



Inhoud:

Activiteiten agenda 2008.....	2
Oplossing puzzel juli/augustus	3
Beweegmap Serviceapotheken	3
Voor gezonde voeding, omgaan met overgewicht en ondergewicht	3
Persbericht RPV 's-Hertogenbosch	4/5
Check: Het grootste atroseonderzoek ooit.....	5/6
De nieuwe ledenpas	6
Van schaamte wordt je een aardiger mens.....	6
Guinness world record Nordic Walking	7
Ons Jaarlijks reisje	7
Bewegings- en afslankinstituut Lilian prijzenlijst.....	8
Puzzel visite kaartje	8
Folder Bewegings- en afslankinstituut Lilian.....	midden pagina
Onderzoekpartners.....	9
Echte natuur geeft de meeste rust	9
Bechterew Symposium Brabant breed.....	10/11
Gehandicapten en chronisch zieken gaan er fors op achteruit.....	11/12
Correcte bewoordingen	12/13
Jubileumfesst.....	13
We zien onze voorzitter nooit.....	13/14
Borstvoeding.....	14
Goed nieuws voor modebewuste brildragers	14
Puzzel.....	15
Plasje van gezonde man klinkt hoger	15
Niet weggoaien.....	15
De volksmond over het weer in september	16
Van de Redactie	16

ACTIVITEITEN AGENDA 2008

za 30 aug.	10.00 uur Nordicwalking vanaf Fitland in Mill
za 20 sept.	Jubileumfeest i.v.m. ons 20-jarig jubileum
wo 24 sept.	13.30 uur Nordicwalking vanaf Erica in St. Hubert
4e kwartaal	Bechterewactiviteit door RPV Veghel-Uden in RRC te Eindhoven
zo 12 okt.	Activiteit i.v.m. wereldreumadag: stadswandeling door Ravenstein (info volgt)
zo 19 okt.	10.00 uur Nordicwalking vanaf de Nieuwe Wijngaard in Oeffelt
wo 5 nov.	Zwemmen in Arcen
wo 12 nov.	13.30 uur Nordicwalking vanaf de Heksenboom in St.Anthonis
wo 26 nov.	Sinterklaasavond
za 13 dec.	10.00 uur Nordicwalking vanaf van der Valk te Cuijk
december	Bezoek Kerstmarkt Oberhausen
wo 17 dec.	Kerstdecoraties maken bij Wilma Verbiesen (info volgt)
ma 22 dec.	Kerstdecoraties maken bij Wilma Verbiesen (info volgt)

Wat in 't vat zit:

- de podoloog (evt. i.c.m. een fysiotherapeut); voorjaar 2009
- een osteopaat
- een avond over Reiki
- een healingavond



NIEUWS VAN DE ONTSPANNINGSCOMMISSIE

Er is op dit moment geen nieuws van de ontspanningscommissie.



OPLOSSING PUZZEL JULI/AUGUSTUS



Puzzel oplossing:
GAST, ANNO, SNOT, TOTO

Het beroep van het visitekaartje was: **Badmeester**

BEWEEGMAP SERVICEAPOTHEKEN

Een aantal van onze bestuursleden heeft deze beweegmap bij zo'n Serviceapothek gehaald en bekeken. Onze conclusie is unaniem; zo'n map is voor iedereen een aanrader. Er staat heel veel informatie in over de meest uiteenlopende zaken op veel terreinen. Bovendien is het een losbladig systeem waar aanvullingen op mogelijk zijn. De map is gratis af te halen in elke Serviceapothek (bijv. Cuijk, Boxmeer en Mill). Het is wel fijn als je over internet beschikt omdat je via dat medium je beweegactiefpas kunt activeren en aanvullende informatie kunt verkrijgen.

VOOR GEZONDE VOEDING, OMGAAN MET OVERGEWICHT ÉN ONDERGEWICHT:

(www.dieetinzicht.nl)

Bent u op zoek naar informatie over de voedingswaarde van wat u eet? Wilt u vragen kunnen stellen aan een diëtiste? Probeert u een uitgebalanceerd voedingspatroon te volgen? Dan kunt u nu terecht op www.dieetinzicht.nl.

