

# ‘IK WIL MENSEN HELPE ZELF DE REGIE TE NEMEN’

Haar moeder overleefde kanker bijna veertig jaar dankzij de Moermantherapie. Het inspireert Marlie Hillekens (61) al jaren om zich in te zetten voor MMV. Ze is beheerder van de facebookgroep ‘Eten volgens Moerman’, en sinds een jaar voorzitter van het bestuur. Op de landelijke ledendag op 19 oktober is Hillekens dagvoorzitter. Een interview over motivatie, inspiratie en haar visie op de vereniging. 'In het begin was ik een soort zendeling.'

TEKST RINEKE WISMAN BEELD MARIËT MOSTERT

In 2015 ging ik met een groep MMV-leden – in meerderheid 70- en 80-plussers en zelfs een van 90 jaar allemaal met een kankerdiagnose – naar Zwitserland. Misschien zou ik mensen moeten helpen met in- en uit de bus stappen, dacht ik. Als ik daaraan terugdenk, schaam ik me. Want ze hadden mijn hulp écht niet nodig. Vrijwel de hele club bewandelde vierduizend meter hoge bergtoppen, soms zelfs door metershoge sneeuw. Voor zover de ervaring van mijn moeder me nog niet overtuigd had van de waarde van het Moermandieet, deed deze ervaring dat wel.”

“Ik was 15 jaar toen mijn moeder voor de tweede keer met uitzaaiingen van kanker in de longen

kampte. Vier jaar eerder was ze geopereerd aan een tumor in de endeldarm. Een chemokuur zou, naar verwachting, haar leven met hooguit een jaar kunnen verlengen. Kort voor de start van de kuur zag mijn vader dokter Moerman op de televisie. ‘Ik zie daar wel wat in’, zei hij tegen mijn moeder, die al in het ziekenhuis was opgenomen. Ze verliet zonder chemokuur het ziekenhuis en maakte een afspraak met Moermanarts Albert Ronhaar in De Krim. In 2012, 38 jaar nadat de artsen haar hadden opgegeven, overleed ze.”

### **Bourgondiër**

“De keuze voor de therapie namen mijn ouders samen. De kinderen – ik ben de oudste uit een gezin van drie – kregen van de heftigheid van de diagnose



kanker niet veel mee. Ik leefde gewoon mijn leventje. Tot ik een keer spijbelde van school. Mijn moeder lag in het ziekenhuis, mijn vader was aan het werk, dacht ik. Ik zou dus alleen thuis zijn. Toen ik door het raam naar binnen spiekte, zag ik mijn vader huilend op de bank zitten. 'Toch wel ernstig wat mama heeft', besefte ik toen."

"Mijn moeder volgde het Moermandieet strikt en vol overtuiging. De rest van het gezin at Hollandse pot: aardappels, groente, vlees en yoghurt of vla toe. Mijn vader hielp mijn moeder met het extra kookwerk. Van de bezoeken aan dokter Ronhaar, een heel eind rijden van Roermond naar De Krim, maakte hij een gezellig uitstapje."

"Opmerkelijk is dat mijn vader, toen hij twintig jaar later zelf kanker kreeg, niet voor de Moermantherapie koos. Hij vond zichzelf teveel een Bourgondiër."

#### **MMV buddy's**

"Mijn vader was de leider in huis, mijn moeder een volgzaam vrouw. Maar toen hij overleed, ontpopte ze zich tot een sterke persoonlijkheid die haar leven

prima op de rit had. Vanaf het begin is ze lid van de Moermanvereniging. Als ik op visite kwam, las ik liever de Uitzicht dan de Margriet of de Libelle. Wat me vooral boeide in Uitzicht, waren de ervaringsverhalen. Na mijn moeders' overlijden, wilde ik Uitzicht blijven lezen en me inzetten voor de vereniging. Aan de therapie van dokter Moerman heb ik te danken dat ik met mijn moeder heb kunnen opgroeien. Pas de laatste twee jaar van haar leven, na een mislukte heupoperatie, lukte het koken volgens Moerman haar niet meer. Ze ondervond daarbij in haar directe omgeving ook weinig hulp en ondersteuning. Het leek mij mooi om juist daarin van betekenis te zijn via de MMV. Ik ben dan ook heel blij met onze MMV buddy's."

