



Inhoud:

Visitekaartje (puzzel)	1
Activiteiten agenda 2010 - 2011.....	2
Nieuws van de ontspanningscommissie.....	2/3/4/5
Ons jaarlijks zwemuit van de donderdagmiddaggroep.....	5/6/7
Berichtje van de Penningmeester	7
Er op uit? Als dat zou kunnen	8/9/10
Komt u ook in de knel door de veranderingen in de AWBZ?	10/11/12
'T Pennetje.....	12/13/14
Gedichtje.....	15
Niet weggooien	15
Puzzel oplossing.....	15
Van de Redactie.....	16



VISITEKAARTJE

Welke beroep zit verscholen in dit
visitekaartje?

**H. Oud
Weert**

Oplissing volgende uitgave van Ons Buukske

ACTIVITEITEN AGENDA 2010

Zon 6 jun	Nordicwalking in St. Anthonis om 10.30 uur
Ma 7 jun	Jeu de Boulesavond in Vianen aanvang 19.00 uur
Wo 9 jun	Zwemmen in Arcen om 13.45 uur
Zo 27 jun	Fietsmiddag en barbecue
Wo 30 jun	Nordicwalking in Oeffelt om 19.00 uur
Za 24 jul	Nordicwalking in Haps om 10.00 uur
Zo 15 aug	Nordicwalking in Plasmolen om 10.00 uur
Ma 30 aug	Zwemmen in Arcen om 13.45 uur
Wo 8 sep	Nordicwalking in Boxmeer om 19.00 uur
Vrij 8 okt	Nordicwalking in Langenboom om 14.00 uur
Vrij 15 okt	breifabriek Marciënne en de Dom in Aken
Za 30 okt	Nordicwalking in St. Hubert om 10.30 uur
Wo 3 nov	Zwemmen in Arcen om 13.45 uur
Zo 21 nov	Nordicwalking in Sambeek om 10.30 uur
Wo 15 dec	Nordicwalking in Cuijk om 14.00 uur



ACTIVITEITEN AGENDA 2011

Vrij 11 nov Kerstshow Breifabriek Marciënne en kookshow

NIEUWS VAN DE ONTSPANNINGSCOMMISSIE

Nordicwalking

Op 23 april waren we met maar liefst 9 personen paraat bij De Valk in Cuijk om een mooie tocht te maken langs de mooie plassen tussen Cuijk, Beers en Linden.

Het geraas van de A73 en de rust van de grote waterplassen is een flink contrast, maar het heeft wel iets. We hadden prachtig weer en konden na afloop gezellig buiten op het terras onze welverdiende consumptie gebruiken.



Op 15 mei waren we met 6 personen om een mooie wandeling te maken door Mill. Marcel v. Erkelens loodste ons als een ware gids door de vele

tastbare herinneringen aan de oorlogsjaren. Ongelooflijk hoeveel bunkers er nog liggen, en wat te denken van het stuk waar zelfs loopgraven zijn nagebootst en waar het monument ligt met de spoorrails wat heel veel indruk op ons maakte. Naast de prachtige route onder weer prima weersomstandigheden kregen we een mooi stukje geschiedenis er bij cadeau. Dus degene onder ons die denken dat we alleen maar wandelen en kletsen hebben het bij het verkeerde eind. Waar we wel veel last van hadden was van vele kleine groene rupsjes die uit de bomen vielen, maar ja dat was dan het enige wat tegen zat. Marcel zelf stoorde zich aan een hobbelig stuk in het bos waar ook veel motorcrossers gebruik van schijnen te maken, maar dat was gelukkig in het begin van de route dus dat was voor ons geen probleem. Marcel, we hebben die 7 kilometer allemaal prima doorstaan. De cappuccino, koffie en thee smaakte prima bij Des Werelds in Mill.

Op zondag 6 juni lopen we in **St. Anthonis**, vertrek om **10.30 uur** vanaf **De Heksenboom**.