Deze website, die van oorsprong is opgezet voor patiënten die een nieraandoening hebben, wordt ondersteund door diverse diëtisten. Overgewicht, een belangrijke factor bij het ontstaan of verergeren van artrose, is aan te pakken met een goed voedingspatroon. Door het aanmaken van een voedingsdagboek en het stellen van vragen aan diëtisten helpt www.dieetinzicht.nl u op weg. Deze website biedt geen speciale informatie over reumatische aandoeningen. Voor specifieke vragen over voeding en jicht kunt u terecht op www.reuma-online.nl



s-Hertogenbosch, 1 augustus 2008



Persbericht RPV 's-Hertogenbosch e.o.

Geachte heer/mevrouw,

Graag attenderen wij u op onderstaande informatie over een te houden informatieavond.

Informatieavond 11 november 2008



Waarom nog krom met Bechterew?

VU Medisch Centrum Amsterdam heeft een speciaal kenniscentrum voor de ziekte van Bechterew. Om Bechterewpatiënten en andere direct betrokkenen, zoals familie, goed te informeren over de symptomen, behandeling en gevolgen in het dagelijks leven, organiseert de RPV 's-Hertogenbosch e.o. samen met het kenniscentrum op

dinsdagavond 11 november een informatieavond. Iedereen wordt van harte uitgenodigd om deze avond (gratis) bij te wonen.

In de presentaties staat centraal wat Bechterew nu precies is, welke symptomen en bijverschijnselen de ziekte kent en of genetische aanleg een rol speelt. Daarnaast wordt ingegaan op nieuwe ontwikkelingen zoals de succesvolle behandeling met TNF-blokkers waarmee inmiddels ruime ervaring is opgedaan. Ook een "beweegonderzoek" van het JBI komt aan de orde.

Datum : dinsdagavond 11 november 2008

Tijd : aanvang 19.30 u (ontvangst 19.00 uur met koffie/thee)

Locatie : Grand Café Brasserie Fleurie,
De Driesprong 11, Rosmalen (toegang vrij)

Medewerking verlenen :

- Mw. dr. Irene van der Horst-Bruinsma,
- reumatoloog VU Medisch Centrum Amsterdam
- Mw. Salima van Weely,
- fysiotherapeut/onderzoeker Jan van Breemen Instituut Amsterdam
- Interactief vraaggesprek reumatoloog/bechterewpatiënt.

Ook zal er een uitgebreide infomarkt aanwezig zijn waarbij de nodige informatie te verkrijgen is.

Wij vragen u vriendelijk uw achterban hierover te willen informeren.

Uw medewerking wordt bijzonder op prijs gesteld.

Bij voorbaat onze dank.

Met vriendelijke groet,

RPV 's-Hertogenbosch e.o.

Gerrit van der Zalm
voorzitter
tel: 0411 – 60 71 93
e-mail: gvdzalm@kpnplanet.nl
website: www.rpv-denbosch.nl

CHECK: HET GROOTSTE ARTROSEONDERZOEK OOIT.

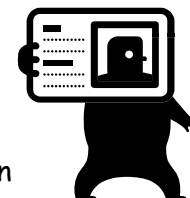
(Bron: Rond Reuma)