**'Dankzij de Moermantherapie heb ik met mijn moeder kunnen opgroeien'**

"Mijn drijfveer is het succesverhaal. De verhalen van mensen die hun leefstijl omgooien, raken mij diep. Laatst sprak ik met een actieve vrijwilliger die zei: 'Ondanks dat ik 92 chemobehandelingen heb gehad, voel ik me fitter dan ooit tevoren.' Dat is geweldig. Ik wil mensen helpen om zelf de regie te nemen, *tools* geven voor het versterken van eigen kunnen, waardoor ze sterker in hun schoenen komen te staan."

"Natuurlijk kan niet iedereen zijn ziektegeschiedenis navertellen. Er is ook veel verdriet, dat is inherent aan de ziekte kanker. De overlijdensberichten raken mij ook. Ik besef heel goed dat we met de therapie geen middel in handen hebben waar iedereen mee kan genezen. Was dat maar waar! Wat we wel hebben is kennis en ervaring om mensen te motiveren zelf de touwtjes in handen te nemen om hun gezondheid te versterken. Als dat niet lukt, omdat de lichamelijke conditie te wensen over laat, zoals bij mijn moeder in de laatste twee jaar van haar leven, begonnen voorheen mijn handen te jeuken. Dan dacht ik: woon je in de buurt? Dan kan ik misschien helpen."

"Oud-MMV-voorzitter Dave Schut wees mij op het verschil tussen daadkracht als bestuurder en als actieve vrijwilliger. Fysieke hulp kan je als bestuur-

## **BIOGRAFIE**

**Wie:** Marlie Hillekens (61)

**Privé:** Marlie is getrouwd met Peter. Ze woont in Alphen aan de Rijn. Marlie heeft een volwassen zoon, dochter en stiefdochter.

**Werk:** Werkt 36 uur als office manager bij een internationaal software-ontwikkelingsbedrijf. Ging met een havo-diploma aan het werk tot ze kinderen kreeg. Marlie was bewust thuisblijfmoeder tot haar kinderen naar de middelbare school gingen.

**MMV-ervaring:** Marlie nam in 2012 het lidmaatschap over van haar moeder die op 79-jarige leeftijd overleed, nadat ze op haar 37<sup>e</sup> kanker kreeg. Ze is actief lid sinds 2014. Sinds 2016 maakt Marlie deel uit van het MMV-bestuur. Eerst als secretaris, sinds 2018 als voorzitter. Ze is ook oprichter en moderator van de Facebookgroep 'Eten volgens Moerman' en recenseert kookboeken voor Uitzicht.

*Een interview met Marlie over de ziekte van haar moeder staat in Uitzicht 4 van 2013.*

In 2013 trad Marlie op in een uitzending van Hollandse Zaken over voeding en kanker.



**Hollandse Zaken** [bit.ly/2IITCBW](http://bit.ly/2IITCBW)





» der vaak niet waarmaken. De afgelopen jaren leerde ik mijn hulpverlenersneiging te vertalen naar bestuurlijke inzet.”