Op Woensdag 30 juni lopen we in **Oeffelt**. Let op veranderd tijdstip, niet om 14.00 uur maar om 19.00 uur. In plaats van een middagwandeling kiezen we dus voor de avond. **Vertrek om 19.00 uur bij cafe D'n Buurman** (voorheen De Nieuwe Wijngaard) aan het **Raadhuisplein**.



Voor meer info over nordicwalking kun je contact op nemen met José Kempen, tel. 0618353157.

Jeu de boules

Op maandag 7 juni gaan we gezellig jeu de boules spelen in Vianen. Opgeven kan nog tot uiterlijk 31 mei. Aanmelden via josekempen@rpvlandvancuijk.nl 0618353157. **Aanvang 19.00 uur** bij



tennisvereniging Fair Play aan de Koebaksestraat in Vianen, **kosten € 2,50 voor leden en € 5,00 voor niet-leden.**

De mensen van de jeu de boules vereniging staan klaar om ons te helpen, dus iedereen kan mee doen!

Busreis naar Altenahr & Arthal

Zoals het er tijdens het maken van deze tekst er uit ziet gaan we met 1 grote en 1 klein busje. Tijdens ons volgende Buukske kunnen jullie het reisverslag lezen.

Zwemmen in Arcen

Op woensdag 9 juni gaan we weer heerlijk ontspannen in het Thermaalbad in Arcen. Kosten € 8,00 en vervoerskosten in overleg met chauffeur. Aanmelden via Karolien tel. 0485 314538 of via tom.schrijer@rpvlandvancuijk.nl We vertrekken rond 13.00 uur en zijn tussen 17.00 uur en 17.30 uur weer thuis.



Fietsmiddag en/of barbecue

Op zondag 27 juni gaan we een mooie route van ongeveer 20 kilometer fietsen vanaf **gemeenschapshuis 't Trefpunt, Tolschestraat 2a, 5363 TC in Velp** (bij Grave) gelegen op het terrein van Dichterbij. Het is gemakkelijk te vinden, het terrein ligt aan de weg van Grave naar Reek. Bij de stoplichten bij Pannenkoekrestaurant D'N Tol en het ABC restaurant in Velp ga je komende vanaf Grave rechts af. Iets verder ga je links het terrein van Dichterbij op en fiets of rij je naar het zwarte golfplaten gebouw wat dus het gemeenschapshuis is. Ook mensen met een scoot mobiel worden van harte uitgenodigd om mee te doen.



Voor mensen die geen fietsendrager hebben proberen we vervoer te regelen, maar het is nog leuker als je zelf kunt fietsen naar Velp.

Heb je echt geen mogelijkheid je fiets mee te nemen en kun je zover niet fietsen dan moet je dit melden bij opgave!

Verzamelen voor de fietsers en scootmobielers om **13.30 uur** bij het gemeenschapshuis in Velp. Mensen die alleen willen genieten van de barbecue worden vanaf **15.30 uur** verwacht op dezelfde locatie. We verwachten rond 16.00 met de barbecue te kunnen beginnen en dat we uiterlijk 19.00 uur weer thuis zijn.

Aanmelden voor fietsen en barbecue kan via josekempen@rpvlandvancuijk.nl of via 0618353157. **Duidelijk aangeven of je komt fietsen en barbecue of alleen aan de barbecue mee doet. Kosten € 10,00 voor leden, € 16,00 voor niet-leden.**

Dit is incl. barbecue en 3 consumpties. De consumpties gebruikt tijdens de fietstocht komen voor **eigen** rekening.

Bij aanmelden ook **meteen** het geld overmaken ten name van RPV onder vermelding barbecue op 18.05.08.407

Aanmeldingen en betalingen dienen uiterlijk 14 juni binnen te zijn.

Wij vragen uw aandacht!



