

Agenda

31 OKTOBER

Jubileumviering AHN
Fort Vreeswijk

16.00 – 17.30 uur:
Receptie voor (oud)
vrijwilligers en relaties

18.30 uur:
Feest voor vrijwilligers
en genodigden

Welkom...

...nieuwe vrijwilligers.

- Leny Adamse
- Ineke van den Bergh
- Joke Bijnsdorp
- Linda Blankenstein
- Cees Boot
- Peggy van der Burgt
- Joke Deen
- Alex Kooijman
- Elleke Mans
- Albert ter Meulen
- Hessel Postuma
- Henk van der Stam
- Toos van der Stam
- Miriam Heijnders
- Manoeska Winter
- Eva Ogterop

We wensen iedereen een
fijne tijd toe bij de AHN!

Bedankt...

...en tot ziens.

- Renate Foppen-Brand
- John Hofstee
- Hans Kaptein
- Bert de Korte
- Jan Matthijssen
- Pieter Veerman
- Nicole Witjes
- Huib Klop

Bedankt voor jullie
bijzondere inzet!

Beste vrijwilligers,



Evenals in de vorige Kompassie, interviewen wij in dit jubileumjaar een AHN-vrijwilligster van het eerste uur; haar naam is Loes van der Velden. Ook blikken wij terug op de geslaagde feestmiddag voor hulpvragers en vrijwilligers en doen wij verslag van de vrijwilligersmarkt op het vernieuwde marktplein. Wij vertel-

len over de grootschalige hervormingen in de zorg en laten zien hoe deze zich vertalen in een veranderende hulpvraag en hoe de AHN daarop inspeelt. Nu de eerste levensboeken gedrukt zijn, vertelt initiatiefneemster Paulien Steenman, over de doelstelling en haar eerste ervaringen met dit fantastische project. Tot slot gunt Henri Steenman ons weer een blik in het leven van de AHN-duofiets, waarmee in het eerste half jaar van 2014 ruim 1000 km is afgelegd.

Ik wens u veel leesplezier en heet u allen welkom bij de jubileumviering op 31 oktober aanstaande!

Monique Laurier

Voorzitter Algemene Hulpdienst Nieuwegein

Vrijwilligersmarkt 2014

De jaarlijkse vrijwilligersmarkt werd op 24 mei jl. gehouden op het nieuw opgeleverde marktplein. Het was stralend weer en de stemming zat er goed in aan de AHN-kraam. Door een storing aan het toegangshek tussen Cityplaza en het marktplein, was het tot het middaguur erg rustig. Jos, Dick en Dolf hadden daardoor alle ruimte om over het plein en de Binnenstede te crossen met de AHN-duofiets. Nadat de toegang

tot de markt hersteld was, hebben wij nog heel wat informatie verstrekt, zowel over vrijwilligerswerk als over het ondersteuningsaanbod van de AHN.

Al met al een geslaagde dag, met dank aan Inge de Heus, Rita Bos, Jos Elberse, Dick Hegger, Dolf van Hooff, Laura Bruinsma en Monique Laurier.



Achtergrond van de AHN en haar organisatorische voorgangers

Op 30 oktober 1974 nam Thea Rombouts uit Jutphaas het initiatief voor de oprichting van een Hulpdienst. In eerste instantie alleen voor Jutphaas, maar toen meldingen van hulpvragen ook uit Vreeswijk kwamen, voor heel Nieuwegein. De eerste jaren, de oriëntatiefase, bestond de Hulpdienst uit een werkgroep, en had nog geen juridische status. In deze oriëntatiefase, splitste Zuid zich af om zich aan te sluiten bij de landelijke organisatie "Graag Gedaan"; Noord ging in deze periode verder als Vrijwillige Hulpdienst Jutphaas. In 1978 gingen

de beide Hulpdiensten weer intensief samenwerken.

Door de snelle groei van de gemeente Nieuwegein en daarmee samenhangend het aantal hulpvragen zag de Vrijwillige Hulpdienst Jutphaas zich in 1978 genoodzaakt een aantal wijzigingen aan te brengen. Het belangrijkste was dat ze haar naam veranderde in Algemene Hulpdienst Nieuwegein (AHN). Hiermee wilde zij er blijk van geven dat de hulpdienst er was voor alle inwoners van Nieuwegein. Daarbij werd de AHN op 21 maart 1978

een stichting, om zodoende continuïteit te waarborgen en voor diverse belangrijke zaken rechtsgeldigheid te bezitten.