Artrose is met 1,2 miljoen patiënten de meest voorkomende reumatische ziekte in Nederland. Toch is er weinig over bekend. Dat is de reden waarom het Reumafonds in 2001 het initiatief nam voor CHECK, het grootste artroseonderzoek ooit. Duizend mensen met heup- en knieklachten worden 10 jaar lang gevolgd. Waarom dit artroseonderzoek? Hoe verloopt artrose vanaf het begin? Wat bepaalt dat deze ziekte bij de een leidt tot de noodzaak van een gewrichtsprothese en bij de ander niet? Op deze en nog vele andere vragen moet het onderzoek antwoord geven. Hans Bijlsma, professor in de reumatologie en voorzitter van CHECK licht toe: "We willen 2 dingen bereiken: zo groot en zo vroeg mogelijk een diagnose stellen en ontdekken hoe ernstig de ziekte op de lange termijn zal zijn. Hoe werkt dit onderzoek? Aan CHECK doen 10 onderzoekcentra en duizend deelnemers mee. Zij worden eenmaal per jaar onderzocht en ondervraagd over hun gewrichtsklachten. Viermaal is dit een uitgebreid onderzoek: bloed, urine röntgen, lichamelijk onderzoek en een vragenlijst. Het reumafonds financiert het onderzoek met 2,3 miljoen euro. Daar is nu 750.000 euro bijgekomen voor de analyse van de eerste gegevens. De vragen, die deze analyse moet beantwoorden zijn: hoe ontwikkelen de klachten zich? Hoe kan een beginnende

artrose goed in beeld gebracht worden door middel van bijvoorbeeld röntgen? En wat gebeurt er met de cellen bij artrose? Het gaat om een heel groot onderzoek waarin veel gegevens verzameld worden. Het opslaan van bloed en röntgenfoto's is kostbaar. Waarschijnlijk zal het onderzoek langer dan 10 jaar in beslag nemen. Dat zou betekenen dat er extra veel geld nodig is om het onderzoek verder voort te zetten.

DE NIEUWE LEDENPAS

Inmiddels hebben jullie begin juli, samen met de uitnodiging voor ons jubileumfeest, de nieuwe ledenpas toegestuurd gekregen. Met deze pas kun jullie je altijd legitimeren als lid van de RPV Land van Cuijk (en dus ook van de RPB). Het lidnummer dat vermeld staat op de ledenpas is tevens je bondsnummer. Zoals jullie wellicht nog weten kun je d.m.v. dit bondsnummer gebruik maken van kortingen, aanbiedingen enz. die door de RPB worden aangeboden zoals vermeld op hun website (en in andere officiële organen). Denk hierbij bijv. aan kortingen op zorgverzekeringen bij enkele maatschappijen of aanschaf van hulpmiddelen bij geselecteerde leveranciers. Wil je een compleet overzicht van deze zaken surf dan eens een keertje naar de website van de RPB (www.reumabond.nl). Mocht je hierover nog vragen hebben, bel of mail de voorzitter dan gerust even zodat die jullie verder kan proberen te helpen. Mochten er onverhoopt nog fouten op de ledenpas staan geef die dan door aan onze secretaris zodat aanpassing in onze bestanden kan plaatsvinden.



VAN SCHAAMTE WORDT JE EEN AARDIGER MENS

(de Gelderlander 27-06-2008)

Schaamte is een positieve emotie, het zet ons aan tot positiever gedrag. Uit onderzoek is gebleken dat sociaal gedrag naar de persoon tegenover wie we ons schamen een opknapeffect heeft voor onszelf. Schaamte- en ook schuldgevoel (denk bijv. aan roddelen of geheimpjes doorvertellen) leidt tot (extra) sociaal gedrag.

GUINNES WORLD RECORD NORDIC WALKING

Op 9 november a.s. vindt op initiatief van Advies & Bewegingscentrum Maassen te Boxmeer bovenstaande happening plaats. Er zijn minimaal 1200 deelnemers nodig die 3 km nordicwalken. Je kunt je inschrijven vanaf 11.00 uur en de start vindt plaats om 12.00 uur op die dag. Breng je eigen stokken mee. Heb je interesse om mee te doen kijk dan op www.nordicwalkingboxmeer.nl



ONS JAARLIJKS REISJE

Woensdag 25 juni was het weer zo ver. De mensen in Mill moesten al om 8.00 uur klaar staan, daarna waren de mensen van Beers en Cuijk aan de beurt. De chauffeur die ons vandaag overal heen zou rijden was bij vele mensen bekend, hij is een rasechte Millenaar.