Wij krijgen nog wel eens te horen dat iemand 25, 40, 50 jaar getrouwd was. Niet iedereen geeft een feestje en dat hoeft ook niet. Als wij het op tijd weten zorgen wij voor een gepaste attentie (of je nu wel, of geen feestje houdt), maar wij kunnen niet ruiken wanneer iemand zoveel jaar getrouwd is. **Dus mensen als je iets te vieren hebt laat dit het bestuur even weten, doe je dit liever niet zelf laat een ander lid dit dan doen!**

Verder kregen we nog niet zo lang gelegen te horen dat iemand al heel lang ziek was maar nog niets van het bestuur had gehoord, ook hier geldt weer **wij kunnen niet ruiken of iemand ziek is!** Als wij weten dat iemand al langere tijd ziek is sturen we een kaartje, heb je behoefte aan bezoek tijdens je ziek zijn laat het dan even weten aan het bestuur, dan kunnen wij als dit gewenst is een bezoekje regelen. Iemand anders kan dit ook door geven aan het bestuur.

Het kan ook anders. Een lid belde dat ze zo blij was dat er tijdens haar ziekte aan haar gedacht was d.m.v. een kaartje op z'n tijd, was ook erg blij verrast met de kerstattentie en dankbaar voor alle Buukskes waar ze de nodige informatie uit kon halen. Ze was gewoon erg dankbaar dat ze lid was van de RPV, omdat ze er veel steun aan had!

Ons jaarlijks zwemuitje van de donderdaggmiddaggroep

Dit jaar was Langenboom aan de beurt om er een leuke middag van te maken. Iedereen liet zich verrassen, wat zou Langenboom ons nu te bieden hebben. Verzamelen om 13.30 bij Fitland en we zouden wel zien. Eenmaal was de tijd daar en werden we richting Langenboom gestuurd,

naar Museum/verzameling van Wim van Schayik. We werden zeer vriendelijk ontvangen en kregen een heerlijk bakkie koffie. Wim vertelde in het kort (via door een glas in loodraam gebrand met pictogrammen) hoe hij als Smid zover was gekomen om nu tot deze verzameling te komen. Zijn gehele "levenswerk" van Smit tot Museum directeur, kinderen en kleinkinderen stonden er op. Dit had hij door hard werken opgebouwd en zeker mochten wij zijn "meisje" niet



vergeten. Na deze uitleg werden we voorgesteld aan Toon Ermers, hij zou de rondleiding verzorgen en ongeveer om 16.00 zouden we dan weer samen een drankje nemen. Wij kwamen binnen in enorm grote hal en een zijstuk van 2 verdiepingen. We werden meteen erg aangetrokken

door de ongeveer 120 tractoren. Maar dat was nog niet alles, door onze begeleider werden we zeer gemotiveerd, om ook langs de tractoren te kijken en te lopen en werden we geprikkeld door de goede uitleg over dit enorm stukje nostalgie en oude techniek. De hallen waren zo ingericht dat er allemaal verschillende hoeken waren wat per item ingericht, zodat verleden werd "herleefd" o.a: slagerij, loodgieter, religieus, schooltje, tandarts, kapper, klompenmaker, mini kermis (met muziek en verlichting), speelgoed, schrijfmachines, schoenmaker, elektricien, fietsenmaker, bakker te veel om allemaal hier nu op te schrijven. En niet te vergeten soorten wijn, bier, blikken, stofzuigers, turfgereedschap enz. enz. Tussen door werden er enkel nostalgische materialen er uit gepikt/getoond er werd er gevraagd of iemand nog zich kon herinneren waar het vroeger voor diende. De oudere onder ons wisten vele materialen te herkennen. Iedereen was verbijsterd hoe schoon en netjes alles erbij lag. Elk stukje, hoe klein ook, stond netjes en keurig geordend in de schappen getoond. Na 16.00 u. liepen we weer richting de bar, om daar ons laatste dranken te nuttigen die ons werd aangeboden weer door Wim zelf. Voor het stellen van vragen werd te tijd voor genomen en weer vriendelijk beantwoord. Wim was zo enthousiast over zijn werk dat we maar moeilijk afscheid konden

