NOHS
Netherlands Oral Health Society

Vaisha Dev

Mei 2013 nr 10

Deelnemers Dental Camp najaar 2011

Najaar 2011:

KUMARISCHOOL:
1. Annigje Akkerman; TA
2. Pim Bink; TA
3. Brigitte Corsten; MH
4. Hilbrand Goedhart; TA
5. Rommy Goedhart; TA
6. Mandy Smit; MH
7. Kees sr. van Westerveld; TA
8. Kees jr.van Westerveld; student

CHITWAN:
1. Ton van den Broek; TA
2. Nathalie Dinaux; prev. Ass
3. Karlien Krabbe; MH
4. Hester Kuling; TA
5. Frans Njio; TA
6. Jolande van der Poort; ass
7. Tessa Segers; TA
8. Lisette Ranselaar; MH
9. Bernice Theuns; TA

Deelnemers Dental Camp voorjaar 2012

Voorjaar 2012:

KUMARISCHOOL:
1. Pim Bink; TA
2. Jurgen Bosgra; TA, KC
3. Ineke den Hertog; ass
4. Klaas Leemhuis; TA
5. Charlotte Mulders; MH docent
6. Kim Siderius; MH
7. Iris Sparreboom; TA
8. Hermiona Tintea; TA
9. Erik Wiegers; TA

CHITWAN:
1. Karin Biessels; tand tech
2. Joséphine Broer; prev ass
3. Cees Engels; TA
4. Joke Engels; ass
5. Anne van den Essenburg; TA
6. Willem de Lint; TA
7. Jan van Lokven; tand tech
8. Frederique van Looveren; TA
9. Monique Plaat; ass
10. Frank van der Rijst; TA
11. Sophie van de Vijfeijken; TA
12. Theo Willemsen; tand tech

www.nohs.nl

Colofon

Vaisha Dev wordt uitgegeven door de Netherlands Oral Health Society. Donateurs van de NOHS ontvangen Vaisha Dev kosteloos.
Door specifieke sponsoring van druk en porto wordt het uitgeven van Vaisha Dev mogelijk gemaakt.

Secretariaat NOHS
Wilhelminastraat 49, 6812 CT Arnhem
nohsaanmelding@hotmail.com

Bestuur NOHS
Gerjen Winkeler, voorzitter
Angela Bugel, secretaris, webmaster, organisatie Camps
Sander Weustink, penningmeester
Pim Bink, contactpersoon in Nepal, onderhoud materiaal
Willem de Lint, adviseur
Zie www.nohs.nl/contact voor taakverdeling bestuur

Samenwerkende organisaties
Mountain Leaders Treks: Keshav Pandey
Tamsarya: Trees van Rijsewijk

Redactie
Gerjen Winkeler, gerjenwinkeler@hotmail.com
Angela Bugel, angelabugel@hotmail.com

Donaties
Uw financiële bijdrage blijft onontbeerlijk om al ons werk ook voor de komende jaren te kunnen blijven voortzetten. Deelnemers betalen zelf hun reis- en verblijfkosten. De benodigde materialen worden via sponsoring en donaties bekostigd.
Rekeningnummer Rabobank 3229 34 877 t.n.v. NOHS

Cover
10 covers van Vasiha Dev

Van de voorzitter

Iedere keer als we bezig zijn met het samenstellen van Vaisha Dev mag ik me storten op 'het woordje van de voorzitter.' Altijd een goed moment om het afgelopen stichtingsjaar weer eens aan me voorbij te laten gaan. Op dit moment wordt mijn aandacht vooral getrokken door al het laatste nieuws in de media: nieuwe kabinetsplannen die mij gaan raken en waar ik niet vrolijk van word. Daarnaast is het in tandheelkundig Nederland ook onrustig met het afschaffen van de vrije tarieven en het invoeren van nieuwe tarieven per 1 januari a.s. Veel onrust en onduidelijkheid. Gelukkig wordt dit alles ook een beetje gerelativeerd door andere zaken waar ik me mee bezig houd: vrijwilligerswerk voor de NOHS.

Het blijft een luxe om er zeker van te zijn dat als je in Nederland kiespijn hebt de dezelfde dag nog geholpen wordt. Hoe anders is dat in Nepal. Weliswaar geen zorgpremie maar ook geen hulp voor handen. Minder geld naar ontwikkelingshulp vanuit Nederland maar het blijkt dat er veel mensen zijn die zelf hulp gaan bieden, of door er zelf te gaan werken op eigen kosten of door onze stichting te blijven steunen middels donaties en materialen. We kunnen nog steeds twee keer per jaar naar Nepal met enthousiaste vrijwilligers. We hebben een aantal mensen die veel tijd besteden aan de organisatie van die Camps, in Nederland, maar vooral ook mensen in Nepal. We prijzen ons zeer gelukkig met mensen als Deepak, Keshav en Pim die daar vaak, zonder dat we het weten, alles organiseren en in goede banen leiden samen met een grote groep Nepalese vrijwilligers. Samen de schouders eronder en je inzetten om goede Camps te organiseren om zoveel mogelijk mensen van die ellendige kiespijn af te helpen blijft ons gemeenschappelijk doel.
Naast de NOHS zijn er nog meer Nederlandse organisaties die in Nepal tandheelkundig bezig zijn. We hebben als stichting regelmatig contact met andere organisaties om ideeën uit te wisselen of te delen, om zaken op elkaar af te stemmen en te kijken of we op bepaalde punten kunnen samenwerken. Voor wat betreft het BAS! project op scholen in de regio Chitwan heeft Rien Koopmans van Medora het één en ander op papier gezet zodat we volgens een bezoekschema goed weten wie wanneer waar is geweest. Ook vanuit Nepal worden we op de hoogte gehouden hierover.

We hebben in het afgelopen jaar samen met Medora, DHIN en HIDT een aantal dagen op de Dental Expo gestaan om ons werk zichtbaar te maken. Dat was een groot succes! We hadden een prachtige banner laten maken met de slogan: Samen sterk in tandheelkundig ontwikkelingswerk! We hebben deelnemers kunnen werven, sponsoring kunnen regelen en veel oud-Nepalgangers gesproken. We hopen dit over 2 jaar weer samen te kunnen doen.

In maart heeft de DHIN een cursus gegeven bij Arnhem Dental over 'Tandheelkundig vrijwilligerswerk in ontwikkelingslanden'; een aanrader voor iedereen die als vrijwilliger gaat werken. Vanuit allerlei invalshoeken werden voordrachten gehouden. Ik blijf het zeer waardevol vinden om zoiets aan te horen omdat je dan niet alleen gefixeerd bent op het kiezen trekken maar ook gaat nadenken over de zin en onzin van ontwik-

Stand op de Dental Expo samen met Medora, DHIN en HIDT

kelingswerk. Op de website van DHIN meer informatie over deze cursus.

Zoals al gemeld in Vaisha Dev nummer 9 zijn er steeds meer stichtingen die onze BAS!-folder gebruiken voor het geven van tandheelkundige voorlichting in Nepal. Binnenkort gaan er twee teams van Medical Checks for Children de Brush At School! materialen gebruiken op verschillende locaties in Nepal. Wij verstrekken de folders aan organisaties die er mee willen werken in Nepal.
Philips heeft ons benaderd om mee te doen aan een spaarprogramma; op de website 'samensparenmetphilips.nl' zal hier binnenkort meer over te lezen zijn. We hopen dat dit ons als stichting een mooi bedrag gaat opleveren.
Onze 'huisontwerpster' Angela heeft hier weer hard haar best voor gedaan om iets moois te maken.
In het afgelopen jaar is ook de vernieuwde website de lucht in gegaan. Middels een live verbinding met webcam hebben Angela en Lars Anderson al veel bereikt. De puntjes moeten nog op de "i" gezet worden en we hopen ook dat de deelnemers leuke foto's en verhalen gaan maken voor de website zodat het geheel iets meer gaat leven.

Ook dit jaar weer iets nieuws voor het aanvragen van de werkvergunningen: het diploma moet in het Engels worden aangeleverd. Diploma's die niet in het Engels zijn laten we vertalen door een beëdigd vertaler van Univertaal.

Een Nepalese vrijwilliger/tolk

Olivier van Vlijmen heeft afscheid genomen van ons bestuur. Vele jaren was hij secretaris voor onze stichting, dank daarvoor!

Leuk initiatief van Theo Willemsen die de voorjaarsgroep heeft uitgenodigd in Bemmel om middels een sportieve activiteit elkaar beter te leren kennen voor de reis naar Nepal. Sander is daarbij aanwezig geweest en vond het ook plezierig om de deelnemers beter te leren kennen.
De reünie vond plaats bij Annemarie en Cees Engels thuis en vond ik zeer geslaagd, goed om verhalen te horen over het werken in Nepal. Dit geldt zeker voor mij omdat ik helaas al een tijdje niet meer mee ben geweest.

Dat brengt me weer bij de media die in deze tijd een grote rol spelen. Ook de NOHS doet mee op Twitter, Hyves en Facebook! Het blijkt een goede manier om op de hoogte te blijven van de zaken waar de NOHS mee bezig is en om in Nederland te lezen waar de deelnemers van de Camps in Nepal mee bezig zijn! En we hebben ook al Nepalese vrienden.

Dus.....blijf ons 'volgen' en 'liken'!

Namens het bestuur van de NOHS
Gerjen Winkeler
voorzitter
gerjenwinkeler@hotmail.com

Ook altijd aanwezig bij de Kumarigroep om te steriliseren is Thuladai, foto's: Jurgen Bosgra

Intro to CHCN Nepal

The presumption of the Community Help Centre Nepal is to generate socially civilized, financially prosperous and healthy people in the society and it was conceived to empower the underprivileged, needy women and children furthermore the befallen people who are deprived from development return by participating systematically in all the events. It was officially established in 2006 with the aim of excluding the illiteracy as well as the superstition that grips our society by encouraging backward people and the needy children who are deprived of education and health facilities through public awareness in addition to this it determines to carry on a head to devote for the development works for the society. It also aims to bring on creative and qualitative changes for the social development, ultimately contributing for the development of the country. This social organization is registered at District Administration Office, Chitwan and Social welfare Council. The Head Office of the organization is based in Bachhauli VDC-6, Chitwan.