Op 1 september 1981 ging de Hulpdienst Graag Gedaan op in de Algemene Hulpdienst Nieuwegein.

Op 31 oktober 2014 viert dus niet de AHN haar 40-jarig bestaan, maar wel de vrijwilligersorganisatie waaruit de AHN is voortgekomen.

Monique Laurier

Interview met Loes van der Velden, AHN-bestuurslid van het eerste uur.

Loes van der Velden heeft een lange geschiedenis bij de Algemene Hulpdienst Nieuwegein. In het najaar van 1974 meldde Loes zich aan bij de Hulpdienst. Vanwege het werk van haar man was zij verhuisd van Delft naar Hoog Zandveld. Zij kende er niemand en voelde zich alleen. Zoals Loes zelf zegt: "Ik deed het uit egoïsme." Bij de Hulpdienst heeft Loes veel geleerd, en dat stimuleerde haar om de MAVO voor volwassenen te volgen. Zij was verlegen maar dat werd minder door het contact met anderen. In 1975 sloot Loes zich aan bij Graag Gedaan. Alles was toen nog kleinschalig. In de beginperiode beheerde Loes het doosje met geld en postzegels, per vergadering werd door elke aanwezige 2,50 gulden gestort in het doosje. In die tijd was er namelijk nog geen subsidie. Als vrijwilliger deed Loes boodschappen en huishoudelijk werk. Toen zij kinderen kreeg, gingen die gewoon mee. Veel oudere vrouwen vonden dat leuk. Loes zat ook in het bestuur van Graag Gedaan, zij deed het secretariaat en was contactpersoon. Ook ging zij bij de hulpvragers op huisbezoek om te inventariseren welke hulp nodig was.

In 1981, bij het opgaan van Graag Gedaan in de AHN, zat Loes weer in het bestuur, zij was penningmeester, deed het secretariaat en verzorgde het krantje. Mensen helpen in hun huis werd minder, omdat Loes 5 halve dagen ging werken bij een bouwbedrijf. Zij deed nog wel boodschap-

pen voor hulpvragers. Loes ging op zoek naar werk in de sociaal-maatschappelijke sector en vond een baan bij PPN, een psychologenpraktijk in Nieuwegein. Zij voelde zich daar echt op haar plek, ook door haar ervaring bij de AHN, zoals het omgaan met vertrouwelijke gegevens.

Op 17 juli 1998 kreeg Loes de Van Emden Prijs uitgereikt door Mies Bouwman. Samen met vier andere vrijwilligers, ook wel de stille helden genoemd, was Loes één van de prijswinnaars. De prijs werd toegekend aan mensen die zich op uitzonderlijke wijze inzetten voor de medemens. Een hele eer dus!

In verband met haar gezondheid moest Loes kiezen tussen werk of vrijwilligerswerk, en zij heeft gekozen voor haar werk. Heel af en toe deed zij nog klusjes voor de AHN. In 2010 is Loes volledig gestopt met haar inspanningen voor de AHN. Zij heeft het vrijwilligerswerk heel graag gedaan en er veel van geleerd, zoals het voor jezelf opkomen.

Tot slot een citaat uit De Telegraaf van zaterdag 25 juli 1998:

"Loes van der Velden is heel eerlijk over de reden dat zij vrijwilligerswerk is gaan doen: "Egoïsme! Ruim twintig jaar geleden zat ik hier in Nieuwegein moederziel alleen thuis met een baby, ik kende niemand. Toen zag ik een advertentie van de Algemene Hulpdienst: er werden mensen



gezocht voor hand- en spandiensten. Boodschappen doen voor ouderen die slecht ter been waren, stukje wandelen. Of alleen eens een middag ergens kletsen. Eigenlijk de ouderwetse burenhulp die vroeger zo vanzelfsprekend was, maar die tegenwoordig, en vooral in zo'n nieuwbouwwijk vol 'import', ver te zoeken is." Terugkijkend op haar activiteiten als vrijwilliger zegt Loes: "Het gaf en geeft me heel veel voldoening. Het idee dat je wat voor een ander kunt betekenen. Ik zeg ook altijd tegen mijn kinderen, kijk om je heen, naar andere mensen. Niet alleen naar jezelf. Maar, ik heb ook veel van mijn werk geleerd. Ik kwam regelmatig bij een ernstig zieke mevrouw die toch nog de kracht vond om haar familieleden moed in te spreken. Dat was een groot voorbeeld voor me."