nemen. Iedereen was er van overtuigd dat we nog een keertje terug kwamen. Wij bedankte Wim en Toon voor de ontzettende mooie en netjes verzorgende middag. Richting Mill om te gaan eten waren we allemaal nog steeds verbijsterd over de grote collectie en hoe schoon/netjes/geordend het allemaal was, waar een klein dorp groot in kan zijn. Het eten was ook dit jaar weer voortreffelijk bij het café /restaurant het Centrum in Mill. Daar De kok en zeker niet te vergeten de bediening weer



zeer goed voor ons zorgden en ons buikje was weer rond. Ook fam. Rooyackers werd bedankt voor de gastvrijheid en het smakelijk eten. Zo zie je maar weer, kort bij huis en toch een zeer geslaagde dag. Hetty, Gerry en Diny bedankt.

p.s. meerder foto's ziet u op de site!

BERICHTJE VAN DE PENNINGMEESTER

Het eerste halfjaar van 2010 zit er bijna op en dan wordt het (weer) tijd voor de penningmeester om in actie te komen. De volgende automatische incasso's worden rond de datum van 1 juli 2010 gedaan:

- 1) De zwemgelden voor het 2^e halfjaar 2010
- 2) De contributies voor 2010 en zwemgelden voor het 1^e halfjaar 2010 van nieuwe leden die in de loop van het eerste halfjaar 2010 lid zijn geworden c.q. zijn gaan zwemmen.



De leden die geen machtiging tot automatische incasso hebben afgegeven worden verzocht de bijdrage voor het zwemmen van het 2^e halfjaar 2010 tijdig over te maken. Dit geldt uiteraard ook voor de contributies 2010 en de bijdragen voor de Tai Chi lessen (t/m 30-06-2010).

Tevens zal ik zo spoedig mogelijk, maar in ieder geval voor 1 juli a.s., controleren (voor zover dit al niet is gebeurd) of alle betalingen gedaan door de leden in het eerste halfjaar van 2010 correct zijn verlopen. Mocht blijken dat er iets niet in orde is dan neem ik contact op met het betreffende lid.

ER OP UIT?? ALS DAT ZOU KUNNEN!

(uit Reumascoop van de RPV Tilburg en omstreken)

Nu het weer mooier weer wordt, is het leuk om te fantaseren over vakanties of mooie uitstapjes. Als je een beperking hebt of afhankelijk bent van zorg dan kan dat lastig zijn. Je moet immers rekening houden met reis en reisdoel.

Vakantiegids(en)

Een overzicht van vakantie-, sport- en recreatiemogelijkheden voor mensen met een beperking, van jong tot oud, staan in de zogenaamde **Blauwe Gids**. Het is een uitgave van de Nederlands Branchevereniging Aangepaste vakanties (NBAV).

Hierin vind je hun aanbod zoals het Rode Kruis, de Zonnebloem, Johanniter Hulpverlening, Flow Reizen, Lindetours Zorgreizen, ECT Reizen, SET Reizen en Vita V-Reizen. Daarnaast staan er ook veel advertenties in van bijvoorbeeld particulieren die aangepaste vakantiewoningen e.d. verhuren. Deze gids is te bekijken op internet en te bestellen via www.deblauwegids.nl.

Ook in de Support Vakantiegids 2009 (en 2010?) vind je een groot aantal adressen van aangepaste vakantiemogelijkheden, in zowel binnen- als buitenland. Deze gids is een speciale uitgave van Support Magazine (via www.supportmagazine.nl) waarop je je kunt abonneren.

