

Tijd voor weer een nieuwsbrief vol met uiteenlopende onderwerpen. Van een donatie van een naaimachine tot danstherapie voor inwoners van Puerto el Carmen. Een voedingsproject in samenwerking met de Hogeschool van Amsterdam. Fysiotherapeut Annelies vertelt over haar bezoek aan het ziekenhuis, waar haar expertise voor fysiotherapie gebruikt werd. U kunt lezen over de vierde container die met onder andere een röntgenapparaat en zonnepanelen aangekomen is bij het ziekenhuis. Andrea die, voordat ze vrijwillig in het ziekenhuis kwam werken, een halve marathon liep voor Quina Care. En wilt u weten welke dieren er zoal te vinden zijn in en rondom het ziekenhuis? Lees dan verder.

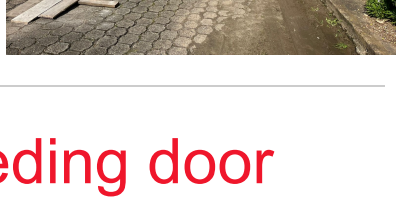
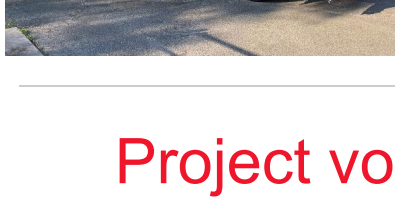
Transport 4^e container

En wat een inhoud!

Na een fantastische donatie door iemand uit de Verenigde Staten kon een röntgenapparaat gekocht worden. Omdat er hier in Ecuador helaas geen goede mogelijkheid voor was, werd besloten een aan te schaffen in Nederland en deze per container te verschepen naar Ecuador. De timing was perfect. Sowieso stonden er nog spullen voor het ziekenhuis opgeslagen in Nederland en werd tevens in

april 2024, dankzij vrijwilliger Ivar, een grote hoeveelheid zonnepanelen voor het ziekenhuis gedoneerd vanuit Nederland. Met dank aan de firma Ligentia Netherlands B.V. te Rotterdam werd alles soepel geregeld voor het transport. Op 7 mei is de container vertrokken vanuit de haven van Rotterdam. Inmiddels is hij gearriveerd in de haven van Posorja, nabij Guayaquil, en nadat hij door de douane is vrijgegeven, is hij

met een vrachtwagen via het Andesgebergte en het Amazonegebied naar het ziekenhuis vervoerd. Het installeren van het röntgenapparaat en de zonnepanelen zal nog wat tijd in beslag nemen. In de volgende nieuwsbrief vertellen we u graag meer over hoe deze donaties tot stand kwamen en hoe de installaties verlopen. Veel dank aan Ligentia voor het regelen van het transport!



Project voeding door Hogeschool van Amsterdam

Een samenwerking met vrijwilliger Lisette van Miert.

Om ziektes te voorkomen en sneller hiervan te herstellen is voeding ontzettend belangrijk. De kennis over gezonde voeding is in Ecuador vaak beperkt en het eetpatroon over het algemeen erg eenzijdig. Quina Care vindt het dan ook belangrijk om hier in het ziekenhuis aandacht aan te besteden. Om die reden is ervoor gekozen te voorzien in maaltijden voor patiënten die opgenomen zijn in het ziekenhuis. Iets wat niet gebruikelijk is in Ecuador, want normaal gesproken zorgen familieleden hiervoor. Quina Care wordt hierbij vanaf 2023 ondersteund door Lisette van Miert, diëtiste, betrokke bij Quina Care. Lisette werkt als oncologisch diëtiste bij Instituut Verbeeten, een radiotherapie centrum in Brabant. Via haar contacten werd in september 2023 gestart met een project in



samenwerking met de opleiding diëtiek van de Hogeschool van Amsterdam. Er werd een groepje van 5 studenten geselecteerd dat aan de slag ging met het project 'Onderzoek en bloedarmoede bij kinderen'. Zij hebben literatuuronderzoek gedaan en daarbij achtergrondinformatie verzameld. Op basis daarvan werd een aantal vragen over ondervoeding en bloedarmoede

bij kinderen beantwoord. Ook werd een weekmenu voor kinderen opgesteld. Belangrijke onderwerpen om hierbij rekening mee te houden zijn de beschikbare voedingsmiddelen in het Amazonegebied van Ecuador, de eetgewoontes van de bevolking daar en de hoeveelheid geld die mensen aan eten te besteden hebben. Indien voedingsmiddelen van het menu niet te verkrijgen zijn of teveel afwijken van de eetgewoontes van de mensen, zal het voor hen thuis niet vol te houden zijn.