Leni Mook

Moet een vrijwilliger zondermeer alle opdrachten uitvoeren?

U zult zich bij het lezen van de aanhef van dit artikel wellicht afvragen wat daarmee wordt bedoeld. Ik zal het u hierna uitlegen. Zoals u weet, komt iedere aanvraag om hulp op ons zenuwcentrum op Het Fort binnen. De aanvraag wordt beoordeeld door de contactpersoon en er wordt daarna een vrijwilliger gekoppeld aan het betreffende verzoek. Er wordt door de contactpersoon teruggekoppeld naar de aanvrager dat er een vrijwilliger komt en dat deze een afspraak zal maken. Allemaal luid en duidelijk maar... Op de dag van de gemaakte afspraak heeft de vrijwilliger soms het gevoel dat hij voor Jan Doedel aan het werken is. Dat gevoel kan door verschillende factoren ontstaan.

Ik zal er hierna enkele geven:

- De weelderige omstandigheden waarin de cliënt leeft;

- De mogelijkheid dat aanwezige familieleden betreffende werkzaamheden makkelijk zelf kunnen verrichten;
- De omvang van de klus die van dusdanige aard is dat er dagenlang werk aan verbonden zit;
- De klus een smerige is (bijv. hondenpoep uit een tuintje verwijderen). Een shitklus derhalve.

Er zijn nog wel vele andere voorbeelden te bedenken.

Wanneer de vrijwilliger met zo'n gedachte rondloopt, moet hij/zij daar niet mee blijven zitten maar direct terugkoppelen met de AHN. De contactpersoon vraagt altijd naar de achtergronden van de verzoeken. Vaak zit achter een klusje een schreeuw om aandacht. Wij zien steeds vaker dat mensen vereenzamen. Velen schamen zich daarvoor en durven

er niet ruitertlijk voor uit te komen. Onder het mom van een klusje komt er dan een vrijwilliger die hen uit dat isolement haalt. Natuurlijk zijn er ook aanvragers die voor een dubbeltje op de eerste rang willen zitten. Een gratis tuinman, fietsenmaker, computerdeskundige etc., wie wil dat nou niet. Heeft u als vrijwilliger het gevoel misbruikt te worden, meldt de hulpvrager dan dat u zich afvraagt of deze hulpvraag wel aansluit bij de doelstelling van de AHN. Koppel uw waarneming terug aan de AHN. De contactpersoon gaat dan zelf polshoogte nemen, want de AHN richt zich alleen op hulp aan hulpbehoevende medeburgers.

Henri Steenman

Verzoek van buiten de regio.

Begin april werd de AHN benaderd door een vrouw uit Deventer. Deze vertelde tijdens het telefoongesprek dat zij en haar broer hun oma (92 jaar en woonachtig te Nieuwegein) elk jaar op haar verjaardag verrassen. Deze verrassing bestond de afgelopen jaren altijd uit een dagje uit naar een gezellige stad of attractie. Oma had het vorige jaar aangegeven dat zij zo'n uitje wel leuk maar ook erg vermoeiend begon te vinden. De kleinkinderen wilden ondanks dat, ook dit jaar hun oma weer verrassen. Nu zag de kleindochter toevallig in Deventer een duofiets rijden en dacht dat dat misschien wel iets leuks was voor haar oma. Betreffende oma houdt er van buiten te zijn, hetgeen door haar beperkte beweeglijkheid niet echt meer kon. Via het internet trof zij de AHN aan en schreef een mailtje met de gedachte "niet geschoten is altijd mis". In dat mailtje vroeg zij of zij en haar broer misschien gebruik mochten maken van de AHN-duofiets. In eerste instantie schrokken men bij de AHN wel van dit verzoek. Ons pronkjuweeltje uitlenen aan twee wildvreemde mensen dat deed onze wenkbrauwen enigszins fronzen. In de regels die rondom de duofiets zijn opgesteld