Free Dental Camp; in the perception of society:
It's well known that free Dental Camps have been organized continuously by Community Help Center Nepal (CHCN) in the joint effort with NOHS since more than a decade. Community Help Canter Nepal (CHCN) has been a milestone in the sector of community works. There is a great contribution of CHCN in helping illiterate, helpless and underprivileged people, who are under the poverty line and have no access to health services. Especially, the Dental Camps that are held in rural areas in order to help the people who are deprived of education and health services. CHCN has a glittering image as it provides an ample amount of free services like Gyno Camps, Diabetes Camps, Eye Camps beside free Dental Camps. In addition, it is also leading the society towards healthy environment by launching sanitation programmes and by solving the environmental issues. Sometimes CHCN seems to be as if it had been a governmental organization by serving the works to be done by government. In fact CHCN is creditable for the healthy society. Such programmers are hoped to be extended to a great deal in further days. It is well known that CHCN is leading a society to brightness by entering the educational sector but not only the health sector.

Moreover, the establishment of several schools in rural areas has been a remarkable point. It is a matter of pride to express that a lot of deserving kids who were deprived of educational beam are being able to study. Poor and helpless students are provided with scholarship, which is really noticeable. Likewise, income-generating programmes like goat rearing and other are also launched for women who are lagged behind in the villages. So it is a matter of glory for CHCN to be a social wing of a society. It is quite gorgeous to say 'CHCN is of the society, to the society, and for the society'. In its history, statistically, it is to be stated around 80,000 people have got benefits directly or indirectly.

A very important project is the School Health Program. This program is done partially on schools: Brush At School Program, and partially on the CHC, dental treatment of the pupils. The main goal is to make a start with the awareness about general and oral hygiene and to learn to practice this by washing hands and brushing teeth.
Accomplished programs:
- Over 80,000 patients have already been examined for the problems related to dental and oral in Chitwan with support from the NOHS.
- Various camps related to gynecology (polyps) have been conducted in different parts of Chitwan with support from Woman for Woman, The Netherlands
- Scholarship programs for the underprivileged students (mainly for girls) have been provided in-association with RHEST.
- To encourage the dependent farmers and women goat keeping programs have been conducted.
- Financial support has been granted to the schools for the physical infrastructure.
- Programs have been undertaken to set up shelter for the very poor and befallen people

Beside this, many more programmes are completed, which are all due to nothing other than CHCN. Today, this organization has reached to its triumph and success. All this is only possible due to the technical support of the NOHS, Medora Health Foundation Nepal and Women for Women. Otherwise, it would not have been possible to do all these sorts of works being a single; as we know 'A single hand is unable to clap'. We certainly like to say thanks to all above-mentioned organization. Mainly The NOHS and MEDORA, as all the credit for the social work goes to Netherlands team for the help provided to the CHCN.

Establishment of Community Health Center (CHC) and the ambulance service for people of Bachhauli and surrounding is another feature of CHCN. That's why CHCN are creditable for being the pioneer in such kind of social work. And it's the very reason for the admiral and applause of CHCN, NOHS, WFW and MEDORA. Their serving hands are too boundless that admiring words are always inadequate to express the gratitude towards them. Sometimes, there were difficulties in organizing Dental Camps due to the political instability, strike and many more….. Nevertheless, CHCN team was always forward in the pursuit of its continuance. For this grandeur image, people are really grateful to CHCN and it's team. And the community is hopeful; such programmes will be held continuously in coming days.

Keshav Pandey, Founder President
Community Help Center Nepal (CHCN)
www.chcn.org.np

Wonen en werken in Nepal

Ik kom nu al 28 jaar in Nepal en woon er sinds enkele jaren 9 maanden per jaar en zie dat er heel veel aan het veranderen is. En de laatste jaren gaat het versneld.
Een van de pluspunten van de regering is de verbetering van de infrastructuur. Meer wegen en betere bestrating. Wat beslist niet wil zeggen dat het comfortabel is en dat merk je pas goed als je fietst. Op sommige delen is er geen verschil tussen een rivierbodem en de weg.

De veranderingen gaan snel. Er is berekend dat bijna 90% van het nationaal inkomen uit het buitenland komt. Veel families hebben een familielid die in het buitenland werkt. Er zijn tijden geweest dat er wel 400 Nepalezen per dag het land verlieten om elders te gaan werken. Werk is een groot probleem en ik ben nog geen politieke partij tegen gekomen die dat als belangrijkste punt in zijn programma heeft. Er wordt ontzettend veel vergaderd maar naar mijn gevoel zonder resultaat.

In 1995 heb ik de NOHS opgericht met het doel twee keer per jaar een Dental Camp te organiseren en tevens verpleegkundigen die werkzaam zijn in ziekenhuizen van de overheid de extractietechniek bij te brengen en hun een instrumentarium te geven.
Dat gaf twee voordelen: én ze konden pijn bestrijden én ze kregen meer inkomsten.
Nu komen er steeds meer opleidingen voor simpele tandheelkunde; en dat is wat ik voor ogen had; dat het door de Nepalezen zelf gedaan wordt.

Ik doe de Dental Camps nu al 17 jaar en iedere keer is het voor mij toch altijd wat droevig als na het Camp de mensen weer vertrekken. In die 8 dagen dat je samenwerkt ontstaat er een verbondenheid.

Keshav werkt in het district Makwanpur en ik werk in het district Nawalparasi. Deepak van de Kumarischool is daarbij mijn rechterhand. Vooral op het gebied van de organisatie; wat elk jaar weer problemen geeft door de ondoorgrondelijk bureaucratie van de Nepalezen. Maar elk jaar lukt het toch weer de benodigde toestemmingen te krijgen.

Sedert 2008 werk ik regelmatig op de Kumarischool.
Kawasoti, het dorp van waaruit je het weeshuis Kumari kunt bereiken, is een lintdorp van 4 km langs de hoofdweg. Deze hoofdweg is in 1960 gereed gekomen en verbind oost met west. Het is een levensader. Al het verkeer dat van India naar Kathmandu gaat, gaat over deze weg. Vandaar dat het ook zo gemakkelijk is om het verkeer stil te leggen door deze weg te blokkeren. En dat gebeurt nu nog regelmatig. Zo een blokkade wordt in Nepal “Banda” genoemd wat ‘sluiten’ betekent.
Drie dagen in de week houd ik spreekuur in het Kumari Health Centre en het aanbod van patiënten is nog onvoorspelbaar. De ene keer 15 en de andere keer niets. De apparatuur in de behandelkamer is nu 9 jaar oud en geeft soms de vreemdste problemen. Nu zijn de plastic slangetjes aan vervanging toe omdat ze zo broos geworden zijn dat een aanraking ze al doet breken. Dan is de infrarood schakeling uitgevallen omdat er een insect op zit.
Door het sterk wisselende voltage was een transistor van de ultrasoon reiniger opgeblazen. Maar het is mij gelukt om in Kathmandu een vervangende transistor te krijgen. Ik heb een soldeerboutje zodat ik de reparatie kon voltooien. En nu heeft de reiniger weer de geest gegeven en heb ik de printplaat mee naar Nederland genomen voor reparatie. Dan doet de afzuiger het weer niet en na lang zoeken ontdekte ik dat de ontluchtingsopeningen van de motor door een sluipwesp waren dichtgemaakt. Grapjes van Nepal....

Als dan het Dental Camp afgelopen is begint het schoonmaken. Met een hogedrukspuit reinig ik de aluminium kisten want door transport en staan in de aarde worden ze toch smerig.
Dan het sorteren, nakijken en aanvullen van het instrumentarium. Soort bij soort in de trays en van schoon papier voorzien.
Luchtfilters en olie van de aggregaten nakijken en zonodig reinigen want ze staan toch weer een half jaar stil. Het is verbazingwekkend hoe stoffig Nepal is; zelfs in de regentijd.
Ik zie het in de badkamer van ons huis in Kawasoti dat elke morgen de vloer smerig is door het stof dat binnenkomt door het raam op een kier staat.

Alles kan in rust gedaan worden omdat de Nepalezen nooit haast hebben. Met recht kun je spreken dat een gehaaste Nepalees een contradictio in terminis is.
Maar de onthaasting in Nepal heeft zijn positieve kant. Rond 7 uur in de morgen krijg ik een heerlijke kop koffie met buffelmelk. En zittend op de stoep voor ons huis in de zon is het een weldaad zo de dag te beginnen.....

Pim Bink
(inmiddels een halve Nepalees....)

Op de Kumarischool, foto: Jurgen Bosgra

Alweer naar Nepal.....

In maart was het weer zover. Alweer naar Nepal, de 8000 km werden weer voorspoedig overbrugd, 2 uur sneller dan gepland met de wind mee, en zo stonden we een dag na vertrek weer midden in het chaotische maar gezellige en sympathieke Kathmandu. Voor de recidivisten een beetje het gevoel van weer thuiskomen; zij die voor het eerst komen kijken hun ogen uit. De groep die deze keer de oversteek waagde was buitengewoon hecht en sociaal. Zou het aan de charismatische leiding van Cees Engels, bijgestaan door zus Joke, liggen? In Kathmandu volgden de gebruikelijke acclimatiseerdagen met voor de tandartsen het bezoek aan de Medical Council. Na het juist beantwoorden van vragen als 'hoe spreek je je naam uit' en 'voor de hoeveelste keer ben je in Nepal' werden we in staat bevonden hier aan het werk te gaan. Naast dit 'examen' hebben we ook nog aan sightseeing gedaan: Pashupatinath: de lijkverbranding, de 'apentempel' Swayambunath, de grote Bodnath stupa en de twee andere koningssteden Patan en Bhaktapur. Kathmandu is dus die ene.

