

NATURE WITHIN YOU

[HOME](#)[Wie ben ik?](#)[Stervensbegeleiding](#)[Meditatie](#)[Blog](#)[Contact](#)

Wie ben ik?

Ik wilde van kinds af aan al dokter worden, dat is mijn passie. Ik ben in 2001 afgestudeerd als arts aan de Universiteit in Nijmegen en begon mijn carrière in de Klinische Genetica als arts-onderzoeker en Klinisch Geneticus in opleiding. Ik had het gevoel dat ik de patiënten niet goed kon helpen, een genetische oorzaak is vaak niet behandelbaar, dus ik maakte na 3 jaar een switch. Ik specialiseerde mij in de acute geneeskunde en werd Spoedeisende Hulp Arts in Nijmegen. Ik was meer in mijn element, maar nog steeds voelde het niet "compleet". Ik kon niet helemaal mezelf zijn. Ik geloof naast de reguliere geneeskunde, ook in andere vormen van geneeskunst. Ik ben overtuigd dat levenswijze, vitaliteit en voeding een belangrijke rol spelen bij het genezingsproces. Mindfulness en compassie en meditatieve oefeningen zijn volgens mij de sleutel om bij jezelf te komen, op adem te komen. Ik geloof in een holistische benadering van de mens: aandacht hebben voor zowel het lichaam en de mind, als de geest, de spirit. Ik geloof in leven na de dood. Ik voelde dat er nog weinig ruimte bestond voor mijn visie in ziekenhuizen en andere gezondheidszorg instellingen en ik besloot op reis te gaan. Ik pakte mijn backpack en begon te reizen. Die reizen en de ontmoetingen met andere culturen heeft mij als mens en arts enorm verrijkt. Ik kwam terug en begon te werken in een verpleeghuis en hospice. Dat was een verademing! Ik stond mensen bij en begeleidde hen in deze laatste levensfase. Ik voelde dat hier mijn plek is. Ik kan helemaal zijn, "aanwezig zijn". Die laatste fase in het leven is zo bijzonder, zo belangrijk, zo intens. Het moet geen lijdensweg zijn, maar een weg vol vertrouwen en waardigheid.

Ik heb na een jaar in het verpleeghuis en een jaar in het hospice gewerkt te hebben, een eigen praktijk opgezet. Ik zie mezelf als expert en als medemens op het gebied van stervensbegeleiding aan huis en in hospices. In mijn begeleiding leg ik de focus op mindfulness en compassie, mild en liefdevol voor jezelf en jouw processen zijn in het hier en nu. Mindfulness en meditatie is zeer effectief bij het reduceren van angsten, depressie, onrust en pijn. Door middel van gesprekken, rituelen en meditatieve oefeningen help ik de stervende bij het loslaten van oude wonden, gedachten en emoties die nog belemmeren. We zullen intensief, tijdens de counseling samen mediteren en ik zal de stervende voorbereiden en spiritueel begeleiden naar die laatste dagen toe, die laatste uren, minuten op aarde.

Ik werk tevens met hart-coherentie, ademhalingsoefeningen & muziek. Ik ben veel buiten, in de natuur. Ik geloof in Moeder Aarde en haar wijsheid. Deze wijsheid zit ook in ons, we hoeven haar slechts aan te raken en we kunnen hiermee werken. We zijn een kind van Moeder Aarde, haar natuur zit in ons. Haar cyclus, haar elementen, haar leven, is onlosmakelijk met ons verbonden. Deze verbinding kan helpen om los te laten en te vertrouwen op wat is.

De dood is niet eindig, het is een overgang. Je kunt het zien als een geboorte. Je ziel zal je lijf verlaten. En in die overgang zul je (bewust of onbewust) gesteund worden door overledenen aan de andere kant. Ik zal je helpen dat contact te versterken.