Langs een rustige weg bracht hij ons naar Haarzuilens, waar de koffie en het lekkere gebak klaar stonden. De reis ging verder naar Zaanse Schans. Hier stond voor ons een heerlijke koffietafel klaar. Iedereen was dik tevreden. Het weer was weer fantastisch en de zon scheen heerlijk, dus wij konden de Zaanse Schans goed bekijken. Er moest wel gelopen worden maar overal stonden gelukkig bankjes voor een rustpauze. Daarna weer de bus in en op naar Volendam. Wij hadden gekozen voor een dubbeldekker en dan kun je helaas niet overal even dichtbij komen maar dat namen wij voor lief. Het wandelen op de dijk van Volendam was heerlijk. Er was genoeg te zien en er waren genoeg plekken waar je kon gaan zitten.

Vervolgens was het al weer tijd voor de terugreis. Wij reden binnendoor naar Leersum vanwege de vele files, met als resultaat een uur te laat bij Restaurant Darthuizen. Rond 20.00 uur reden wij richting Cuijk. De dag was weer heel fijn geweest en zonder problemen verlopen. Om 21.00 uur waren wij weer in Cuijk. Ik hoop dat ieder het naar zijn zin heeft gehad en tot volgend jaar met de groeten van Marijke Vergeest.



BEWEGINGS- EN AFSLANKINSTITUUT LILIAN

Rechts zien jullie de prijzen lijst wat bij de folder behoort die midden in Ons Buukske is geplaatst. Van de folder is de bedoeling dat men deze uit "Ons Buukske" neemt zodat deze goed leesbaar wordt. Om zo weinig mogelijk papier in beslag te nemen is er voor deze oplossing gekozen.

PUZZEL Visitekaartje

Welk beroep zit verscholen in dit visitekaartje

**A. O. Zeiler
Amen**

Oplossing in de volgende uitgave van 'Ons Buukske'

Prijzlijst Bewegings & Afslankinstituut LILIAN

t Zand 29 c, 5831 HG Boxmeer, Tel. fax. 0485-521553

SLANDEREN, UTSUKUTSYBODYTHERM, PEDICURE,
MASSAGE, DIËTISTE, ZONNEBANK, POWER PLATE

Openings tijden: Ma., Di. en Do. van 9.00 - 22.00, Wo van 9.00 - 12.00
en van 17.30 - 22.00, Vr van 9.00 - 12.00

* 1 Sessie slanderen	€ 12,50
10 Sessiekaart slanderen	€ 85,00
* Jaarpas slanderen	€ 55,00
1 x per week trainen/slanderen met een jaarpas	€ 7,00
Alle overige keren in de week met een jaarpas	€ 5,00
* Utsukutsy dieptewarmte 1 x proef behandeling gratis Kuur bestaande uit 12 behandelingen minimaal 2 x per week	€ 145,00
* Cursus *actief afvallen *i.s.m diëtiste Brigitte Claessens 10 weken 2 x per week trainen/slanderen 1 x per week een individueel voedingsgesprek met de diëtiste	€
* Combinatiemogelijkheid Kuur bestaande uit 24 behandelingen 2 x per week trainen/slanderen 2 x per week utsukutsy dieptewarmte	€ 197,50
* Powerplate abonnement per 1/2 jaar abonnement per 1/2 jaar voorjaarpashouder Per x van 15 min. incl. pauze's die u zelf kunt bepalen	€ 72,50 € 36,00 € 4,00
10 sessie kaart incl. abonnement	€ 36,00
20 sessie kaart incl. abonnement	€ 62,00
* 10 sessie kaart ZONDER abonnement	€ 85,00
* Combinatiemogelijkheid 10 sessie kaart slanderen +10 sessie kaart powerplate	€ 159,50
Utsukutsy dieptewarmte kuur bestaande uit 12 behandelingen +12 keer powerplate	€ 197,50
* Zonnebank 1x max. 30min. 10 x	€ 6,50 € 49,00
* Voetenmassage/Nekmassage 1x max. 10 min. 10 x	€ 1,75 € 12,50
Kleurenanalyse en kledingadvies p.p als in groep van maximaal vier personen, p.p.	€ 90,00 € 80,00
3 x powerplate of slanderen voor alleen als u er nog geen gebruik van heeft gemaakt	€ 15,00