Maandagochtend vroeg werden we met zijn allen in een bus gepropt om naar de Dental Camps te worden gebracht. Omdat de wegen tegenwoordig best redelijk zijn hadden we tijdens de busreis nog tijd voor een aardig uitstapje: Manakamana, met een kabelbaantje (gelukkig geproduceerd door een welwillende Alpenstaat) over de rivier naar de andere kant. In Manakamana was op dat moment net het een of andere 'feest' aan de gang: een gegons van belletjes, ongebruikelijk uitgedoste mensen, geluiden van kippen en andere dieren, rook, van alles. Bloederig, spiritueel en indrukwekkend voor ons nuchtere westerlingen. De wensen van de offeraars worden verhoord door de god die daar over gaat. Hopen ze. In ieder geval weten wij nu wel allemaal hoe je een kip of geit moet slachten. Een flink aantal kilometers later moesten we helaas afscheid nemen van de groep die naar de Kumarischool ging, wij gingen door naar Chitwan en omstreken deze keer.
Even mochten we daar genieten van het luxe eten en de comfortabele slaapverblijven. Op de planning stond namelijk dat we naar Madi gingen, aan de andere kant van de Chitwanese jungle, richting Indiase grens. Keshav bleek het met de autoriteiten op een akkoordje te hebben gegooid: bij hoge uitzondering mochten we met jeeps dwars door de jungle i.p.v. er netjes met een flinke omweg omheen. Dus de volgende dag op een goddeloos tijdstip uit de veren, eerst met een 'kano' (uitgeholde boomstam) over de Rapti rivier en vervolgens met de jeeps (eigenlijk Suzuki of Mahindra) op pad. En dan zie je nog eens wat: olifanten, herten, apen, termietenheuvels, een paar verdwaalde Maoïstjes, rare rode bloemetjes in bomen, te veel om op te noemen, maar ondanks gehots en gebots van de auto's een mooie trip.
Tja, en toen kwamen we in Madi: bepaald geen toeristische A locatie: we belandden in een uiterst eenvoudige lodge, kregen suiker met T en daarna ook nog echte T toen duidelijk werd dat we het wel heel erg veel suiker vonden. De kamers waren piepklein, hadden wél elektrisch licht! Op mijn vraag waar de

Foto's bij dit artikel: Frank van der Rijst

Boven: vervoer naar het Dental Camp
Onder: ontvangstcomité in Madi

schakelaar was werd mij op een rode en een zwarte draad gewezen: bepaal welk van de 2 de nul is, buig daar na de isolatie gestript te hebben een rondje aan en hang die over de andere heen, en zie daar: er was licht. Maar we konden er slapen en de meegenomen koks van het Chitwanese Unique probeerden met succes eetbaar eten voor te zetten en we hebben overleefd, het was ook maar 4 dagen. En niet iedereen is gewend aan (bloem)kool en gebakken aardappels als ontbijt... Al snel moesten we naar onze werklocatie alwaar we verwelkomd werden dor een uitgebreide vertegenwoordiging van het dorp. Eerst het gebruikelijke Nepalese ritueel, toespraken een rondje voorstellen zowel van hun als van onze kant. Bloemenkransen en allemaal een vette rode tika op het voorhoofd. Onze vestigingsplaats was een nog niet opgeleverd nieuwbouw gezondheidscentrum, luxe! Daarna zo snel als mogelijk het kamp opgebouwd en doorgewerkt zolang er nog wat zonlicht beschikbaar was. Dus dat was toch nog zo´n effectieve 6 uur. De vrijwilligers waren van wisselende kwaliteit, gelukkig waren er hele goede bij. Eén van de goeden was de plaatselijke medicijnman die door Cees helaas hardhandig verwijderd moest worden omdat hij het maar niet kon laten zijn telefoon net iets belangrijker te vinden dan tolken en helpen.
Grappig ook dat de pas afgestudeerde tandartsen de eerste paar dagen nog wel eens van de diensten van de oude knarren gebruik moesten maken, maar daarna ook heel goed de eigen boontjes bleken te kunnen doppen. Misschien waren ze zelfs wel productiever,

of destructiever? Maar goed, we hebben in Madi ongelooflijk veel gedaan, onze extrapolerende gedachten gingen reeds uit naar meer dan 2000 patiënten voor de gehele 8 daagse periode... In de lodge was het 's avonds gezellig: de 85 jarige pater familias van het hotel speelde ook een spelletje Yahtzee mee, niet gehinderd door gebrek aan kennis van de taal of spelregels had hij het enorm naar zijn zin, en won.
De terugreis ging net als de heenreis, zei het in omgekeerde richting, we zagen bij die gelegenheid ook nog neushoorns. Er was wel een klein smetje betreffende het aanvangstijdstip van de terugreis: we moesten voor zonsondergang de jungle door zijn, we wilden ook zo veel mogelijk patiënten nog behandelen die dag én er moest ook nog een slotceremonie gehouden worden. 's Avonds hadden we een smulbuffet in Unique Wild resort, en rolden met goed gevulde buikjes in ons luxe bedje.
De dag erop was het eendaagse weekend dat op een doordeweekse dag viel en werd in het gezelschap van de Kumarigroep doorgebracht: gezellig! Zes uur 's morgens voor de liefhebbers een kanotocht over de Rapti rivier, daarna het Elephant breeding Centre met, o schattig, 2 baby olifanten, daarna ook nog óp de olifant en er vooral ook ernaast in de rivier en of dat niet genoeg olifant is 's middags nog een olifant safari, maar daarbij géén neushoorns gezien.

Na deze rustdag was er nog voorzien in 2 2-daagse kampjes. De eerste konden we als forensen bereizen vanuit Unique, bij de tweede hoorde weer een slaaparrangement.
Daarheen werden we dan weer vervoerd in een open jeep achtig voertuig. Onze nieuwe werkplek werd een schooltje te midden van bananenplantages. De gebitten waren daar beter zodat we eindelijk fatsoenlijke kiezen konden trekken. Bij aankomst moest volgens Nepalese traditie het meeste voorbereidende werk nog geschieden: klaslokalen van banken ontdoen en overmaat aan stof en vuil wegwerken. Maar in de 2 dagen daar ook weer veel werk verzet.
Daarna kwam het laatste project: een klein bergdorpje in de buurt van Shaktikor. De reis was mooi, we troffen daar echt barre armoede aan: kinderen met smoezelige overhemden met vaak nog maar 1 of enkele knopen. De gebitten van een paar schoolklasjes werden gecontroleerd, ze kregen een briefje mee voor de ouders, want zonder hun toestemming kunnen we niets doen, die zagen we dus de volgende dag niet terug! Daarnaast nog een paar handjes vol extracties in deze 2 dagen. We hebben tussendoor maar wat puzzeltjes opgelost, kwamen inderdaad niet aan een totaal van 2000 patiënten. De slaap- en eetgelegenheid was heel bijzonder: een zware klim in de warmte en na 45 minuten waren we 200 meter hoger en bij de lodge. Het wachten op Dhal Bat duurde lang. We moesten met de handen eten: geen bestek beschikbaar op deze hoge locatie. Later bij de koffie en thee bleek dat ze ons graag een keer in de rijst wilden zien spitten, naast de kopjes lag een flinke berg lepels!
De dag erop dus nog maar heel weinig patiënten, waar we dus om gevochten hebben, behalve Cees die zelf een bos aan het omzagen was in een van de behandelstoelen.
Daarna de ceremonie waarbij bleek dat een jongetje heel mooi kon zingen, de kinderen kregen kitschshirtjes die ze prachtig vonden en wij hobbelden weer naar beneden, achter in een pick-up deze keer, de chauffeur komt niet in aanmerking voor een juichend getuigschrift...
Voor mij nieuw was dat bij dit camp ook een tandtechnische delegatie was: Jan, Theo en natuurlijk Karin. Zij hebben een aantal mooie PP's gemaakt. Onder andere voor een 14 jarig schoolmeisje dat echt verschrikkelijk blij was. Toch fijn dat er ook nog opbouwend werk gedaan wordt. En natuurlijk werd er ook veel aan preventieve voorlichting gedaan op scholen.

Terug in Chitwan maakten we ons op voor een splitsing in diverse ongelijke delen, enkelen gingen naar NL, een paar naar India, en ons groepje ging voor een trekking in de Annapurna bij Pokhara, 2 dappere dames zelfs tot aan het basecamp. De eerste dag 3300 treden beklommen om er even in te komen. We werden beloond met veel mooi natuurschoon, een onvergetelijke zonsopkomst op Poon Hill en uitbundig bloeiende rhododendrons.
Daarna teruggevlogen naar Kathmandu, de gebruikelijke souvenir- en koopjesjacht, nog een keer gezellig met z'n allen uit eten en voor je het weet sta je weer op Schiphol.

Je wordt wel eens beschuldigd gewoon een ordinaire extra vakantie te houden voor je eigen plezier: 3 weken van huis en maar 8 dagen werken! Toegegeven, vooraf, tussendoor en na afloop doen we dus hele leuke dingen die zeker de moeite waard zijn en dus ook helemaal niet erg. Maar voor de aspirant Nepal vrijwilligers: het is echt een zware klus, in de warmte met rijen mensen die héél graag ook geholpen willen worden. En dat ook onder primitieve omstandigheden met beperkte middelen. Maar nu, zittend voor m'n tentje op slechts 700 km van huis, kan ik pas echt zeggen: dít is vakantie.
Dat was het, bedankt Cees, Joke, Anne, Fredrique, Jan, Josephine, Karin, Monique, Theo, Sophie en Willem voor hun plezierige bijdrage aan het kamp en aan alweer Anne en Frederique maar toch ook aan Klaas en Eric voor hun gezellige aanwezigheid op de trekking. En ook Karin en Monique die een klein stukje met ons opliepen. En natuurlijk ook hen die naar Kumari waren en die wél meer dan 2000 patiënten hielpen, maar... ons gemiddelde per patiënt lag dan weer hoger. Maar hopelijk leest u elders in dit blad hun eigen verslag.