Mensen die rolstoelafhankelijk zijn of hulp bij de (dagelijkse) verzorging nodig hebben kunnen bijvoorbeeld op vakantie met de (groeps)busreizen van Lindetours. Alle hotels zijn rolstoeltoegankelijk en alle verzorging is aanwezig. Er is ook een speciale jongerenreis en Lindetours organiseert ook dagtochten.

Individuele reizen voor mensen met een lichamelijke beperking worden bijvoorbeeld aangeboden door Landstede en Zorgvrij Vakanties.

Voor senioren zijn er meerdere organisaties die al dan niet georganiseerde reizen verzorgen zoals de Stichting SeniorVakantiePlan, de Stichting Mens en Samenleving (SMS) en de Johanniter Hulpverlening. Er zijn zowel mogelijkheden in binnen- als buitenland, in kleine groepen, individueel en met verpleegkundige begeleiding. Stichting Mens en Zorg organiseert o.a. vakanties voor mantelzorgers en verzorgende.

Via de Johanniterstichting kunt u een beroep doen op vrijwilligers (met eventueel een verpleegkundige achtergrond) die een vakantiereis van uw eigen keuze begeleiden. Dit betekent dan wel dat u een deel van de (reis)kosten van de begeleider op u neemt. Als u hier gebruik van maakt, moet u (uiteraard) goed afspraken om teleurstellingen te voorkomen. Voorts organiseert deze stichting in voor- en najaar ook enkele vakantieweken in Nederland voor mensen vanaf circa 50 jaar met een beperking, die niet zelfstandig op vakantie kunnen. De door hen georganiseerde vakantieweekends richten zich op mensen van ongeveer 30 tot 40 jaar.

Voor kinderen en jongeren

Stichting Kico is één van de organisaties die vakantie en weekends voor kinderen organiseert, waar thuis niet voldoende financiële middelen zijn om dit te bekostigen of waar kinderen opgroeien in een moeilijke (gezins)situatie. Er worden ook ouder-kind vakanties georganiseerd. Informatie hierover of inschrijving is mogelijk via www.kico.nl.

Stichting de Wielewaal biedt begeleide binnen- en buitenlandse vakantiemogelijkheden voor lichamelijke en verstandelijk gehandicapten kinderen en jongeren aan.

Ook Gehandicaptenreizen, Flow Reizen en Buitenhof Junior hebben een behoorlijk gevarieerd aanbod voor jongeren.

Daarnaast zijn er organisaties die zich richten op (nog) meer specifieke doelgroepen zoals De Luchtballon (astma, voedselallergie), Ronald McDonald en Bio Vakantieoord voor gezinnen met kinderen met

een handicap en tenslotte het Prinses Beatrixfonds voor kinderen met een spierziekte.

Wellicht zit er iets voor jullie tussen!

Komt u ook in de knel door de veranderingen in de AWBZ? Laat het weten!

(Uit in Beweging van april 2010 door Judith Urban)

Hebt u sinds vorig jaar geen recht meer op hulp uit de AWBZ? Krijgt u niet langer of minder begeleiding van de thuiszorg? Hebt u het gevoel dat u uw kinderen niet meer goed kunt verzorgen? Of kunt u zichzelf juist prima redden? Landelijke patiëntenorganisaties doen in opdracht van staatssecretaris Jet Bussemaker van het ministerie van Volksgezondheid onderzoek naar de gevolgen van de aangescherpte AWBZ. Zij zijn op zoek naar uw ervaringen en hebben speciaal hiervoor een meldlijn in het leven geroepen.

Sinds 2009 komen mensen minder makkelijk in aanmerking voor zorg uit de Algemene Wet Bijzondere Ziektekosten (AWBZ). Staatssecretaris Jet Bussemaker heeft de criteria aangescherpt omdat zij wil dat de AWBZ alleen wordt gebruikt door mensen waarvoor deze zorg in het leven is geroepen.