### **Gekrakeel over voeding**

“Toen ik de portefeuille ‘voeding’ kreeg, las ik me goed in over het dieet en de Niet-Toxische Tumor Therapie. Ook ben ik zelf gezonder gaan eten. *Practice what you preach*. In de eerste ledenvergaderingen die ik bijwoonde, was vaak gekrakeel over voeding. Binnen de MMV had je op dat moment twee partijen: aanhangers van het oorspronkelijke dieet van Moerman, en mensen die dat dieet wilden moderniseren. Met de aanpassing van de voedingsmiddelenlijst met aparte kolommen voor ‘Moermandieet’ en ‘Niet-Toxische Tumor Therapie’ laten we beide visies intact en is de discussie verstomd. De angel is eruit. De aangepaste voedingsmiddelenlijst respecteert beide zienswijzen en laat mensen de keus: wil ik het klassieke Moermandieet volgen of hanteer ik de richtlijnen van de NTTTT? Ik ben er best trots op dat deze oplossing uit mijn koker komt. Ik ben ook blij met de preventieve voedingsmiddelenlijst; voorkomen is immers beter dan genezen.”

“Waar ik ook aan heb bijgedragen is een verbetering van de interne communicatie. De ambassadeurs van MMV krijgen regelmatig een nieuwsbrief. Intern betrokken partijen, zoals de hoofdredacteur van Uitzicht, de webredacteur, MMV-natuurvoedingskundigen, de leden van de Media Raad en de

Medische Advies Raad, ontvangen maandelijks nieuws van de bestuursafdeling. Ook organiseerden we vorig jaar met een aantal sleutelfiguren uit de vereniging een hei-dag om in een ontspannen sfeer met elkaar te praten over de waarden van de vereniging. Het vergrootte de saamhorigheid. Het is prettig om in het bestuur van MMV te werken.”

### **Facebook**

“Mijn passie voor kennis over voeding in relatie tot gezondheid draag ik graag uit. In 2012 was er online nog weinig informatie over de Moermantherapie. Daarom startte ik de Facebookgroep ‘Eten volgens Moerman’, een besloten groep voor mensen die kennis en ervaring willen delen over de Moermantherapie en de Niet-Toxische Tumor Therapie. Soms ontstaat er een discussie over voeding. Als zo’n discussie te fel van toon wordt en niet meer bijdraagt aan kennisoverdracht, grijp ik wel eens in en verwijder een bericht. Dat gebeurde onlangs bij een draad? Over ‘rauwe eidooier’. Ik zet er dan bij dat ik het bericht verwijderd heb en waarom. Ik merk uit de reacties dat mensen die duidelijkheid waarderen. Het geeft houvast en daar zijn mensen lid voor.”

“In het begin was ik op feestjes een soort zendeling en wilde ik iedereen overtuigen van het nut van gezonde voeding. Maar ik heb geleerd mensen te respecteren in hun mening en keuzes. Ik dring het niet op. Als mensen een concrete vraag hebben, geef ik wel antwoord. Als iemand tegen me zegt dat een dierbare in zijn omgeving kanker heeft, vraag ik: ‘Staat hij of zij open voor complementaire geneeswijzen?’ Is het antwoord ‘nee’, dan houd ik er meteen over op. Maar als het antwoord ‘ja’ is, verwijs ik naar MMV en zeg dat we graag willen helpen. Ik wil best

zaaien, maar alleen in vruchtbare aarde!”

### **Hollandse Zaken**

“Het TV-programma *Hollandse Zaken* had medio 2013 een uitzending over kanker in relatie tot leefstijl. De redactie belde MMV voor interviewkandidaten. Dave Schut vroeg of ik wilde deelnemen. Prima, zei ik, op voorwaarde dat ik het ervaringsverhaal van mijn moeder mag vertellen. Ik wil niet belanden in discussies over kwakzalverij. Het aantal bezoekers van de website van MMV is nog nooit zo hoog geweest als na die uitzending.”