Frank van der Rijst

www.nohs.nl

25 jaar Stichting Tamsarya!

Een baby van vier maanden oud met haar doofstomme moeder bracht ik in 1988 naar Tulasi Meher Mahila Ashram, een centrum voor 300 dakloze moeders en kinderen, vlakbij Kathmandu.

Tulasi was een vriend van Mahatma Ghandi die in 1984 werd vermoord. Tulasi besloot naar Nepal te vluchten en zette zich in voor de vrouwen en kinderen die werden verstoten. De baby die later de naam Rita krijgt, overleeft het, dankzij een verpleegkundige die met haar eigen baby in het gras zit en meteen Rita aan haar borsten laat drinken. Een rondleiding brengt mij bij een oude put van slechts 6 meter diep, die alle bewoners van het centrum van water moet voorzien. Dat kan toch niet een tekort aan WATER, onze eerste levensbehoefte? Ik startte een actie met als gevolg dat met de opbrengsten van 10.000 gulden een dertig meter diepe pijp de grond in gaat. Het resultaat laat niet lang op zich wachten en het diepe bronwater spuit naar boven, vult de leidingen en ziedaar het centrum heeft nu nog altijd voldoende water. Afgelopen jaar bezocht ik het centrum opnieuw en ik kon mijn ogen niet geloven dat de waterpomp na 25 jaar nog steeds werkt en de man die er zorg voor draagt werkt er inmiddels al 40 jaar.

En Rita, waar is zij gebleven, wat is er van haar terecht gekomen? Op 8 jarige leeftijd vroeg zij me of ze in het weeshuis de Kumari-school mocht wonen en inmiddels werkt zij als een geboren manager op de Kumari-school en de omliggende projecten en kan alles! Ze is altijd en overal inzetbaar: de ene dag geeft ze les of werkt in de keuken indien nodig, de volgende dag gaat ze mee op kamp om de Nederlandse artsen te assisteren en bij elk tandartsenkamp is Rita met haar 'gouden handen' onmisbaar ongeacht wat van haar gevraagd wordt. Kortom Rita is een natuurtalent in organiseren en assisteren. Een onmisbare Nepalees! Het bijzondere van haar is dat ze niet alleen héél geliefd is bij Nepalezen en Nederlanders maar dat zij ook de Neder-

De dochter van Tulasi: Rita, inmiddels onmisbaar op de Kumarischool!

Dakloze moeders in het opvangcentrum

landse cultuur begrijpt, ook al is zij nooit in Nederland geweest.

En nu 25 jaar later kunnen we terugkijken op de geboorte van vele projecten in de wijde omtrek van het district Nawal Parasi en enkele andere districten. We gaven gehoor aan de vele arme mensen in de afgelegen gebieden, waar ook 42 scholen werden gebouwd voor duizenden kinderen die voorheen geen school hadden of een openluchtschool.

Totaal ontvingen 165.000 mensen medische hulp, waarvan 25.300 mensen tandheelkundige hulp kregen. Samen met een andere organisatie in Nepal hielp de NOHS meer dan 50.000 mensen. 'Himalaya's' rotte kiezen en tanden werden getrokken.
Behalve de bouw van 42 scholen, een weeshuis waar 243 kinderen een toekomst krijgen, een gezondheidscentrum, een bloedbank, een opleidingscentrum waar inmiddels 200 arme meisjes werden opgeleid tot vroedvrouw, werden er bruggen gebouwd over rivieren en bruggen gebouwd tussen rijk en arm, 12.000 fruitbomen geplant waar vitaminen en microkrediet aan de bomen groeien.
Binnenkort gaan de poorten van het eerste moeder kind ziekenhuis voor arme mensen open.

En wat zijn de vooruitzichten?
Met een stevige visie als basis een groot luisterend oor voor die Nepalezen die het zwijgen werd opgelegd en voor wie hulp nog steeds ontoegankelijk is, zullen we de komende jaren nog meer duurzame en mooie projecten realiseren.

Graag wil ik NOHS en alle tandheelkundigen bedanken voor de prettige samenwerking gedurende vele jaren!

Trees van Rijsewijk
www.tamsarya.nl

Project Tamsarya: Moeder-Kind Ziekenhuis met tandartsenkamer

Acties voor het goede doel

We mogen weer een groot aantal deelnemers als donateurs verwelkomen. Daar kunnen we weer veel goed werk mee doen. Als donateur ontvangt u ons magazine. Naast individuele giften van onze donateurs ontplooiden zich nog een aantal initiatieven waarvan de opbrengst ten goede kwam aan de NOHS:

Sponsoring materialen:
- Tandtechnieker TTL Sips Oosterhout
- Hofmeester Dental Rotterdam
- Tandartspraktijk Piëst-Beugeling Eelderwolde
- Tandartsen onderling
- KBC Bank Drongen (Gent), België
- Suzanne van der Weij-Steeghs; Suzanne@beautiful.nl

Opmaken jaarrekening:
- Avivos

Donaties:
- donatiepot praktijk Hester Kuling
- via Gerco van Beelen, Lions Katwijk
- Arnhem Dental
- Arnhemse Tandartsen Vereniging

Overige:
- Els Spin, Univertaal, helpt met het vertalen van de diploma's t.b.v. de Dental Camps
- Tolmeijer voor faciliteren verzending en cursusruimte voor kennismakingsmiddagen

Iedereen die een actie wil houden voor de NOHS en promotiemateriialen nodig heeft kan contact opnemen met Gerjen Winkeler: gerjenwinkeler@hotmail.com

Word Donateur en steun onze Dental Camps

NOHS
Netherlands Oral Health Society

Oral Health Care for Nepali Children

नेपाली बालबालीकाहरुका लागी दाँत र मुख स्वस्थ राख्न ध्यानपुऱ्याऔं

www.nohs.nl

Plak hier svp uw postzegel

Netherlands Oral Health Society
Wilhelminastraat 49
6812 CT Arnhem, Nederland

Word Donateur en steun onze Dental Camps

Giften en donaties hebben we nodig voor instrumenten, medicamenten, materialen voor het BAS! programma en het opleiden van Nepalezen.
Ja, ik meld mij aan als donateur (minimaal € 20,- per jaar) van de NOHS.
Hiermee steun ik de Dental Camps in Nepal en ontvang als donateur het magazine Vaisha Dev.

Naam _____

Adres _____

Postcode/woonplaats _____

Telefoon _____ e-mail _____

Post/bankrekeningnummer _____

Ik machtig de NOHS tot wederopzegging een bedrag van € _____ per kwartaal / per jaar (*) automatisch te incasseren van mijn post/bankrekeningnummer.

Datum:

Handtekening:

(*) svp doorhalen wat niet van toepassing is

NOHS
Netherlands Oral Health Society

Acties voor het goede doel: Lezing Rotary

Sponsoren NOHS Najaar 2011

Vanaf het moment dat ik me had aangemeld voor het najaarskamp 2011 bij de NOHS wilde ik graag sponsoren vinden. Geld werven voor zo'n goed doel als de NOHS vind ik er een beetje bijhoren als je je aangemeld hebt als vrijwilliger.
Wat zou ik allemaal kunnen doen?
Een spaarpotje voor geld voor de NOHS in mijn wachtkamer zetten was een optie maar durfde ik niet goed. Ik heb veel patiënten die het zelf ook niet breed hebben.
Dus verder gezocht en inmiddels ook mijn jaargenootje en goede vriendin gevraagd of ze misschien ook mee wilde.
Inmiddels had ik ontdekt misschien een ingang bij de Rotary Club Heeze te hebben. Via deze bekende mocht ik een lezing komen houden over de NOHS en ik heb daar een PowerPoint presentatie voor gemaakt. Ik heb daar een lezing mogen houden van zo'n 45 minuten. Men was vooral zeer enthousiast over het BAS-project!
Rotary Club Heeze heeft naar aanleiding daarvan een aanzienlijk bedrag overgemaakt aan de NOHS.
Inmiddels had mijn jaargenootje besloten om niet mee te gaan maar ook zij wilde de NOHS sponsoren.
En uiteindelijk via familiebanden vond ik nog een derde sponsor; Drukkerij Gielen uit Bergeijk.
Ook deze firma heeft geld overgemaakt aan de NOHS.
Graag wil ik deze sponsoren allemaal hartelijk bedanken!
Er zijn een paar foto's gemaakt in Nepal om dit te laten zien. Al zijn ze misschien niet al te duidelijk gelukt, nogmaals veel dank!
Ik hoop ook dat door het schrijven van dit stukje ik weer nieuwe sponsor acties kan stimuleren,
Het is echt de moeite waard om je hiervoor in te zetten!

Brigitte

Rotary Club Heeze

gielen DRUK PRINT WEBMEDIA

Acties voor het goede doel: ouders Léonie 40 jaar getrouwd

Geachte voorzitter,

Wij zijn de ouders van Léonie Dumoulin (mondhygiëniste uit Groningen) die ons na elk verblijf in Nepal enthousiast vertelt over de dankbaarheid van de Nepalezen en het aantoonbare effect van jullie project op de gebitskwaliteit van m.n. de kinderen.

Afgelopen weekend vierden wij onze veertigjarige bruiloft. Onze gasten hadden we gevraagd een schenking te doen voor de NOHS. Het ingezamelde bedrag heb ik zojuist overgemaakt.

Wij wensen jullie veel succes en plezier met de NOHS en het overbruggen van de cultuurbarrières.
De laatste Vaisha Dev, waarvoor mijn complimenten, hebben we inmiddels via Léonie ontvangen.