ONDERZOEKSPARTNERS



Hierna volgt informatie over het project Onderzoekspartners door Hanne Velthuis van de Reumapatiëntenbond wat in augustus 2007 van start is gegaan. Het project heeft als doel om de samenwerking tussen wetenschappelijk onderzoekers en patiënten(organisaties) te bevorderen. De eerste centra die vorig jaar meededen aan het project waren de afdelingen Reumatologie van het Academisch Ziekenhuis Maastricht (AZM) en van het Leids Universitair Medisch Centrum (LUMC). Vorig jaar hebben we, na een intensieve werving- en selectieperiode, 11 mensen met reuma gevonden die hieraan mee wilden werken. Zij hebben inmiddels hun training gehad en zijn in duo's gekoppeld aan 7 onderzoeksprojecten in de betrokken ziekenhuizen. Dit jaar willen we het netwerk uitbreiden met 2 nieuwe afdelingen reumatologie. Naast het VUMC Amsterdam heeft ook Professor van Riel van het UMC St Radboud Nijmegen enthousiast gereageerd en hij heeft 5 onderzoeksprojecten geselecteerd waar onderzoekspartners aan mee kunnen werken. We zoeken nu ervaringsdeskundigen met reuma (uit de regio Amsterdam) en de regio Nijmegen die onderzoekspartners willen worden. De onderzoekspartners werken mee aan wetenschappelijk onderzoek. Ze krijgen begeleiding en een vrijwilligerscontract bij de Reumapatiëntenbond. Ter voorbereiding krijgen ze een gedegen training van de stichting Tools. Ik wil u hierbij hartelijk danken voor uw medewerking. Mocht u nog vragen hebben, wilt u dan, het liefst per e-mail maar ook telefonisch, contact met mij opnemen via de Reumapatiëntenbond.

ECHTE NATUUR GEEFT DE MEESTE RUST

(de Gelderlander 27-06-2008)

Vrij uitzicht op de natuur is de beste remedie tegen stress. Uit onderzoek blijkt dat bijv. natuur op de tv nauwelijks effect heeft op stress. In ziekenhuizen is gebleken dat het effect van een landschap op de muur of tv net zo groot is als dat van een kale blinde muur. In beide gevallen daalde de hartslag nauwelijks.



**Reuma
Patiënten
Vereniging**
Veghel-Uden.e.o

Lid Reumapatiëntenbond
Nederland Website: www.rpv-vegheluden.nl

Secr. Morsenburg 14, 5469 VH Erp
tel: 0413-211844
Rabobank Veghel 1533.56.103

1978-2008 30 jaar RPV

Bechterew Symposium Brabant breed 20-11-2008, Máxima Medisch Centrum, locatie Veldhoven

In samenwerking met het RRC Eindhoven en het AZM Maastricht, afdeling reumatologie organiseren wij op 20 november 2008 met medewerking van de Regioraad Brabant een symposium met als speerpunt: Bechterew.

Het is bekend dat de Reuma Patiënten Vereniging tot nu toe niet in de gelegenheid is geweest om voor de Bechterew patiënt een symposium te organiseren, terwijl er wel veel nieuwe ontwikkelingen te melden zijn voor deze patiëntengroep. u hebben wij besloten om ter gelegenheid van ons 30 jarig jubileum een symposium te organiseren, speciaal voor Bechterew patiënten en andere belangstellenden. Specialisten van het Regionaal Reumacentrum (RRC) Eindhoven en van het Academisch Ziekenhuis Maastricht (AZM), waar uitgebreide kennis voorhanden is op het gebied van Bechterew, hebben hun medewerking toegezegd. U bent van harte uitgenodigd dit symposium bij te wonen.