staat duidelijk vermeld dat alleen gekwalificeerde AHN-vrijwilligers op de duofiets mogen rijden. Aangezien de betreffende kleinkinderen geen vrijwilligers zijn, was dan ook de eerste gedachte "Daar kunnen wij toch niet aan beginnen". Na het verzoek nog eens goed tegen het licht te hebben gehouden, vond onze voorzitter dat je zo'n mooi initiatief niet zondermeer kon afwijzen. Zij bedacht een manier waardoor het eventuele risico dat de AHN zou lopen, omzeild kon worden. De oplossing is dat beide bestuurders zouden aantonen dat zij een WA-verzekering hadden en dat er een borgsom betaald werd. Daarnaast zouden de beide verse berijders geïnstrueerd moeten worden in het gebruik van de fiets, gevolgd door het afleggen van een proeve van bekwaamheid. De kleinkinderen gingen akkoord met de gestelde voorwaarden, waarna oma werd verteld dat zij op haar verjaardag zou gaan fietsen. De eerste reactie laat zich wel raden. Na aandringen van de kleinkinderen dacht oma na verloop van tijd "ik laat het mij maar overkomen, de soep zal wel niet zo heet worden gegeten als ze wordt opgediend".

Juni jongleden stonden op oma's verjaardag de kleinkinderen op haar stoep. Zij lieten hun oma verwachtingsvol de fiets-sleuteltjes zien en vroegen of zij klaar was voor een fietstocht. Oma werd toen toch wel wat bleekjes om haar neus. Maar bij het zien van de AHN-duofiets was zij weer gerustgesteld. Zij heeft een onvergetelijke dag gehad. Zij herinnerde zich de leuke fietspaden waar zij samen met haar echtgenoot jaren geleden had gereden. De kleinkinderen hadden een picknickmand meegenomen en hebben samen met hun oma een hele gezellige dag buiten gehad.

Aan het einde van de fietstocht kwamen de kleinkinderen, helemaal verrukt, de fiets terugbrengen.

Oma staat nu ingeschreven als cliënt van de AHN voor het maken van fietstochten met de duofiets en bovendien zal zij gebruik maken van de mogelijkheid tot het maken van een levensboek. De AHN is toch een prachtorganisatie vonden de leden van deze familie.

Henri Steenman

Levensboeken

Al enkele jaren beleefde ik vrijwilligerswerk van dichtbij zonder er echt bij betrokken te zijn, behalve dan als klankbord. Mijn man, Henri, had zich bij de AHN aangesloten en had zich er met hart en ziel en handen en voeten aan verbonden. Bij mij knaagde het wel, maar ik had nog moeite om mijn pas herwonnen vrijheid, na jarenlange werkverplichtingen, weer op te geven. Totdat ik op een creatief schrijfcursus in IJsselstein voor het eerst hoorde over levensboeken. Toen viel direct het kwartje, want met het schrijven van een levensboek zou ik mijn hobby kunnen gebruiken om vrijwilligerswerk te doen. Ik sprak er Monique over aan en dat was het begin van een nieuwe activiteit van de AHN. Daarna is het snel gegaan. Sinds dit voorjaar hebben zich al elf vrijwilligers opgegeven.

Voor wie het project nog niet kent, de opzet is dat een oudere het verhaal van zijn of haar leven aan een vrijwilliger vertelt. Samen zoeken ze er foto's en documenten bij. De vrijwilliger tekent de verhalen op en maakt met het verzamelde materiaal een levensboek. Het doel is om aandacht te schenken aan ouderen en daarbij aan te sluiten bij hun levensfase, waarbij terugblikken op een leven voor veel ouderen een natuurlijke behoefte is en om ze een document te verschaffen dat ze zelf nog eens kunnen nalezen en aan hun kinderen en klein-

kinderen kunnen laten zien. Inmiddels zijn de eerste levensboeken gereed en in boekvorm aan de cliënten overhandigd. In september starten we met een nieuwe wervingsronde zowel voor vrijwilligers als voor ouderen.

De ervaringen van de vrijwilligers die hieraan werken zijn heel divers. Er was een cliënt die maar één verhaal wilde vertellen, over het hoogtepunt van haar leven, haar trots. Eén gesprek was voor haar voldoende. Een andere vrouw kletste de vrijwilliger de oren van het hoofd en maakte het haar moeilijk om alle zijwegen en tussendoortjes samen te voegen tot een samenhangend geheel. Een vrouw, die al beginnend dementerend bleek te zijn, vertelde steeds weer dezelfde verhalen alsof ze nieuw waren. Een andere vrouw die veel heeft meegemaakt, zou wel willen dat haar verhaal gepubliceerd wordt.