Met vriendelijke groeten,
François & Marjon Dumoulin - van Woerden Hengelo

www.nohs.nl

Léonie en Willem in Chitwan

BAS! Bij het Danielle's Childrens Fund in Kathmandu

Op verzoek van de NOHS brachten we wederom een bezoek aan dit centrum voor kinderopvang.
Gewapend met tandenborstels en tandpasta werden we hartelijk ontvangen door het onderwijzend personeel en onder de gebruikelijke thee-ceremonie werden we op de hoogte gebracht van het reilen en zeilen in deze dagopvang voor zo'n 60 kinderen.
Op de hoogte gebracht door de twee mannen, de acht vrouwen en meisjes zitten er zwijgzaam bij. Maar met aan de persoon gerichtte vragen krijgen we wel antwoorden van ze. Engels, geen probleem. En het blijft verbazingwekkend dat de mensen er met weinig middelen in slagen het huis/school spik en span-schoon te kunnen houden. Je kunt er echt van de vloer eten. OnNepalees...
Om het pand waren er wat bouwactiviteiten die inmiddels tot resultaat hebben geleid dat er uitbreidingen zijn gekomen en een geplaveide speelplaats.
Maar hoe komen we daar ook alweer; want geen adres zoals we verleden jaar ook al ervaren hebben. Dus een taxichauffeur komt er ook niet. Nou dus gewoon middels de gsm.
Je maakt een afspraak en dan staat er dan en dan, zo en zo laat, daar en daar langs de hoofdweg iemand te wachten om door ons opgepikt te worden.
En zo komen we er ook.....
In de kinderopvang zijn verschillende niveaus voor de leeftijdsgroepen en onder de enthousiaste en zeer gemotiveerde staf krijgen de kinderen les en er wordt natuurlijk ook veel gezongen en gedanst!
Omdat de ouders beiden moeten werken (onder omstandigheden die wij ons niet kunnen voorstellen, o.a. wordt de Bagmati-rivier door hen nagepluisd op eventueel bruikbare resten), voorziet dit centrum in opvang overdag voor hun kinderen. Een geweldig project, dat onze steun hard nodig blijft houden!

Joke Engels

De Brief

Brigitte leest de brief voor

Dit verhaal gaat over het uitwisselen van vragen van leerlingen groep 7/8 in Nederland (Bergeijk) met kinderen op school in Nepal (Kawasoti).

Toen mijn zus hoorde dat ik in Nepal vrijwilligerswerk ging doen met de NOHS wilde zij direct mee; helaas had zijn geen tandheelkundige achtergrond en gingen anderen voor.
Ze is onderwijzeres en staat voor de klas voor leerlingen van groep 7/8.
Mijn zus heeft toen met haar leerlingen bedacht dat het leuk was om een brief te schrijven met vragen aan kinderen in Nepal. De kinderen hadden ook allemaal een kleine tekening (picto-kaartje wat het BAS-project uitbeeld) gemaakt voor een kind in Nepal en deze geplastificeerd aan mij meegegeven om uit te delen in Nepal.

Ik heb deze brief en kaartjes uitgedeeld in de klas met de oudste groep van de Kumarischool in Kawasoti. Op deze school zitten 82 weeskinderen.
Gedurende ons Dental Camp verbleven wij met ons team hier.
Wij sliepen in het ziekenhuisje wat ook op dat zelfde terrein is gevestigd.
Het was heel bijzonder om daar te zijn en we zijn enorm hartelijk en welkom ontvangen.

Elke dag zagen we veel van alle kinderen en we hebben best een goede indruk gekregen over het leven van deze weeskinderen. Om 6.15 uur iedere morgen werden we gewekt door het klappen en stampen op de grond omdat de kinderen dan ochtendgymnastiek hadden. Ik vond dat er bijzonder goed voor hen werd gezorgd; ook krijgen ze goed onderwijs. Mijn complimenten voor de staf en alle medewerkers en leraren!

Ochtendgymnastiek, foto: Klaas Leemhuis

Terug in Nederland heb ik de klas van mijn zus bezocht. Ik had een PowerPoint presentatie gemaakt met alle belevenissen uit Nepal. En natuurlijk had ik de brief weer bij me en nu met alle antwoorden. De kinderen waren reuze enthousiast en misschien gaat hun school de volgende keer, als ze weer iets voor een goed doel willen doen, kiezen voor de NOHS.

En dat allemaal door de brief!

Brigitte
mondhygiënist

www.nohs.nl

Etenstijd voor de kinderen op de Kumarischool

5 jaar tandtechniek in Nepal!!

Dit jaar was een jubileum: 5 jaar tandtechniek in Nepal! Al die jaren gaan Jan van Lokven en Theo Willemsen naar Nepal om hun vak en passie uit te oefenen. En dit jaar werd hun team versterkt door mij, Karin. Ik werk al jaren met Theo samen en moet dus ook al die jaren aanhoren hoe geweldig het is in Nepal! Als Jan dan weer eens langskomt om de KPT cursus te geven en met Theo over Nepal begint te praten dan lachen wij altijd. Pffff daar gaan we weer: Nepal voor.....Nepal achter.....
Maar het laatste jaar begon het bij mij toch wat meer te kriebelen. Zou het niks voor mij zijn? Lijkt me best wel leuk om zo primitief te werken. En dan al die verhalen over olifanten, neushoorns, mooi weer en de Himalaya. Uiteindelijk na veel overleg met het thuisfront: man, 3 kids en de hond toch het besluit genomen:
Ik ga mee naar Nepal!!!!!!
Na een kennismakingsmiddag in Arnhem zijn we begin februari nog eens bij elkaar gekomen voor een ontmoetingsdag in het kruisboogcentrum in Bemmel. Daar had Theo een leuke dag voor ons georganiseerd om de groep alvast wat beter te leren kennen. Een wedstrijd kruisboogschieten, een puzzeltocht door het mooie landschap en een heerlijke lunch. Die dag en op de kennismakingsbijeenkomst konden we alle vragen stellen aan degene die al eerder geweest waren.

Op 9 maart was het dan zover.
Een lange reis voor de boeg die eigenlijk achteraf best wel meeviel. Maar de aankomst in Nepal was heftig. Je kunt je niet voorbereiden op zo'n land. De warmte, de chaos, de drukte, de herrie en de geuren! Ik ben die avond tijdens het eten dan ook even "ingestort". Dan merk je gelijk dat je niet alleen bent maar met een heel team die allemaal meeleven.....en dat was hartverwarmend.
De eerste dag in Nepal begon ik dan ook met een goed gevoel. De groep was vanaf het eerste moment heel hecht. Geen verschil in de Kumari- of Chitwangroep en ook geen verschil in tandartsen of technici, gewoon één groep gezellige mensen! We hebben dan ook alles samen gedaan: de tochten door Kathmandu, het avondeten en de heerlijke ontbijten bij Gaja!
Maar helaas moesten we uit elkaar.
Wij gingen naar Chitwan waar we 4 dagen in Madi zouden gaan werken. Daarna een rustdag, samen met de Kumarigroep. En daarna 2 dagen de bergen in en 2 dagen in de buurt van Chitwan.
De tocht naar het eerste Dental Camp in Madi was indrukwekkend. Met toestemming van de government, had Keshav geregeld dat we in een jeep dwars door het National Park mochten. Heel gaaf. Madi is een heel klein dorpje bij de grens met India. En de mensen waren erg gastvrij. We sliepen in een "hotel" met 3 personen in 2 eenpersoons bedden.

Onze eerste werkdag!
Ik was erg benieuwd hoe dat zou gaan....
En het was top! Onze vaste hulp/tolk was er niet dit jaar dus kregen we een andere erg lieve en rustige jongen die na een tijdje alles zelf deed. Ik vond het geweldig om zo primitief te werken. Geen luchtdruk, geen stromend water, geen lampen. Alles wat we deden was anders dan in Nederland. En daardoor erg leerzaam. De patiënten helemaal! Wat hebben die mensen een engelengeduld. Ze blijven rustig uren op een stoel zitten wachten. Doen alles wat je vraagt ook al hebben ze vaak geen idee wat je gaat doen. Bij een dame hebben we een volledige bovenprothese gemaakt. Dit was heel leerzaam maar eigenlijk zonde van de tijd. In deze tijd konden we namelijk ook 5 of meer plaatjes maken. Maar toch was het de moeite waard om te zien hoe blij ze was en ik heb geleerd

hoe je een prothese maakt zonder al die mooie apparatuur die we hier hebben.
Na de rustdag, waar ik de beroemde olifanten, neushoorns, alligators, en nog veel meer heb gezien, zijn we de bergen ingegaan. Keshav had ons verteld dat we ongeveer een uurtje moesten lopen naar het Camp. En na het werk ook nog een half uurtje om bij ons pension te komen. Dus met z'n allen in de vrachtwagen tot aan het punt waar het te stijl werd en het niet verantwoord was om verder te rijden. Het was een zware klim maar met hele mooie natuur. Het dorpje waar we terecht kwamen bestond uit 2 huisjes; heel armoedig en primitief. Terwijl Jan en ik even zaten te genieten van de omgeving zagen we 3 mannen met een geit voorbij lopen, en voor dat we het in de gaten hadden was de geit onthoofd!! Nou, zei Jan, we eten vanavond geit! En inderdaad.... De mensen waren zo blij dat wij er waren en hadden als dank een geit voor ons geslacht. In dit Camp hebben we maar 5 plaatjes gemaakt, wat heel weinig is. Maar ik vond dit Camp het meest de moeite waard. Deze mensen wonen zo ver van de bewoonde wereld en ze wisten niet wat wij als technici kwamen doen. Dus toen we de tweede dag de plaatjes gingen plaatsen en mensen zagen wat wij maakten kwamen er heel veel aanmeldingen binnen. Maar helaas moesten wij toen weer gaan....