De sprekers:

Reumatoloog mevrouw dr. A. Boonen van het AZM spreekt over. Leven met Bechterew en arbeidsparticipatie, meteen een hot item voor de Bechterewpatiënt. Ook licht zij de nieuwe ontwikkelingen in de behandeling van Bechterew toe. Reumatoloog dr. E-J.Kroot, verbonden aan het RRC, gaat in op de nieuwe ontwikkelingen in de medicatie voor Bechterewpatiënten. Overige sprekers zijn de heer P. Chatrou en de heer J. Adelmeijer, beiden fysiotherapeut in Máxima Medisch Centrum. Zij spreken over "bewegen en meten". Tot slot geeft mevrouw A. Piepenbrock, reumaconsulente bij het RRC, uitleg over haar taken en wat zij voor de Bechterewpatiënt kan betekenen. In de pauze kunt u een kijkje nemen bij de informatiestands in de foyer.

Na de pauze is er gelegenheid om, als u wilt anoniem, vragen stellen aan de sprekers.

De gespreksleider is de heer A. Huisman, 2^e penningmeester van de Reuma Patiënten Vereniging, afdeling Veghel Uden.

De datum van het symposium is 20 november 2008, van 19.30 uur tot ongeveer 21.30 uur.

De locatie is het auditorium van Máxima Medisch Centrum, locatie **Veldhoven**. Adres: De Run 4600, 5504 DB Veldhoven.

Voor aanmelden en vragen kunt u bellen of mailen naar de heer A. Huisman, 0413-310888 of ahuisman@home.nl

Programma 20-11-2008

SYMPOSIUM BECHTEREW, MMC VELDHOVEN:

19.00 uur	Ontvangst met een kopje koffie of thee
19.30 uur	mevrouw dr. A. Boonen Arbeidsparticipatie
20.00 uur	de heer dr. E-J. Kroot Medicatie en behandeling
20.30 uur	de heren P. Chatrou en J. Adelmeijer Bewegen en meten
20.50 uur	mevrouw A. Piepenbrock Betekenis voor Bechterewpatiënten
21.10 uur	Pauze. Koffie/thee/fris
21.20 uur	Gelegenheid tot het stellen en het beantwoorden van vragen
21.45 uur	Einde Symposium

Route beschrijving:

Vanaf de ringbaan Eindhoven (de Hogt) de borden volgen "MMC Veldhoven".

GEHANDICAPTEN EN CHRONISCH ZIEKEN GAAN ER

FORS OP ACHTERUIT

(de Gelderlander 27-06-2008)



Veel mensen uit bovenstaande groep van patiënten met een laag tot modaal inkomen gaan er volgend jaar fors in inkomen terug door de

bepierking van de aftrek van ziektekosten bij de inkomstenbelasting, aldus het Nibud (Nederlands instituut voor budgetvraagstukken). Gehandicapten en chronisch zieken die in AWBZ-instellingen verblijven (bijv. een verpleeghuis), leveren 8 tot 9% in. Mensen uit dezelfde groep met een uitkering of inkomen onder modaal vaak 2 tot 9%.

CORRECTE BEWOORDINGEN

(UWV-perspectief van juni 2008)

De rolstoelgebundene zei tot de geleidehondafhankelijke: "Hé, visueel beperkte, wat vind jij er nou van?" "Waarvan?", vroeg de stokgebundene. "Nou van al die woorden die ze gebruiken voor onze aandoeningen", zei de motorisch uitgedaagde. "Tja", zei de lichtmissende, "ik zeg altijd maar, blind is blind en lam is lam". "Dat vind ik nou ook", zei de bewegingsgeremde, "maar dat vindt de normaalfunctionerende nou net niet". "Nee", zei de zichtgestoorde, "maar daar moet je je niks van aantrekken. De valide medemens grossiert in eufemismen". "In wat!?", vroeg de zitgenoodzaakte. "In eufemismen", zei de oogongelukkige. "dat zijn de correcte bewoordingen die voorzichtigheid willen uitdrukken, omdat lichaams-onbeperkte niet zo goed weten hoe ze met ons om moeten omgaan". "Aha", zei de looponmachtige, "is dat het? Vinden ze ons eng, denk je?" "Nou eng, dat is misschien niet het juiste woord. Ze zijn of voelen zich wat ongemakkelijk in onze nabijheid misschien, en daarom verzinnen ze dat soort woorden. Maar karretjesgekleusterde, daar kunnen wij zelf wat aan doen". "Wat dan", lichtontberende? "Nou, door ze op hun gemak te stellen. Door ze te laten zien dat wij veel meer overeenkomsten hebben dan verschillen. Wij moeten uit onze eigen hoekje komen, we hebben een stempel. We zitten al 20 jaar in de Wajong en jong zijn we allang niet meer. Wij zijn hier ooit 'geparkeerd'. Jij met je rolstoel, en ik met mijn hond. Ik ben trouwens al aan mijn 3^e hond bezig sinds ik in de Wajong zit." "Heb je die andere 2 opgegeten?" "Nee gek, die zijn gestorven van ouderdom. Ik wil zo graag terug in de maatschappij van die zogenaamd 'gewonen', en daarom zijn wij vanaf nu - nooit meer wij en zij nooit meer zij".