De samenwerking met de Hogeschool van Amsterdam krijgt een vervolg. Onder begeleiding van Lisette is in februari 2024 is een tweede groep studenten gestart met onderzoek. Zij zullen het onderwerp ondervoeding en bloedarmoede bij kinderen nog verder uitwerken.

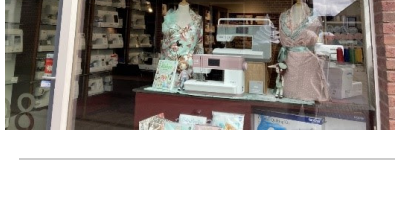
Naaimachine voor Quina Care

Hiermee wordt het ziekenhuis nog duurzamer.

Om zo duurzaam mogelijk te kunnen werken in het ziekenhuis, gaan bijvoorbeeld herbruikbare operatiekleding gebruikt worden en wordt voor het steriliseren van instrumentarium al gebruik gemaakt van herbruikbare sterilijsatie doeken. En mocht er

een naadje kapot zijn bij de werkkleding, wordt dit bij voorkeur hersteld in plaats van het direct weg te gooien. Wat dan wel onmisbaar is, is een degelijke naaimachine die eenvoudig in gebruik is. Er werd hiervoor contact gelegd met Kortland naaimachines in

Zoetermeer. Zij bleken niet alleen een geschikte naaimachine te hebben, maar ook nog eens bereid te zijn deze te doneren! Hoort hij nog een volledige onderhoudsbeurt gekregen. Ontzettend bedankt voor deze prachtige donatie!



Halve marathon Andrea

Beide doelen zijn ruimschoots behaald.

Andrea Meuleman is in mei 2024 als vrijwilliger aan het werk gegaan in het ziekenhuis. Voor een periode van 6 maanden zal zij zich inzetten als arts. Voor vertrek heeft zij evenals velen van haar voorgangers, geld ingezameld voor Quina Care. Zij heeft dat

gedaan door op 16 maart de halve marathon van de Leekster Lenteloop te lopen. Naast haar sportieve prestatie was het doel € 3.945 op te halen om lopende kosten, zoals elektriciteit, water en schoonmaakmiddelen, voor een kwartaal van te kunnen betalen. Beide doelen heeft zij

behaald. De donaties bleven maar aflopen van haar halve marathon. Met het eindbedrag van € 5.399,98 kunnen voor maar liefst 4 maanden de lopende kosten betaald worden!



Fysiotherapeut Annelies werkte tijdelijk in het ziekenhuis

Eindelijk tijd om bij te dragen aan de beweegzorg in Puerto el Carmen en omgeving.



Annelies Wolterink-Altena is de partner van Matthijs Altena. Matthijs heeft al een hoop betekend voor het ziekenhuis door zijn bijdragen aan de ICT en beveiliging van het ziekenhuis. Niet alleen vanuit Nederland, maar ook door het bezoeken van het ziekenhuis. Nu was het de beurt aan Annelies. Als fysiotherapeut was haar kennis ontzettend nuttig. Zij heeft een aantal spreukken gehouden in het ziekenhuis, zodat mensen hun klachten konden laten beoordelen en behandelen. Daarnaast heeft Annelies veel protocollen opgesteld en scholing gegeven aan het

personeel. Hierbij ook de ervaringen van Annelies zelf:

"Al jaren lang was het plan om eens bij Carolien en Jacob op bezoek te gaan. We kennen elkaar van een eerder vrijwilligersproject in Yele, Sierra Leone. Al die jaren is de vriendschap en de betrokkenheid bij Quina Care gebleven. Mijn man, Matthijs, was er in 2020 al om allerlei ICT faciliteiten aan te leggen en te installeren en inmiddels is het gebouw dan ook een echt ziekenhuis waar iedere dag patiënten komen! In april was het dan eindelijk zo ver, zes weken tijd om een steentje bij te dragen aan de beweegzorg in Puerto el Carmen en omgeving. Hoewel er vooraf geen plan was wat ik precies wel en niet zou doen, en het bij aanvang ontzettend rustig was met betrekking tot het patiëntenaanbod is het een erg zinvolle periode geweest! De rust gaf ruimte om veel richtlijnen, protocollen en oefenschema's uit te werken, zodat er nu, terwijl ik in Nederland ben, toch beschikbaarheid is over allerlei

materiaal om beweegzorg te kunnen verstrekken! Denk aan oefeningen op papier voor allerlei gewrichten, oefenschema's voor mensen die een beroerte hebben gehad, af screenen op vallen en een schema van oefeningen om te versterken aan de punten die opgenomen liggen, om zo onnodige bedlegerigheid en daarmee gepaard gaande complicaties (o.a. longontsteking, trombose, doorligplekken) en functionele achteruitgang (en op de lange termijn afhankelijkheid) te voorkomen. Na drie weken kwam Matthijs met onze kinderen (6 en 4 jaar), wat een ervaring om ook onze kinderen mee te geven!

Zes weken bleek uiteindelijk te kort maar ook vanuit Nederland zal ik de komende periode nog fysiotherapeutisch richtlijnen omzetten tot praktische en eenvoudige in te zetten handvatten te gebruiken in Ecuador.



Bailoterapia

Op naar een gezonder leven.



INICIAMOS EL JUEVES 14 DE MARZO A LAS 6 PM
Lugar: Cancha del hospital San Miguel
DIRIGIDO AL PÚBLICO GENERAL



Half maart werd in het ziekenhuis begonnen met bailoterapia, oftewel danstherapie. Het was een proef waarbij gedurende 3 maanden eens per week een uur lang danstherapie gegeven werd door de partner van lokale arts Pao. Het vond plaats op het sportveld achter het ziekenhuis. Het was zowel de fysieke als mentale gezondheid van mensen te verbeteren alsmede de leefstijl. Iedereen was welkom bij de



lessen, ook mensen die geen patiënt van het ziekenhuis waren, en het was gratis. De reacties van de deelnemers waren zeer enthousiast! Nu de proef is afgelopen, zal bekeken worden of hiermee doorgegaan kan worden.

Een kwartaal ...

Met dierenfeitjes.

Rondom, en soms in, het ziekenhuis zijn heel veel dieren te vinden. En vaak heel iets anders dan in de gemiddelde achtertuin. Wat je er zoal tegenkomt:

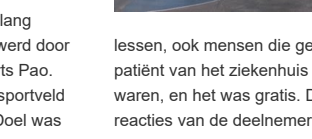
- apen
- capibara's
- gordeldieren
- kippen met hun kuikens
- luiaards
- opossums
- rolstaartbeertjes
- tayra's
- vleermuizen
- vogels in alle kleuren en maten
- datzelfde geldt voor vlinders
- kakkerlakken
- schorpioenen
- kikkers en padden
- sinnen, ook in diverse formaten
- salamanders, soms met een dode salamander

en kapotte airco tot gevolg

- slangen, helaas ook giftige

Jaarverslag 2023

Het jaarverslag van 2023 is gereed.

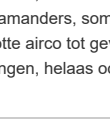


Het jaarverslag van 2023 is goedgekeurd door de kascommissie en vastgesteld voor het bestuur. In het jaarverslag wordt teruggekeken naar het jaar 2023, maar ook vooruitgekeken naar 2024. U kunt het jaarverslag bekijken via [deze link](#).

Doneer

Quina Care heeft de hulp van de donateur nodig. Alleen met uw hulp kunnen we de zorg realiseren die de mensen hier in

Putumayo zo hard nodig hebben. Doneren kan met de knop hiernaast.



Een bijdrage leveren kan ook via [SponsorKliks](#) en [123inkt.nl](#). Klik op de link of op het logo om de website te bezoeken.