Bussemaker heeft de patiëntenorganisaties gevraagd om onderzoek te doen naar de gevolgen van de veranderingen voor mensen die gebruik maken van de AWBZ. Krijgen zij nog alle hulp die zij nodig hebben? De patiëntenorganisaties hebben in april 2009 een meldlijn in het leven geroepen waar mensen hun ervaringen met de aangescherpte maatregelen kunnen rapporteren. Sinds april vorig jaar hebben ruim 4.000 mensen gebruik gemaakt van deze mogelijkheid. Ruim zestig procent van hen kreeg minder begeleiding of helemaal geen begeleiding meer. Een deel hiervan zegt met de veranderde situatie te kunnen leven of probeert de problemen op te lossen met behulp van familie of bekenden. Maar veel mensen laten weten dat zij moeite hebben om de

eigen beperkingen op te vangen en vragen zich af of zij hun zelfstandigheid kunnen behouden.

Sociaal vangnet

"De AWBZ vervult een belangrijke functie voor mensen die zorg nodig hebben. En dan heb ik het niet over het opplakken van een pleister of het wassen van iemands benen en ook niet om hulp in de huishouding. De AWBZ is een sociaal vangnet dat ervoor zorgt dat mensen een zelfstandig leven kunnen leiden", zegt Siska de Rijke van de Raad voor Chronisch Zieken en Gehandicapten (CG-Raad), één van de patiëntenorganisaties waarbij mensen hun ervaringen met de AWBZ kunnen melden.

"Het afgelopen jaar is iedereen die zorg uit de AWBZ ontving, opnieuw geïndiceerd. Wij willen de consequenties van deze herindicaties in kaart brengen. Het gaat hierbij vooral om de functie begeleiding. Het ondersteunen van mensen bij dagelijkse werkzaamheden als boodschappen doen, het verzorgen van de kinderen of het aanreiken van papieren tijdens het bijhouden van de administratie. Ook de mogelijkheid om gebruik te maken van dagopvang valt hieronder."

Siska de Rijke: "De mensen die niet meer in aanmerking komen voor zorg uit de AWBZ, en dat is ongeveer een derde van alle mensen die er voorheen een beroep op deden, zijn in de meeste gevallen aangewezen op de Wet maatschappelijke ondersteuning (Wmo). Dat betekent dat zij voor hulp moeten aankloppen bij de gemeente. Maar nog niet elke gemeente is hier goed op ingericht. Dat zijn ook zaken die wij graag van mensen horen: worden ze überhaupt geholpen en krijgen ze wat ze nodig hebben?"

Ze benadrukt dat ze niet alleen op zoek is naar slechte ervaringen. "We hebben per slot van rekening een meldpunt opgericht, geen klachtenlijn. Het gaat om het in kaart brengen van de gevolgen en daar maken de positieve ervaringen net zo goed deel van uit. Sterker nog,

het melden van positieve ervaringen kan mensen enorm helpen om de moed erin te houden en te blijven vechten voor een zelfstandig bestaan."

In april starten zeven landelijke patiëntenorganisaties met een meldactie. Op de websites van de deelnemende organisaties kunnen mensen online een vragenlijst invullen. Bellen is ook mogelijk. Voor de zomer zullen de patiëntenorganisaties op basis van de meldingen een evaluatie aan de staatssecretaris presenteren.

Wilt u ook uw ervaringen met betrekking tot de veranderingen in de AWBZ melden? Kijk dan op www.cg-raad.nl

Ad Poppelaars, directeur van de CG-Raad:

"De veranderingen in de AWBZ leiden ertoe dat mensen gaan afzien van hulp die zij nodig hebben om zelfstandig te kunnen leven, omdat het te ingewikkeld wordt om die hulp te krijgen of omdat ze het niet meer kunnen betalen. Het gevolg is dat ze verwaarlozen of vereenzamen en dat is, wat wij noemen, een ongewenst effect van het beleid."

De deelnemende patiëntenorganisaties zijn: CG-Raad, CSO, Per Saldo, Landelijk Platform GGZ, LOC Zeggenschap, NPCF en Platform VG.