Af en toe hebben de betrokken vrijwilligers een intervisie-avond om ervaringen met elkaar te delen en te bespreken.

Voor de vrijwilligers is het een hele uitdaging om iets moois van de levensboeken te maken. De lengte loopt van twee kantjes via twaalf bladzijden naar bijna zestig bladzijden. Het worden prachtige boekwerken die een waardevol geschenk vormen voor de geïnterviewde oudere.



Joke Bijnsdorp met het eerste levensboek

Ben je geïnteresseerd om als vrijwilliger hieraan mee te werken of ken je een oudere die haar/zijn verhaal zou willen vertellen, geef het dan door aan de contactpersoon van de AHN. Mocht je je onzeker voelen of je het wel kunt, dan helpt het misschien om te weten dat er een cursus levensboeken wordt gegeven van drie avonden.

Paulien Steenman

Contact



Redactie

Henri Steenman, Leni Mook en Monique Laurier.

Heeft u kopij, vragen of opmerkingen naar aanleiding van deze nieuwsbrief, bel ons dan op 030-6067409 of stuur een mail naar redactie@hulpdienstnieuwagein.nl.

Kompassie verschijnt 3 keer per jaar.

**Stichting Algemene Hulpdienst
Nieuwegein**

Tel: (030) 606 74 09

info@hulpdienstnieuwagein.nl

www.hulpdienstnieuwagein.nl

“
Vriendelijkheid is
moeilijk weg te geven,
ze wordt bijna altijd
teruggegeven”
”

Jubileumviering AHN

De AHN is dit jaar 40 jaar jong en dit feit moe(s)t natuurlijk gevierd worden. Het bestuur besloot eind vorig jaar tot twee vieringen: in juni voor actieve vrijwilligers en hulpvragers en in oktober, rond de officiële opricht datum, voor (oud)vrijwilligers en overige relaties. Als lid van de feestcommissie kijk ik voldaan terug op de feestmiddag van 25 juni jl. en doe hier graag verslag van.

Al in januari jl. is begonnen met het smeden van plannen door de feestcommissie, bestaande uit Ans Baars, Guusta de Beaufort, Monique Bouwman, Monique Laurier, Leni Mook, Aard Schoonewagen en ondergetekende. Het was geen eenvoudige opgave om van de soms wilde voorstellen een goed feestprogramma samen te stellen, dat voor zowel de ouderen onder ons als de jongeren aantrekkelijk was. Iedere activiteit moest natuurlijk budgetair worden afgewogen en dat is mede gelukt door de ondersteuning vanuit winkeliersvereniging City Plaza. Via de happening "City of Wishes" (december 2013) ontving de AHN een visbon van € 600,- en een aantal spelen, waarmee een leuke invulling van de feestmiddag was gewaarborgd. Dit opkонтje gaf de feestcommissie een behoorlijke "boost", al waren er geloof ik nog wel zes bijeenkomsten nodig voor dat de dagindeling en –invulling was vastgesteld. De uitnodigingen werden vervolgens persoonlijk bij de hulpvragers bezorgd. Hierbij ontdekten de leden van de feestcommissie dat een Nieuwegeinse postbezorger min of meer een rechercheur moet zijn. Het stratenplan van Nieuwegein is namelijk een regelrechte ramp.