**‘Leden van MMV zijn eigzinnig. Die eigenwijsheid in mensen waardeer ik enorm’**

“Dit jaar was er een film over de Gersontherapie die veel aandacht kreeg in de media. Binnen MMV leeft dan de vraag of dit een kans is om onszelf in de kijker te spelen. Ik twijfel. Ik denk dat we beter onze energie kunnen steken in het van betekenis zijn voor de leden, dan in media-aandacht die wellicht louter controverser oplevert. Aan tafel bij een talkshow zou je toch snel in een ‘bewijs het maar eens’-discussie kunnen belanden. Heel misschien krijg je erkenning voor de rol van voeding bij de behandeling van kanker, maar dat betekent dan nog niet dat de therapie van dokter Moerman ook wordt erkend. Ik denk dat de kracht van MMV zit in de verhalen die mensen spontaan met elkaar de waarde van voeding voor hun levenskwaliteit delen. Onze leden zijn zó overtuigd van onze waarde; die ervaringen spreken voor zich.”

"Leden van MMV hebben met elkaar gemeen dat ze behoorlijk eigenwijs zijn. Die eigenwijsheid in mensen waardeer ik enorm."

"Ledengroei is voor mij geen doel op zich. De vereniging groeit licht de laatste jaren. Ik zie dat als een gevolg van het feit dat de vereniging betekenisvol is. Ook lijken we recent meer jongeren te bereiken. Toen ik mijn eerste ledenvergadering bezocht kwam er een vrouw naar me

toe die zei: 'O, fijn, jong bloed bij de vereniging!' Kan je nagaan... ik was toen 55 jaar en heette jong bloed! Als ik zie hoeveel twintigers en dertigers er zijn op de laatste ledendagen, ben ik tevreden: de rol van gezonde voeding en leefstijl krijgt steeds meer aandacht. Indirect krijgt dokter Moerman daarmee eindelijk de erkenning die zijn therapie verdient."

Marlie is dagvoorzitter van de landelijke MMV-bijeenkomsten.



## LEDENDAG IN BUNNIK 19 OKTOBER

MET RINEKE DIJINGA EN MARRY FOELKEL



Het Postiljon Hotel in Bunnik



Marlie Hillekens



Marc Spitse



Anne-Marie Poorthuis

### Programma

- 9.30** *Inloop met informatiemarkt*
- 10.00** **Opening Marlie Hillekens**
- 10.05** **Lezing kruidendeskundige Marry Foelkel**  
Marry's lessen uit de natuur
- 11.15** *Pauze met informatiemarkt*
- 11.35** **Bestuurslid Marc Spitse**  
Vernieuwing website
- 11.45** **Ervaringsdeskundige Lianne Spaander**  
Zang en verhaal
- 12.30** *Lunchpauze met informatiemarkt*
- 13.30** **Onderzoekscoördinator Anne-Marie Poorthuis**  
De patiënt als onderzoeker
- 14.00** **Natuurgeneeskundige Rineke Dijinga**  
Gezonde bodem, gezonde darmen (lezing, deel 1)
- 15.00** *Pauze met informatiemarkt*
- 15.15** **Natuurgeneeskundige Rineke Dijinga**  
Gezonde bodem, gezonde darmen (lezing, deel 2)
- 16.00** **Afsluiting Marlie Hillekens**

### Wees erbij!

Kosten inclusief gezonde lunch: € 20,- voor leden (+ 1 introduc e voor dezelfde prijs), €30,- voor niet-leden. Bestel nu kaarten via [www.mmv.nl/winkel](http://www.mmv.nl/winkel).

### AAN DE A12

Het Postiljon Hotel Bunnik ligt aan de A12 en er is voldoende gelegenheid om te parkeren. Komt u met de trein? Vanaf station Bunnik loopt u in tien minuten naar het Postiljon hotel. Slecht ter been? Vanaf Utrecht CS kunt u met bus 41 (richting Wijk bij Duurstede) uitstappen bij de halte 'Kosterijland'. Dan staat u voor het hotel.

De locatie is volledig rolstoeltoegankelijk.

### Adres:

Baan van Fectio 1  
3981 HZ Bunnik



Route [bit.ly/2mjrsxD](https://bit.ly/2mjrsxD)