Ik heb na de Camps nog een trektocht gemaakt in de omgeving van Pohkara en ben uiteindelijk iets meer dan 3 weken weg geweest. Dit was voor mij de reis van mijn leven. Ik heb zoveel mooie dingen gezien die ik als toerist in Nepal nooit had kunnen Zien. Volgend jaar blijf ik nog even in Nederland. Maar over 2 jaar ga ik zeker weer mee!!

Dus aan iedereen die mee is geweest, alle mensen die achter de schermen zorgen voor deze reis: heel erg bedankt!!! Het was een reis om nooit te vergeten!!!!

Karin Biessels

Jan en Theo, foto Monique Plaat

Doorgekookte bloemkool en een ijskoude douche....

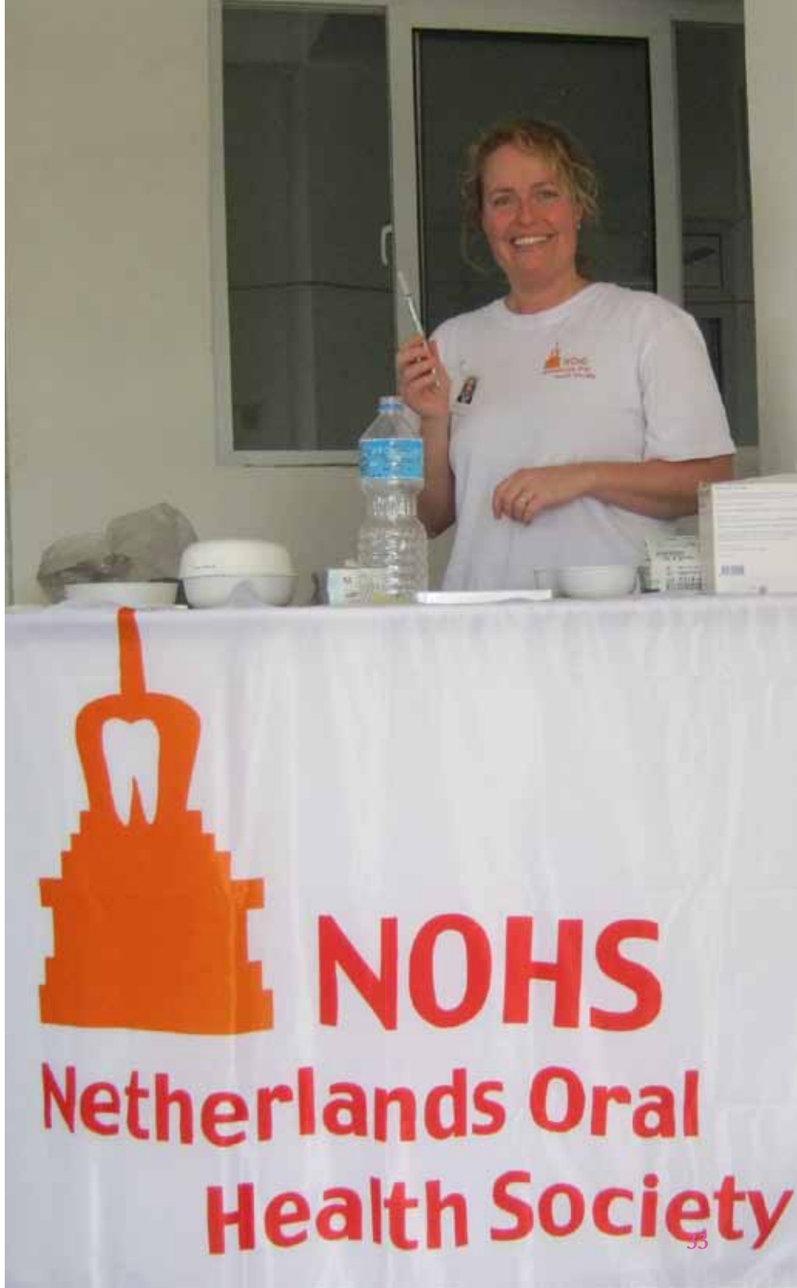
Na heerlijke verhalen, filmpjes, artikeltjes, de NOHS-site, smsjes, gezellige bijeenkomsten en verschillende activiteiten was de tijd dan eindelijk ook voor de voorjaarsgroep 2012 aangebroken… Nepal: Here we Come!!

Op 10 maart klokslag 18.30 in Kathmandu was de groep eindelijk compleet. Tijdens een heerlijk diner bij Gaya werd er volop gepraat over wat er deze twee weken ons allemaal te wachten stond. De volgende dag volgde het officiële gedeelte na een bezoek aan de plaatselijke zilversmid. We vertrokken met de bus richting Pashupatinath aan de heilige Bagmati rivier waar mensen van het Hindoestaanse geloof gecremeerd worden. Hier zijn veel tempels en bejaardenhome's wat er voor zorgt dat leven en dood heel erg dicht bij elkaar staan. Daarna zijn we richting de Stupa gegaan, de belangrijkste Tibetaanse Boeddhistische tempel van Nepal. Gezellig op een dakterras konden we op de Stupa uitkijken, genieten van een biertje en heerlijke typische Nepalese hapjes zoals momo's en peanuts sandeko. Op Zaterdag zijn we richting Bakthapur gegaan. Ook wel "de stad van de gelovigen" genoemd. Jaren geleden zijn, door een aardbeving, veel tempels verloren gegaan. Maar door heropbouw zijn er nog prachtige tempels te bewonderen met ontzettend mooi houtwerk. Veel uit hout gesneden pauwen; deze staan voor geluk. Op de pleinen maken mannen en vrouwen potten voor de verkoop en op veel plaatsen ligt rijst te drogen in de zon. We hebben door de straatjes geslenterd in ongeveer 30 graden. Mensen zitten voor hun huizen, kinderen spelen en rennen rond, de slager en de poelier staan in de brandende zon. Fruit en ander etenswaar wordt verhandeld en de mensen van de souvenirs winkeltjes zijn blij om weer toeristen te zien. Een offer werd gebracht voor een jongen omdat deze twaalf jaar oud werd. De hele familie komt bij elkaar en er wordt een optocht gehouden om te vieren dat de jongen nu een man is.
Na het bezoek aan deze bijzondere stad hadden we nog één stadje te gaan om de gouden driehoek compleet te maken: "Patan" ook wel "de stad der schoonheid" genoemd. Hier stonden ontzettend veel tempels en mooie, kleine, soms vieze huisjes. We hebben weinig tijd gehad in Patan maar hebben hier lekker geluncht met de hele groep.
Op zondagochtend examen om te testen of wij eigenlijk wel allemaal tandartsen waren. Gelukkig mocht ook dit jaar weer iedereen zijn beroep uitoefenen.

En dan.....wooohoooo eindelijk op weg naar Chitwan waar we gingen werken! Met z'n allen in de bus hebben we kunnen genieten van de prachtige natuur: bergen, groen, zand, afgronden, afval, kleine hutjes langs de wegen, vrachtwagens die eruit zien als kermiswagens, water, rivieren, bloemen en bomen. Na ongeveer 4 uur rijden zijn we gestopt voor een Nepalese lunch. Hier trakteerde Keshav ons op gedroogde visjes om hierna met een gevulde buik richting de tempel "Manakamana" (betekent "wensen") te gaan. Deze tempel kan men alleen bereiken met een kabelbaan die aan Nepal geschonken is door Zwitserland. Deze tempel is van Durga Bhawani, gelegen in Gorkha. Men gaat ervan uit dat Durga Bhawani de wensen van degenen die haar aanbidden met een zuiver hart vervult. Het was erg bijzonder om hier te zijn. Boven aangekomen lieten veel gelovigen zich zegenen, er waren enorm veel duiven, een zeer grote offerplaats, mensen op hun blote voeten, bloemenkransen en kaarsjes.
Hierna hebben we nog twee uur gereden en hebben we afscheid genomen van de Kumarigroep groep. Aangekomen in het "Wild Resort" kregen we een heerlijk vernederlandst diner.

De volgende dag te begonnen we gelijk aan onze trip richting Madi. Na een tocht van bijna vier uur door het National Park waar we veel pauwen, vogels, bijzondere bomen en hermiet balen:) hebben gezien zijn we aangekomen in ons hostel. Met z'n drieën sliepen we in een tweepersoons bed, geen warme douche, koken op hout, op bepaalde tijden stroom en een peertje in de gezamenlijke ruimte. Nadat we onze spullen hier gedropt hadden zijn we naar het gebouw gelopen waar we zouden gaan werken. In dit gebouwtje komt in de toekomst een soort van medische groep in te werken. In no time hadden we het Camp opgezet. De stoelen werden klaar gezet, extractietangen, spiegeltjes, sondes uit de boxen gehaald. Alcoholdoekjes werden in flessen gestopt (made by Frederique en Anne).
Monique's balie werd gebruiksklaar gemaakt door deze te vullen met anesthesie, naalden, tandenborstels, pijnstillers en voorlichtingsboekjes. Josephine haar eigen mondhygiëne kamertje was al snel van alle gebruiksgemakken voorzien.
De branders, articulatoren en elementen werden tevoorschijn getoverd. Een tank werd gevuld met Dettol en ook Joke's gedeelte werd ingericht met een snelkookpan, warmte platen, nog meer Dettol en boullionnetjes.

Monique's balie.....



