvatting zingevingsactiviteiten 2022

- Dagworkshop **Liefdevol Levensende** <https://www.ritualstoroot.nl/liefdevol-levensende-2/>
- Verdiepingsmiddag **Uit de kist** <https://www.ritualstoroot.nl/uit-de-kist/>
- Verdiepingsmiddag **Diep Luisteren** <https://www.ritualstoroot.nl/diep-luisteren/>
- Workshop **Helpende rituelen bij Rouw en Verlies** <https://www.ritualstoroot.nl/helpende-rituelen-bij-rouw-en-verlies/> voor Humanitas en HVA



## Eigen ontwikkeling en deskundigheidbevordering

Deelname aan:

- Symposium *Inclusieve rituelen* via UVH - Online
- Palliatieve zorg bij Dementie via Carend - Online
- Palliatieve zorg bij ALS via Carend – Online
- Kunst en Cultuur in Palliatieve zorg – Online
- Workshop Column schrijven via Carend - Online
- Afzien van eten en drinken via Carend – Online
- De dood, praat erover niet er overheen - Online
- Interprofessioneel samenwerken – Webinar
- Opleidingsdag Vertrouwenscontactpersoon
- Inspirerend pitchen middels storytelling – ondernemersloket gemeente Almere

## Externe partijen en samenwerkingen op een rij

De stichting participeerde in een aantal initiatieven van belang gedurende het jaar:

- Onderdeel hulplijn 24/7 [www.landelijkexpertisecentrumsterven.nl](http://www.landelijkexpertisecentrumsterven.nl)
- Vertrouwenscontactpersoon voor VMCA <https://www.vmca.nl/vertrouwenscontactpersoon>
- Samenwerking met [www.bezinningshuis.nl](http://www.bezinningshuis.nl) in aanbod bij Sterven en Rouw en versterking van elkaars besturen door deelname
- Samenwerking Stichting Amaruq voor Liefdevol Levensende <https://amaruq.nl/>
- Voorbereiding samenwerking met ‘Monique Dhooge rituele levensbegeleiding’ voor Liefdevol Levensende Regio Helmond <https://moniquedhoogerituelelevensbegeleiding.nl/>
- Coalitie Stad (G)oud in Almere, netwerken en aanbieden lokale zingevingsactiviteiten
- “DIJK.ontroerend goed” gezamenlijke ondersteuning en samenwerking
- Deelname aan voorbereidingsgroepen VTU-Beurs en Levensrituelen van de Landelijke Beroepsvereniging van Ritueelbegeleiders <https://www.lbvr.nl/>

## Financieel verslag

In 2022 zorgden de workshops voor een gestage stroom aan donaties. De kosten wisten we ook dit jaar weer laag te houden. Met de financiële ruimte die het met zich meebrengt, konden we dit jaar weer deelnemers in de workshops verwelkomen met weinig/geen ruimte voor een eigen bijdrage.

### Balans per 31-12-2022

	Activa	Passiva	
Bedrijfsmiddelen	€ -	Eigen vermogen	€ 5.828,18
Vorraden	€ 25,00	Crediteuren	€ -
Debiteuren	€ -		
Rekening courant	€ 5.803,18		
Totaal	€ 5.828,18		€ 5.828,18





### Baten en lasten 2022

	Baten	Lasten	Resultaat
Donaties & subsidies	€ 3.310,64		
Communicatie & promotie		€ 255,39	
Ritueel & workshop attributen		€ 330,25	
Reiskosten algemeen		€ 217,33	
Organisatie & opleiding		€ 466,13	
Zingevingactiviteiten (o.a. WSSL & UDK)		€ 141,98	
Overig		€ -	
Totaal	€ 3.310,64	€ 1.411,08	€ 1.899,56

### Vooruitblik 2023

2023 zal in het teken van het 5-jarig bestaan van de stichting staan. Ons houten jubileum. Verder zullen we meebewegen met wat zich aandient en waar behoeften zich laten zien. We houden graag onze contacten warm omdat die verbindingen waardevol blijken. Beknopte vooruitblik:

- 🟡 Activiteiten organiseren rondom ons jubileum
- 🟡 Officiële opening van het Stiltepad en de Bezinningsplek
- 🟡 Samenwerking invullen met ‘Monique Dhooge rituele levensbegeleiding’ voor Liefdevol Levensende Regio Helmond <https://moniquedhoogerituelelevensbegeleiding.nl/>
- 🟡 Verder in het lokale licht plaatsen van Liefdevol Levensende en landelijke uitrol
- 🟡 Verdiepen van huidige samenwerkingen
- 🟡 Ontwikkeling van nieuwe workshop Rituelen Ontwerpen
- 🟡 Verder invullen en ontwikkelen van de Troosttuin en de Bezinningsplek met officiële opening