Ik ben en blijf dokter. Ik kan daar waar nodig medische adviezen en informatie over het ziekteproces geven (wat is er met je lichaam aan de hand?) en behandeling (Wat doen de medicijnen? Wat zijn de bijwerkingen? Wat kun je verwachten?). En ik kan je meer informatie geven over het levenseinde en euthanasie. Natuurlijk blijft de huisarts de behandelend arts. Ik pretendeer niet



Als arts

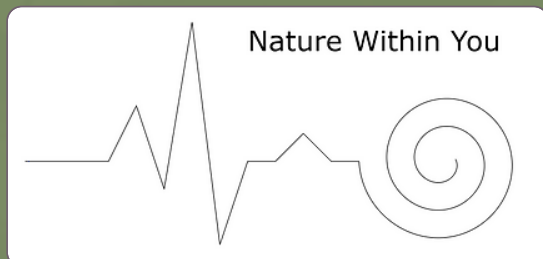
Als specialist spoedeisende hulp (SEH-arts) heb ik gewerkt in het ziekenhuis in Nijmegen en als arts heb ik gewerkt in het verpleeghuis en hospice in Zuid-Limburg. Momenteel ben ik als arts werkzaam bij Expertisecentrum Euthanasie (EE) en begeleid mensen met een euthansiewens.

Voor mij is het belangrijk dat de mens in zijn/haar laatste fase hier op aarde liefde en goede zorg krijgt, en met respect voor lichaam en geest en in liefde mag overgaan.

Als vrijwilliger

Als vrijwilliger heb ik gewerkt in het hospice in Mechelen, Zuid-Limburg. Mensen in de laatste fase van hun leven bijstaan. Een praatje, een hand, een lekkere zelfgemaakte soep, liefde en aandacht zijn kadootjes voor de ziel voordat hij weer op reis gaat.

deze essentiële rol over te nemen. Mijn rol is je te begeleiden en alternatieven naast regulier aan te reiken om de weg naar de overgang zo menswaardig en compleet mogelijk te maken.



Ervaring en scholing

1996-2002: Opleiding Geneeskunde
2002-2005: Klinische Genetica
2005-2010: Opleiding tot SEH-arts
2010-2012: SEH-arts
2012-2013: Arts in hospice
2013: meditatie cursussen (Tibetaans, Full Moon Cottage, Ireland)
2013-heden: Management Shamaan Little Grandmother, shamanistische trainingen internationaal
2015-2016: Cursus stervensbegeleiding
2015-2016: Opleiding tot Mindfulness Therapeut en Trainer
2015-heden: Docent bij Con Amore (Medische basiskennis)
2016: Docent (Medische Basiskennis) Instituut Blokdijk Eindhoven
2016: deelnemer congres: De dokter en de dood.
2016: Praktijkdag Mindfulness Trainer
2017: Praktijk Nature Within You
2017: Palliatieve sedatie en euthenasie, nascholing
2017: Euthenasie bij dementerenden, nascholing
2017: Nam Stervensbegeleiding cursus (Maria Kok)
2017 nascholing: Evidence based supportive oncology
2017 nascholing: nieuwe inzichten in het gebruik van natuurlijke stoffen bij kanker
2017: nascholing: de dokter en de dood.
2017-heden: werkzaam als arts bij EE (Expertisecentrum Euthanasie)
2018: 4-daagse Mindfulness en kanker training van Trish Bartley
2018: geven van nascholingen MBK: palliatieve zorg in de laatste fase
2017-heden: werkzaam bij Toon Hermans Huis Maastricht: Mindfulness trainer
2019: afgerond E-learning integrative medicine Arizona in treatment of pain
2019: afgerond verdieping STEM: "sterven op je eigen manier"
2019: Verbindend communiceren (training)
2019: Zingeving in de spreekkamer
2020: hartcoherentie training
2020: afgeronde E-learning: Nutrition & Cancer
2020: Webinar AIM: Integrale geneeskunde in de antroposofische (huis)artsenpraktijk
2020: vierdaagse compassietraining met David Dewulf
2020: webinars microbiom
2020-heden: webinars Carend
2021: compassietraining voor artsen
2022: training medische hypnotherapie bij OMNI

LAD-lid (Landelijke Vereniging voor Artsen) & KNMG-lid

2017: Registerlid AVIG (Artsenvereniging Integrale Geneeskunde) Vakgroep Natuurgeneeskunde.

AGB-code: 84105770