T PENNETJE



Hallo, ik ben Wilhelmiën Relou.

Ik ben getrouwd en moeder van twee volwassen kinderen, zij wonen allebei niet meer thuis.

Ik heb de pen gekregen van Ans Siebers, en zij heeft mij gevraagd of ik wat over mezelf wil schrijven.

Zoals ik al gezegd heb ik ben Wilhelmiën Relou, ik ben 53 jaar en woon in St. Hubert met mijn man Arnold en al 30 jaar getrouwd.

Ik was ongeveer 39 toen ik (beperkt) ziek werd. Er werd o.a. Reuma vastgesteld. Ik had op dat moment een leuke baan als voedingsassistente bij Pantein in Boxmeer in het verzorgingshuis. Hier ben ik mee begonnen toen mijn kinderen naar de middelbare school gingen. Hiervoor ben ik als moeder voor mijn kinderen thuis geweest en deed hier en daar wel wat poetsen of oppassen onder schooltijd. Toen er een vacature vrij kwam voor de voeding ben ik er op in gegaan en werd daar voor uitgelood. Ik had helemaal geen

diploma's, zelfs geen huishoudschool. Ik ben intern gaan leren als voeding medewerkster in Overloon. Toen ik daar mee klaar was mocht ik naar St. Anthonis ook weer in de keuken om daar broodmaaltijden klaar te maken en mee helpen in de keuken. Na een paar jaar werd ik ziek en kon ik dat werk niet meer doen in de keuken en werd ik overgeplaatst naar Cuijk om in zorgcentrum Maartenshof als voeding medewerkster aan de slag te gaan op therapeutische basis.

Mijn gezondheid ging steeds meer achteruit, en wat ik ook maar deed het ging niet meer en ik werd ook nog geestelijk ziek.

Na 6 jaar hard werken in loondienst is mijn gezondheid zo hard achter uit gegaan dat ik in de W.I.A. terecht kwam.

Een jaar daarna kwam mijn man Arnold ook thuis te zitten. Hij moest een darmonderzoek ondergaan wat eigenlijk maar een klein onderzoek was. Maar door een verkeerde beslissing van een verpleegkundige is Arnold naar huis gestuurd terwijl dit eigenlijk nog niet kon. Dit heeft ernstige gevolgen voor hem gehad en na 35 jaar hard werken kwam hij van de ene op de andere dag ook thuis te zitten en werd volledig afgekeurd.

Dat we beiden in de W.I.A. zitten is voor ons beiden heel moeilijk.

Ik gaf in mijn vrije tijd workshops sieraden maken en bloemschikken en had heel veel hobby's die ik nu niet meer kan uitvoeren.

Maar door mijn goede hulp bij de G.G.Z. (Geestelijke Gezondheids Zorg) heb ik mij er door heen geslagen en heb andere hobby's gevonden en merk ik dat ik best nog wel veel kan met mijn beperkingen.

Mijn werk miste ik heel erg, en ben toen op zoek gegaan naar rijwilligerswerk. Al ruim 5 jaar doe ik met heel veel plezier administratief werk bij stichting B.U.C. (Bureau Uitkeringsgerechtigden Cuijk) , de ene week een halve dag, en de andere week 2 halve dagen.

Maar telkens weer lever ik in op mijn gezondheid, ook al is dit aan de buitenkant niet direct op te maken dat ik behoorlijk met mijn gezondheid sukkel. Inspanningen verrichten heb ik altijd gezien als een uitdaging, diverse operaties heb ik ondergaan, en nu blijkt dat het hier niet meer blijft want er volgen er nog meer binnenkort.

De reumatische aandoeningen eisen hun tol en dit komt tot uiting in aanhoudende hevige pijnklachten in mijn gewrichten.

Via mijn reumatoloog is met vele middelen geprobeerd de ziekte tot in de kiem te smoren, al waren de medische behandelingen helaas niet succesvol te noemen.

