



ADRES MIEP

P.O. Box 493, Freetown,
Sierra Leone

www.miepvandleeuwen.nl

Wilt u Miep van Leeuwen steunen, dan kan dat door een gift over te maken op IBAN:

NL28 RABO 0373720181

BIC: RABONL2U

Tnv : Protestantse

Gemeente Gouda

inz. TFC Miep van Leeuwen

Uw gift is fiscaal aftrekbaar. Wilt u structurele giften a.u.b. doorgeven. Formulieren hiervoor staan op de website.

Thuisfrontcommissie

tfc@miepvandleeuwen.nl

Sjenet van der Plas-
voorzitter

Jaap Westerman -
penningmeester

Margot Quist-
Communicatie

T: 0648135551

Marloes Steenhoven

Marjanne Mesu

Marion Jellema

Alice de Wit

Miep van Leeuwen Hart voor Sierra Leone

NIEUWSBRIEF 23, JUNI 2021

PAGINA 1

Corona

In Sierra Leone kunnen we nog steeds zeggen dat er geen sprake is geweest van een pandemie. We zijn daar heel erg dankbaar voor! In het hele land zijn misschien drie bedamingsapparaten. We bidden dat het Sierra Leone bespaart mag blijven. Als het werkelijk uitbreekt zal de ramp niet te overzien zijn. Inmiddels heb ik mijn volledige vaccinatie gekregen. Hier ben ik ook dankbaar voor. Hopelijk zal dit het reizen vergemakkelijken. In september en oktober hoop ik weer in Nederland te zijn voor verlof. De tijd gaat onbegrijpelijk snel.

Collega

Deze keer wil ik één van de vrijwilligers bij Mental Health Coalition (MHC) aan u voorstellen met wie ik trainingen geef. Ze heet Josephine en is 27 jaar oud.

Josephine studeert nog, Development & Economic Studies. Een studie van vier jaar en zij is nu in het tweede jaar.

Zij heeft één jongere broer. Helaas hebben zij beide ouders verloren. Ze vertelt dat het leven als een wees in Sierra Leone heel zwaar is. Het is een gevecht van overleven. Er zijn dagen dat het de vraag is of er iets te eten is. Scholing was heel onzeker voor haar. Veel wezen overleven door te liegen, te stelen en soms zwaar werk te verrichten voor familie om iets te ontvangen. Josephine heeft wat support van vrienden, familie en haar kerk. Daarnaast ontvangt zij een kleine vergoeding door als vrijwilligers bij MHC te werken.

Josephine kwam met MHC in contact op een moment dat ze bijna wilde opgeven. Een training gaf haar inzicht in zichzelf, ze herkende veel van de psychische problemen in haar eigen leven. Zoals depressie, trauma, paranoïde gedachten en schaamtegevoelens over zichzelf. Ze begon de MHC te bezoeken en te praten over haar problemen. Dit hielp haar om met de dingen om te gaan. Haar broer raakte verslaafd aan drugs. De gesprekken bij MHC hielpen haar om hier mee om te gaan en om haar broer beter te begrijpen.

De levensgeschiedenis van Josephine maakt mij opnieuw bewust hoe moeilijk het kan zijn om in een land als Sierra Leone geboren te worden. Het maakt zo'n groot verschil in ons leven waar onze wieg staat!

Josephine is degene die het contact met kerken, moskeeën en organisaties legt voor de trainingen die ik geef. En dat is veel werk! En soms heel frustrerend. Plannen is moeilijk in een land als dit. Maar het lukt!

Zij is ook degene die mij ondersteunt tijdens de trainingen. Ze vertaalt als het nodig is. Ze verzorgt alle registratieformulieren en regelt alles wat nodig is.

Daarnaast begeleid ik haar om zelf ook training te geven, zij neemt nu onderdelen van de training over. Josephine is hier heel blij mee. Het geeft haar het gevoel dat ze kwaliteiten heeft, het helpt haar om eigenwaarde en zelfvertrouwen op te bouwen.

Het helpt haar enorm dat ik haar laat zien dat je fouten mag maken en dat ik daar op een rustige en kalme manier mee om ga. Dit is in de Sierra Leoneanse cultuur niet gebruikelijk.