"Goed gesproken, blinde". "Ja hè, lamme. Zal ik je rolstoel duwen? Dat moet jij mij de weg wijzen".



JUBILEUMFEEST



Voor de allerlaatste (der Mohicanen) die zich nog niet hebben opgegeven voor ons jubileumfeest, bestaat de laatste mogelijkheid om dit z.s.m. te doen bij Karolien Schrijer (voor gegevens zie elders in Ons Buukske). Tevens kunnen mensen die problemen hebben met het vervoer naar ons jubileumfeest zich melden bij Karolien Schrijer. Zij probeert dan voor een oplossing te zorgen. Op de website vinden jullie al wat foto's uit de oude doos. Dit wordt aangevuld met nog meer foto's en ook oude verhalen en leuke anekdotes zijn van harte welkom. **TOT ZIENS OP ONS JUBILEUMFEEST OP 20 SEPTEMBER A.S.!**



WE ZIEN ONZE VOORZITTER NOOIT!



Mij is onlangs ter ore gekomen dat onze leden vinden dat de voorzitter zich te weinig laat zien bij activiteiten, bijeenkomsten enz. Ze kennen zijn naam wel maar ze kennen niet "de kop" die daar bij hoort! Natuurlijk heeft zoiets altijd oorzaken en ik heb soms een goede reden om er niet bij te kunnen of willen zijn. Maar jullie hebben gelijk. De voorzitter moet ook zijn gezicht af en toe laten zien zodat leden weten welke kop bij welke naam hoort. Gelukkig is het zo dat mijn mede- bestuursleden wel hun (lieftallige) hoofden regelmatig laten zien (waarvoor dank). Dat zijn dan mijn "ogen en oren" binnen de RPV zodat ik toch op de hoogte blijf van het wel en wee binnen onze club. Ik ben heel eerlijk, sommige zaken binnen de vereniging spreken mij persoonlijk minder aan (en dat mag ook vind ik). Ik organiseer ze, uiteraard samen met de rest van het bestuur, graag voor jullie maar ik hoef er niet persé bij te zijn. En ik ben ook zo eerlijk om te bekennen dat ik er gewoon niet aan denk om jullie even uit te zwaaien als jullie vertrekken voor onze jaarlijkse busreis of even binnen te lopen bij het maken van de kerststukjes of paastakken. Mijn vrouw "verwijt" mij die

" (te) nuchtere houding" ook wel eens maar het zit nou eenmaal een beetje in de aard van het beestje. Maar ik ga proberen "mijn leven te beteren" en hoop jullie binnenkort ergens bij een van onze activiteiten te ontmoeten.