Time to start…
Met het ritueel (één van de favoriete momenten van Cees....). Het hele dorp was uitgerukt om "de Hollanders" te verwelkomen. Iedereen kreeg een bloemenkrans en een tika. Een bijzonder moment, met name voor de nieuwelingen. Maar nu was het toch wel echt tijd om te beginnen!
Alle patiënten kregen eerst een bloeddruk check. Een zeer bijzondere vondst werd gedaan: geen één Nepalees die wij behandeld hebben in 8 dagen had een te hoge bloeddruk. De eerste patiënten druppelde binnen en dat is toch best spannend. Deze middag hebben we ongeveer 200 patiënten behandeld. Bijna iedere patiënt had eigenlijk wel meerdere problemen in hun dentitie, dus werden er al gauw meerdere elementen geëxtraheerd. We hebben heel erg hard gewerkt en het voelde goed deze mensen te kunnen helpen. De communicatie tussen patiënt, assistent en behandelaar verliep over het algemeen goed maar soms wilde je een heel verhaal aan de patiënt vertellen. Dus dan deed je de instructie tegen je assistent, een pleidooi van ongeveer 3,5 minuut en dat werd dan vertaald in 3 woorden. We gaan er maar vanuit dat het goed is gegaan...
De meeste Nepalezen die behandeld wilden worden hadden hun mooiste kleding en doeken aangedaan voor deze nieuwe ervaring.
We hebben veel van de cultuur geleerd bijvoorbeeld dat vrouwen alleen bordeaux rood mogen dragen als zij getrouwd zijn, zij hun haar niet los mogen dragen (dat mogen alleen weduwes) en een blote buik is ook alleen toegestaan als je getrouwd bent.

De dagen die daarop volgden hebben we zoveel cariës profunda gezien, elementen die nog in de mond zaten alleen doordat er nog tandsteen aanwezig was, gingivitis, afgebroken elementen, wortelresten maar ook elementen die je normaal goed kan behandelen en nooit zou extraheren. Opvallend waren het aantal mesiodens. Ik vond het erg leuk dat je vaak op de situatie moest inspelen en dat je hier op een andere manier een beslissing maakt qua behandelplan. In totaal hebben we 1000 patiënten behandeld!!

www.nohs.nl

De avonden in het hostel waren heerlijk; waarschijnlijk heeft niemand ooit met zo een grote groep yahtzee gespeeld (inclusief opa), zo erg kunnen genieten van doorgekookte bloemkool en een ijskoude douche, bezweet van het werk aan tafel ging en gelachen en gekletst over de avonturen van die dag. De tweede avond kwamen de vrouwen van de vrijwillersgroep, zij hadden een optreden voor ons en er werd tot in de late uurtjes muziek gespeeld.
Na 4 dagen hard werken, een zeer mooie afscheidsceremonie zijn we met een voldaan gevoel terug gekeerd naar Chitwan. Op de terugweg hebben we verschillende neushoorns van dichtbij gezien wat heel erg gaaf was!!

De rustdag..... het was zo gezellig om onze ervaringen te delen met de Kumarigroep en ook om hun ervaringen te horen. We hebben een supermooie kanotocht gemaakt en veel krokodillen gezien. Toen naar het olifantencentrum voor de lunch om vervolgens per kwartet een olifant te bestijgen. We hebben veel herten, pauwen en apen mogen spotten.

Op naar de laatste vier dagen alweer. We hebben 500 patiënten behandeld in een school relatief vlakbij ons resort. In deze school is de NOHS al vaker geweest, wat geresulteerd heeft in sommige best goede dentities, mensen die een tandenborstel hadden en ook daadwerkelijk wisten hoe ze hier mee om moesten gaan.

De laatste twee dagen zijn we naar Gadi geweest. Dit was denk ik voor iedereen het meest bijzondere dorpje van 8 dagen hard werken. Voordat we dit dorp konden bereiken moesten we lopend de bergen in. We kwamen huisjes/hutjes tegen van stro en leem, hardwerkende mensen op het land, mensen die alleen voor hun huisje zaten en om zich heen keken. Ontzettend veel dieren (kippen, geiten, koeien, buffels, schapen) en kinderen. De school waar we gingen behandelen bestond uit 2 klaslokalen. We hebben helaas hier maar 80 mensen kunnen behandelen maar het gaf zo een goed gevoel om deze mensen te kunnen zien. Alle kinderen hebben we een check up, poetsinstructie en een nieuwe tandenborstel gegeven. Het was (ik citeer...) "een stoffige bende" daar binnen maar de mensen die we hebben behandeld waren ontzettend blij met ons. Na het werk moesten we nog een keer 1,5 uur lopen naar ons hostel. Heel erg gaaf, ontzettend hoog, heel mooi uitzicht. We sliepen met z'n vieren op een kamer met vuilniszakken tegen het plafond om de vallende spinnen op te vangen. Een ervaring die je bij blijft voor het leven.

Eenmaal terug gekeerd in Chitwan bij het resort kon iedereen terugkijken op een heel erg bijzondere tijd in Nepal. We hebben in totaal 2000 patiënten behandeld, veel geleerd van het vak, onszelf en van de Nepalese cultuur. Twee weken om nooit meer te vergeten!

Sophie van de Vijfeijken

Herinneringen aan Nepal.....

Mandy Smit (mondhygiëniste) is voor de 2e keer mee met de NOHS. Dit keer gaat er ook een vriendin Annigje Akkerman (tandarts) mee. Hieronder hun ervaringen:

In 2006 had ik, Mandy Smit (mondhygiëniste), voor het eerst contact met de NOHS. Ik ben toen mee geweest naar Nepal. Het was een hele bijzondere ervaring. En wat ik vooral erg leuk vond was de groep; deze was heel hecht en we hielpen elkaar met alles. Net als een soort familie. Verder vind ik het mooiste en fijnste aan dit ontwikkelingswerk dat je anderen die het echt nodig hebben kunt helpen op je eigen manier en dat te doen waar je goed in bent. Een heel goed gevoel geeft het om daarin alles te geven wat je hebt en dan bedoel ik geen bezittingen maar vooral het geven van je vreugde waarmee je je hulp aanbiedt, het te doen met veel liefde. Vervolgens hoop je dat na een aantal jaren er ook vooruitgang is geboekt in de zin van een betere mondgezondheid rondom de dorpen van de Kumarischool dan wel Chitwan. Je hoopt dat er door de locale hulp van de Kumarischool wat gedaan is met je kennis en tips en dat je ook hierin verbetering ziet. Dit alles is voor mij reden geweest om nog een keer met de NOHS mee te gaan naar Nepal.

Nu 5 jaar later, oktober 2011, ben ik weer naar het Kumariweeshuis gegaan omdat juist deze “back to basic” (je bent toch hulp aan het verlenen en niet op een luxe vakantie) mij wel trok. Dit keer was de groepsformatie anders. In onze groep zaten: Kees senior (tandarts) en ik, die beiden al een keer met NOHS naar Nepal zijn geweest, Kees junior (tandheelkundestudent), Annigje (tandarts), Hilbrand (tandarts) met zijn dochter Rommy (tandarts), Brigitte (mondhygiëniste) en Pim, de tandarts van het Kumari Gezondheidscentrum. Dit betekende dat ik samen met Kees senior de leider was van de groep.
Ik beleefde deze week heel anders dan de voorgaande keer.

Er vielen mij dit keer veel meer andere dingen op. Hoe iedereen voor elkaar in de weer was. Hoe het team van Kumari ‘s ochtends vroeg alles gereed maakte om weer een dag ergens onze hulp te kunnen aanbieden en ook met zoveel enthousiasme. Ik heb gezien dat dit team onder leiding van Deepak zo enorm gegroeid is t.o.v. 2006 en ik heb ook gezien dat er constant om feedback werd gevraagd om maar dingen te kunnen verbeteren. Deepak en zijn team zetten zich echt enorm in voor het weeshuis en zonder deze inzet zou de Kumarischool niet zo succesvol zijn en zou dit niet zo’n fijne en goede plek zijn voor weeskinderen.

Bij aankomst op de Kumarischool werd ons meteen duidelijk hoe gedisciplineerd de weeskinderen van de Kumarischool zijn en hoe enthousiast en blij ze waren met onze komst. Wij hadden er een hele lange en voor sommigen ‘enge’ busreis op zitten en werden nog getrakteerd op een 2 uur durende ceremonie waarin ook werd uitgelegd wat de Kumarischool, behalve het opvangen en het geven van onderwijs voor weeskinderen, allemaal doet voor de Nepalese bevolking. Naast het ontvangen van tandheelkundige hulpverleners zoals wij, hielden zij zich ook bezig met het opleiden van vroedvrouwen en ontvingen zij vaker andere artsen die ook ontwikkelingswerk deden.

‘s Ochtends werden we al vroeg wakker door het sporten en oplijnen van de weeshuiskinderen van Kumari. In de tussentijd was er een team van ongeveer 10 man in de weer om de bus voor te bereiden om op weg te gaan naar de locatie voor het opzetten van ons Dental Camp. Na het ontbijt van een droog broodje met heet water reden we met een volgeladen bus (klusjesman, assistenten meestal vroedvrouwen, kookteam, een paar directieleden van de Kumari en wij) met behandelstoelen en ‘gesteriliseerde’ spullen op het dak naar de plaats van bestemming. Meestal was dit een school, sportveld of ziekenhuis. Onderweg, vooral in de buurt van de Kumarischool, zag je de mensen van Kawositi zich buiten wassen maar ook dat mensen hun tanden aan het poetsen waren....!

We hebben in de tijd dat we op de Kumarischool zaten 7 dagen besteed aan het helpen van mensen op verschillende plekken.
We zijn op diverse plekken in de directe

Inpakken van de bus, foto: Kees van Westerveld

omgeving van Kawasoti geweest en ook in wat verder gelegen gebieden, richting de grens met India.
Opvallend was dat we per gebied toch wel verschil zagen in mondgezondheid en aandoeningen en we denken dat dit samenhangt met het voedsel wat er in de directe omgeving verbouwd en dus veel gegeten wordt. Zo zagen we dat er veel pruimtabak en suikerriet gebruikt werd.
In het dorp Kawasoti waar we in een ziekenhuis in aanbouw hebben gewerkt kregen we erg carieuze elementen er met veel moeite uit. Dit zou kunnen komen door het suikerriet waar veel op gekauwd wordt. We zagen hierdoor ook veel kinderen met cariës waarbij we helaas vaak veel kiezen tegelijk moesten verwijderen.
In een redelijk modern maar verlaten ziekenhuis in Parasi hebben we mensen weg moeten sturen omdat er te veel mensen zich aandienden. Hier veel aanslag van pruimtabak. Opvallend was hier wel dat we minder hoefden te extraheren.