“Uw grote trouw is iedere morgen weer nieuw.” Klaagliederen 3:23 Willibrordvertaling



Miep van Leeuwen

Hart voor Sierra Leone

NIEUWSBRIEF 23, JUNI 2021

PAGINA 2

Trainingen

Op het moment dat ik dit schrijf heb ik net een training aan ons hele team van MHC gegeven: "Trainer of the trainer". Mijn collega's hebben geen opleiding gevolgd in de geestelijke gezondheidszorg. We hebben met elkaar gekeken hoe je dan toch training hierover kunt geven. In Sierra Leone is het cultureel bijna onmogelijk om te zeggen dat je iets niet weet. We hebben besproken hoe je op een goede manier je grenzen bespreekbaar maakt. Hoe houd je de aandacht van de deelnemers vast en hoe maak je het onderwerp interessant. De training was een mooie gelegenheid voor team-building.

De trainingen die ik in kerken en moskeeën geef worden zeer gewaardeerd. Vaak wordt mij gevraagd om terug te komen en dan blijf een training te geven over stress-management. Ik merk dat ik steeds meer ervaring krijg. Ik kan mij snel en makkelijk aanpassen aan de diverse groepen.



Brainspotting

Naast de training die ik voor MHC en Home Leone geef, heb ik nu een aantal mensen in behandeling voor brainspotting. Dit is de trauma-healingtechniek waarover ik in mijn vorige nieuwsbrief schreef. In mijn komende verlof staat weer een 3-daagse training gepland waaraan ik ga deelnemen.

De resultaten die ik zie op deze behandelingen zijn heel bijzonder. Trauma's en zaken die vastgelopen zijn in het leven van mensen, veelal aanwezig in het onderbewuste, worden genezen. Het geeft mij veel vreugde dat ik mensen verder kan helpen met deze behandelingen.

Er is vrijwel geen behandeling mogelijk in Sierra Leone op een therapeutisch niveau. Ik heb alle vrijheid om een Bijbels gezichtspunt en gebed in te brengen in deze behandelingen.

Ongeluk

Enkele weken geleden is mijn auto behoorlijk in elkaar gereden. Er was niet veel over van de voorkant. Gelukkig raakte niemand gewond. De veroorzaker was iemand die bij een goede werkgever werkte die het overgrote deel van de schade heeft betaald. Als iemand uit Sierra Leone die in armoede leeft een dergelijk ongeluk veroorzaakt, dan blijft er niets anders over dan de schade compleet zelf te betalen. In Nederland zou mijn auto total loss zijn verklaard en op de schroothoop belanden. Ik ben erg blij dat de auto gerepareerd kon worden! Er wordt al zoveel afgedankt en de afvalberg wordt alleen maar groter. Hij ziet er uit als nieuw en rijdt prima.

Ik ben een weekend naar een dorp ver in de bush geweest. Slechte wegen met veel rotsen en modder. De auto hield zich goed! En gelukkig heb ik een driver die echt goede kwaliteiten heeft als chauffeur. Ik denk dat het mijzelf niet gelukt was om over deze wegen te rijden.

Dank— en gebedspunten

Wilt u danken dat Sierra Leone tot nu toe bewaard is gebleven voor de pandemie. Op dit moment stijgen de besmettingen. Bidt u alstublieft mee dat de situatie niet erg zal verslechteren.

Dank dat het ongeluk niet erger was dan blik schade. Het verkeer is hier erg gevaarlijk. Ik ben er aan gewend geraakt, het ongeluk heeft me er wel weer bij bepaalt. Bidt u mee voor veiligheid in het verkeer?

Bidt voor meer regen in Sierra Leone. Op het moment valt er te weinig regen. Dit beïnvloedt het planten van de gewassen. Er is te weinig water beschikbaar, dit beïnvloedt ieders leven. Dank voor al het werk wat ik mag doen. We bereiken veel mensen op het moment, waardoor meer mensen de hulp kunnen krijgen die nodig is.

**Wilt u dit mooie werk financieel steunen?
Vul dan het machtigingsformulier in op
<https://miepvanleeuwen.nl/giften>**

**U kunt ook een eenmalige gift overmaken op
het rekeningnummer:
NL28 RABO 0373720181
t.n.v. Protestantse Gemeente Gouda
inzake TFC Miep van Leeuwen.**