BORSTVOEDING

(de Gelderlander 04-07-2008)

Borstvoeding geven, zeker tot aan de leeftijd van 2 jaar, heeft bijna alleen maar voordelen voor zowel de moeder als het kind. Het is in bijna de hele wereld vrij normaal dat dit gebeurt (tot de 4 jaar zelfs) enkel in onze "moderne" westerse wereld is dit niet (meer) zo (80% start met borstvoeding en na een half jaar is dit nog slechts 15%). Er wordt raar opgekeken als een vrouw haar kind zit te voeden in het openbaar, zeker als het wat ouder is. Bovendien spelen economische (geld) en esthetische (schoonheid) motieven ook zeker een rol. Maar er is (weer eens een keer) vastgesteld dat borstvoeding krijgen en geven ook op het terrein van gezondheid alleen maar voordelen biedt. Het kind wordt (beter) beschermd tegen sommige infecties, overgewicht en allergieën ook na de babytijd en voelt zich meer geborgen en veilig. De moeder heeft sneller haar normale gewicht terug en verlaagt de kans op het krijgen van **Reuma** en **borstkanker**.

GOED NIEUWS VOOR MODEBEWUSTE BRILDRAGERS

(de Gelderlander 05-07-2008)

Je kunt tegenwoordig zelfs digitaal brillen passen. Via www.BrilOnline.com kun je al meer dan 2.900 monturen bekijken en, m.b.v. een digitale foto, op je eigen hoofd zetten om te kijken of het iets voor jou is. Mensen durven op deze manier een meer uitdagende keuze te maken dan in de winkel met allemaal "priemende ogen" van andere klanten in je rug. Heb je een bril van jouw keuze gevonden dan stap je vervolgens naar de opticiën om de bril verder aan te laten meten. Je koopt dus enkel een montuur en dus geen glazen.



PUZZEL

Horizontaal en verticaal dezelfde woorden van de volgende betekenis invullen.

- 1 verlangen
- 2 wereldtaal
- 3 ademen
- 4 opkopers van gestolen goed

Oplossing in de volgende uitgave

	1	2	3	4	
1					
2					
3					
4					

PLASJE VAN GEZONDE MAN KLINT HOGER

(de Gelderlander 17-06-2008)

Onderzoek naar plasproblemen kan minder pijnlijk. "Een microfoon achter het scrotum en analyse van het geluid van de urinestraal kan de beruchte katheter vervangen", stelt natuurkundige Tim Idzenga in het blad Monitor van het Erasmus Medisch Centrum in Rotterdam. Hij kwam erachter dat de urinestraal van een gezonde man hoger klinkt

NIET WEGGOIEN

Als jullie Ons Buukske gelezen hebben, gooi het dan niet weg maar leg het neer in de spreekkamer van arts, tandarts, therapeut enz. Ook bij sportverenigingen, instellingen enz. kunnen we op deze wijze mensen attent maken op onze vereniging. Bij voorbaat dank voor jullie medewerking.



DE VOLKSMOND OVER HET WEER IN SEPTEMBER

(Bron: Sint-Gerardus dagkalender)

Als September met donder knalt,
met kerstmis sneeuw met hopen valt.

Helder op Kruisverheffingsdag (14 sept.),
een strenge winter met woest gedrag.

Is September mild,
wordt de winter wild

In september korten de dagen 1 uur en 54 minuten

VAN DE REDACTIE

De redactie van Ons Buukske houdt zich op geen enkele wijze verantwoordelijk (met uitzondering van de door de wet voorgeschreven verantwoording) voor de inhoud van, ook op verzoek van derden, geplaatste artikelen en evenmin voor de inhoud van advertenties. Als de redactie artikelen overneemt van anderen wordt altijd de bron vermeld. Advertenties in Ons Buukske houden geen automatische aanbeveling in van de betreffende artikelen door de RPV Land van Cuijk. Zelfmedicatie kan risico's inhouden. Raadpleeg daarom altijd eerst uw huisarts. Staan er onjuistheden in Ons Buukske vermeld, schroom dan niet om dit te melden bij de redactie.

Hebt u geen boekje ontvangen neem contact op met de redactie tel: 0486 - 42 08 01 alleen dan kunnen we actie ondernemen.

Wilt u iets insturen voor in Ons Buukske kunt u dat via de post of via e-mail (voorkeur gaat uit naar E-mail). Adres: Eindredactie RPV voorzitter@rpvlandvancuijk.nl