Over het algemeen lag in de omgeving van de Kumarischool de mondgezondheid op een hoger niveau in de vorm van minder cariës, diverse elementen die al verwijderd waren minder aanslag en minder tandsteen, meer gesaneerd dus.
In deze omgeving waren mensen ook erg geïnteresseerd in wat we deden.

Als we waar dan ook instructie gaven, trok het veel bekijks van dorpelingen of mensen uit de omgeving. We gaven dan instructie aan verschillende klassen met schoolkinderen uit het dorp. Dit gaf zo'n goed gevoel dat er zoveel aandacht was en de interactie was ook groot. Er werden veel vragen gesteld.
Een mooi moment was ook toen we poetsinstructie gaven bij een school. Naderhand vroeg ik of ze het allemaal begrepen hadden. Een jongetje van 5 jaar merkte toen op: 'maar dan komen jullie niet meer als wij precies weten hoe we moeten gaan poetsen. Toen heb ik gezegd: daarom blijven we ook komen, om jullie te blijven helpen.

Als tip voor komende tandartsen en mondhygiënistes die ook naar de Kumarischool gaan zouden we het volgende mee willen geven en het is nog heel erg leuk om te doen ook: een dag of middag iets leuks organiseren voor de weeskinderen. Wij hebben een middag Oudhollandse spelen gedaan en getrakteerd op taart en dal bhat. We hebben ervan genoten om te zien hoe blij de kinderen hiervan werden....

Mandy Smit en Annigje Akkerman

NOHS Netherlands Oral Health Society

Brush At School!

Brigitte van Lieshout, Deepak en Mandy Smit geven voorlichting.
Foto: Hilbrand Goedhart

Logeren op de Kumarischool

In maart 2011 en 2012 had ik het voorrecht kennis te mogen maken met de unieke sfeer op de Kumarischool door mee te gaan met het Dental Camp van de NOHS. Dit Dental Camp vindt 2x per jaar plaats en verdeelt zich over twee groepen, één team gaat naar de Kumarischool en het andere team naar Chitwan. De behandelingen die we uitvoeren zijn met name gericht op pijnverlichting, er worden dus vooral tanden en kiezen getrokken die ontstoken zijn.

De ontvangst op de Kumarischool is altijd warm en spectaculair: in het donker word je naar een grote zaal geleid waar een groep weeskinderen al vol spanning zit te wachten op de nieuwe groep buitenlanders. Maar voordat zij met ons mogen dansen en zingen is het Nepalese woord eerst aan de bestuursleden en met name Deepak die een lading instructies meegeeft waar je je als bezoeker aan dient te houden tijdens je verblijf. Zo mag bijvoorbeeld de kleding niet te bloot zijn en moet het wc-papier netjes in een emmer worden gedeponeerd. Ook wordt van ons verwacht dat we de vrijwilligers die meegaan vanuit de Kumarischool en de vroedvrouwen-opleiding met respect behandelen.

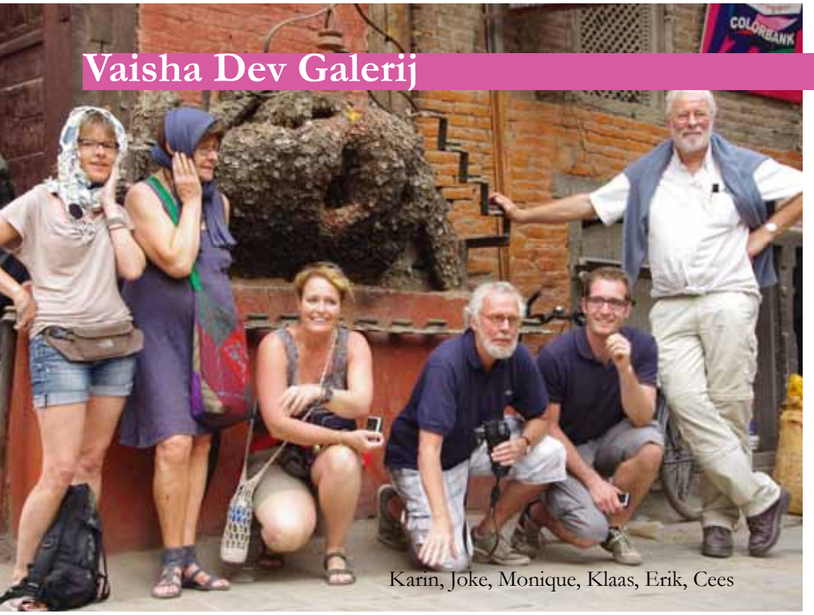
De eerste werkdag wordt al snel duidelijk dat het een feestje is om als tandarts in Nepal te werken: de dag begint met een gezellig hobbelige busrit tussen de snelkookpannen en met koffers op het dak, natuurlijk onder begeleiding van een Nepalees muziekje en knipperende rose-geel-groene verlichting. Bij aankomst op de locatie is de bus samen met de vrijwilligers van de Kumarischool snel uitgeruimd en wordt allereerst de keuken opgezet, waar al snel een kopje koffie pruttelt! Intussen wordt alles klaargezet voor de welkomstceremonie en druppelen de eerste patiënten binnen, vaak in de mooiste kleding. Eerst wordt bij hen de bloeddruk gemeten en doet de nurse-practitioner de medische intake, vervolgens vormt zich een rij voor de tandheelkundige intake. Hier word je noodgedwongen al snel behendig in het betere handen- en voetenwerk: hoe neem je een goede anamnese af bij iemand die geen Engels spreekt?! Gelukkig springen op dit punt de vrijwilligers graag bij en ken je binnen een paar uur al je eerste woordjes Nepalees: ‘Duch-sa? Doet het pijn?’ ‘Kaha duch-sa? Waar doet het pijn?’ ‘Agere! Mond open!’. En dan kom je er ook achter dat ja-knikken en nee-schudden er in Nepal heel anders aan toe gaat… Als uiteindelijk de goede kies verdoofd is mag de patiënt door naar één van de behandelstoelen waar we proberen zo rustig mogelijk en met veel ‘uitleg’ de patiënt te behandelen. Bijzonder hoe de mensen zich overgeven aan een vreemde die ze eigenlijk niet begrijpen. En mooi dat de meeste mensen waarschijnlijk door de goede reputatie die de Kumari-stichting de afgelopen jaren heeft opgebouwd een blindelings vertrouwen hebben in de zorg die ze wordt geboden. Het geeft ontzettend veel voldoening om na een dag hard werken te horen dat je met 8 hulpverleners soms wel 300 patiënten op één dag van de pijn af hebt kunnen helpen. Het is zelfs voorgekomen dat de intakes gestopt moesten worden omdat we anders de nacht door hadden moeten werken…

Natuurlijk is het leuk om na een dag hard werken even bij elkaar te zitten en ervaringen van zo’n eerste dag uit te wisselen. Gezellig even wat banken en stoelen bij elkaar, kaarsjes van Parbati aan en een biertje erbij… Een thuis ver weg van thuis. Pas na een paar dagen wordt ons door Deepak duidelijk gemaakt dat het gepraat behoorlijk weerklinkt over het terrein van de school in het donker en de nachtrust van de vrijwilligers verstoort. We passen ons snel aan.

Als het weer tijd is om te vertrekken lijkt er wel een maand voorbij te zijn gegaan in plaats van twee weken. Na veel knuffels en gezwaai zie je je lieve familie van de Kumarischool steeds kleiner worden en weet je: tot de volgende keer!

Iris Sparreboom

Vaisha Dev Galerij



Karin, Joke, Monique, Klaas, Erik, Cees

Joke, Klaas, Frank, Erik, Cees, Iris, Jurgen, Monique, Karin

De naam voor het magazine van de NOHS, Vaisha Dev, is afgeleid van de god van de kiespijn.
Vaisha Dev is de taal van de Newari. Deepak, van de Kumarischool, is Newari en vertelde ons dat je het uitspreekt als Wasja Do.

In de omgeving van Bangemudha Square, in oud Kathmandu, bevindt zich op de hoek van de straat een blok hout genaamd Bangemudha, wat zoiets betekent als gedraaid hout. Je neemt een munt, een kleine offerande, en slaat die in het blok hout; de kiespijn moet dan verdwijnen en je timmert alle boze geesten vast. Midden in dit blok hout bevindt zich een kleine vergulde afbeelding van de 'god tegen de kiespijn; Vaisha Dev'. Het is niet helemaal duidelijk of je door dit te doen ook moed krijgt om alsnog bij een tandarts aan te kloppen, mocht onverhoopt het inslaan van de munten niet helpen. In dezelfde omgeving bevinden zich een aantal tandartspraktijken en zelfs een dental depot.

Wij zijn benieuwd of er van de volgende groep ook een originele foto komt van deze locatie...

De foto's van de Vaisha Dev Galerij van de reeds verschenen nummers zijn op onze site te bekijken: www.nohs.nl

Redactie Vaisha Dev

Sophie en Hermiona

Helaas heeft ons het droevige bericht bereikt dat Ineke Klein-den Hertog, assistente van tandarts Hermiona van Zetten-Tintea, plotseling begin januari 2013 is overleden. Ineke is twee keer met de NOHS naar Nepal geweest en wij hebben haar leren kennen als iemand met veel inzet en kennis van haar vak en altijd klaar stond voor een ander.
Het bestuur wenst de familie veel sterkte.

Frederique en Anne

Ineke en Hermiona

NOHS

Netherlands Oral Health Society