Voor de festiviteiten waren alle publieksruimtes van Fort Vreeswijk afgehuurd. Ruimschoots voor aanvang is een groep van overrijverige vrijwilligers bezig geweest met de aankleding van de zalen. Met rode hoofden van het opblazen van de ballonnen en natte ruggen van het sjouwen van de stoelen is het uiteindelijk gelukt feestzalen te creëren. Bij binnenkomst zijn de gasten verwelkomd door het zeemanskoor "De Brulboei". Met hun gezang brachten zij de gasten al goed in de stemming. Na de speech van onze voorzitter gingen de activiteiten van start. Deze activiteiten bestonden uit Oud Hollandse spellen, een Djembé workshop, het maken van schilderijtjes (tegeltjes) en het laten tekenen van een karikatuur. In de tussentijd was er tijd om van de overheerlijk visschotels van de Volendammer vishandel te genieten of langs te gaan bij de aanwezige poffertjeskraam of te genieten van de meegebrachte homemade (soms gekochte) baksels. Niemand kwam iets tekort en ieder onderdeel viel in de smaak. Dat is ook te zien op de foto-impressie van deze dag op de AHN-site (www.hulpdienstnieuwegein.nl). De fanatieke blikken bij de sjoelbakkencompetitie, de geconcentreerde blikken bij de verfsessie, de leergierige blikken bij de djembésessie en de komische blikken die de cartoonist op papier wist te zetten, spreken boekdelen. Mocht u het feest nog eens terug willen zien dan is dat mogelijk aangezien onze vaste cineast (Hennie Bruinsma) daar een uitgebreide filmopname van heeft gemaakt.

De feestcommissie kan met tevredenheid terugblikken op een geslaagde jubileumviering. Het kan niet op want op 31 oktober a.s. vindt de officiële viering plaats.

Henri Steenman



Vervolg Jubileumviering AHN



De AHN en de ontwikkelingen in de zorg

In de ondersteuning van kwetsbare mensen is al langere tijd een ontwikkeling gaande waarbij de verantwoordelijkheidsverdeling van Rijk naar gemeenten verschuift. Vanaf 1 januari 2015 worden gemeenten verantwoordelijk voor een groep burgers met een complexe en vaak levenslange vraag. Gemeenten proberen de ondersteuning bij zelfredzaamheid en participatie zoveel mogelijk op te lossen door de eigen kracht en mogelijkheden van burgers aan te spreken en een beroep te doen op hun sociale netwerk en vrijwilligers, ofwel de “participatiesamenleving”. De burger met een beperking komt pas in aanmerking voor een (betaalde) “maatwerkvoorziening”, als na onderzoek, is gebleken dat deze essentieel is voor het bevorderen van de zelfredzaamheid en participatie.

De AHN ziet deze ontwikkelingen vertaald in een toenemende vraag naar de vrijwillige hulpverlening. Zo steeg het aantal hulpinzetten in 2013 met 71% naar 4.041 en lag het aantal hulpinzetten halverwege

2014 al op 2.868; een relatieve groei van 42%. Gelukkig gaat dit eveneens gepaard met een groei van ons vrijwilligersbestand (13%), waardoor wij nog steeds goed in de vraag kunnen voorzien.

De ruim tachtig vrijwilligers van de AHN geven al vier decennia invulling aan wat tegenwoordig de “participatiesamenleving” heet. Naast de stijgende vraag, hebben wij de afgelopen jaren ook het aantal hulpvragers met complexe problemen zien toenemen. Sommige vrijwilligers vinden dat een uitdaging, maar dat geldt niet voor iedereen. Mocht dat het geval zijn, geef dat dan ook aan bij de contactpersoon of vrijwilligerscoördinator. Uitgangspunt is immers altijd een “match op maat”.

Aan de vooravond van grootschalige hervormingen in de zorg, waakt de AHN er wel voor om betaald werk zoals huishoudelijke hulp te verdringen. De hulp van de AHN is ook altijd aanvullend op de thuiszorg, zoals het doen van boodschappen, kleine klusjes in en om het huis,

vervoer of het bieden van een luisterend oor. Het is nadrukkelijk niet de bedoeling dat vrijwilligers worden ingezet voor lijfsgebonden zorg. Deze moet ook na 2015 in handen blijven van mensen die daarvoor zijn gekwalificeerd en die deze activiteiten kunnen uitvoeren volgens professionele standaarden.

In de veertig jaar dat de AHN nu bestaat is de aard van de vrijwillige hulp en ondersteuning verbreed en met haar tijd meegroeid. Maar de doelstellingen van het eerste uur, namelijk het bevorderen van het welzijn van kwetsbare inwoners van Nieuwegein, staan nog altijd overeind. Het spontane interview van het echtpaar van Alphen (80+) in de Molenkruier op 4 juni jl. over de betekenis van de AHN in hun leven, raakt de kern van ons bestaan. “Voor ons is de AHN zo belangrijk. Wij kunnen weer genieten van onze terugverworven vrijheid” aldus mevrouw van Alphen.

Monique Laurier