Psychisch heb ik er heel veel mee geleden.

Spanning en onzekerheid beheersen inmiddels mijn dagelijks patroon. Ik tracht wel het een en ander zoveel mogelijk voor de buitenwereld te verbloemen door mij overdreven verbaal te gedragen. Maar alles wat hier achter schuilt is zaken verdonkermanen en mezelf moed inspreken om te overleven.

Hoe graag ik ook zou willen dat mijn leven weer op orde komt, hoe graag ik ook zou willen dat ik het verleden kan laten voor wat het is, hoe graag ik ook zou willen dat pijn niet mijn leven zou beheersen, de realiteit is helaas anders. De realiteit is en blijft dat ik vlucht voor alles wat mijn leven overhoop blijft halen en waar ik mezelf totaal in dreig te verliezen. Hierdoor ben ik veelvuldig aan gewezen op mensen om mij heen die ik kan en wil vertrouwen, en waar ik me veilig bij voel. Deze mensen zijn van grote waarde voor mij en hebben mede zorg gedragen dat ik het leven weer heb willen oppakken en van daar uit het vertrouwen weer aan mezelf heb kunnen geven om toch nog iets van het leven te maken. Dit heeft wel zoveel van mij geëist dat ik hier door heel veel energie heb zien weg ebben. Mijn sociale leven is door mij dusdanig ingevuld dat ik me hierin krampachtig staande probeer te houden, maar gelijktijdig realiseer ik maar al te goed dat eens de dag aan breekt dat ook dit voor mij weg gaat vallen. Zie het sociale leven wat ik leid maar als een vlucht om het verleden, de pijn en de tegenslagen te verbergen, maar gelijktijdig wil ik laten zien dat ik ook nog wat kan! Ik zou heel graag iemand willen zijn zoals anderen, maar gelijktijdig realiseer ik mij ook dat ik ben wie ik ben, en dat mijn leven grotendeels bepaald zal worden door mijn verleden en door mijn medische klachten en beperkingen. Ik voel mij thuis het veiligste en kan dan ook redelijk functioneren als ik zoveel als mogelijk mijn eigen lijn kan uit zetten, en dat doe ik op basis van wat ik voel en wat mijn lichaam aan signalen geeft. Daarom ben ik nu aan het schilderen geslagen en kan mijn verdriet en boosheid daar in uiten. Het zijn kleurrijke schilderijen die geschilderd zijn op linnen met acrylverf. Deze schilderijen zijn op verschillende plaatsen te zien o.a. bij sportschool L.C.B. in Beuningen, bij dokter Boesten in Mill, bij de G.G.Z. in Boxmeer en bij de G.G.Z. inloop in Boxmeer. Ook zijn ze momenteel in de Jachthoorn in St. Hubert te bezichtigen en natuurlijk ook bij mij thuis. Mocht je interesse hebben, mijn schilderijen zijn ook te koop en 10 % van de opbrengst gaat naar goede doelen, en voor dit jaar is dit bestemd voor de RPV Land van Cuijk.

Groet Wilhelmiën Relou.

Ik wil het pennetje door geven aan Anita Raemaekers, Anita succes!

(in het Toon Hermansjaar een gedichtje van zijn hand)

Dag

Elke dag is er een
elke dag is uniek,
de een is een put
en de ander een piek.

Gun elke dag
zijn eigen gezicht
de ene is open
de andere is dicht

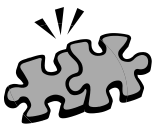
De een is perfect
en de ander van slag
je maakt van een put
nooit een piek van een dag.



Groetjes Liny

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.



OPLOSSING PUZZEL MEI

Oplossing Visitekaartje: **Zenuwarts**
Puzzel oplossing: **Lantaarnpaal**



PRAKTIJK VOOR PODOLOGIE

ORTHOPEDISCHE
SCHOENAANPASSINGEN

PIETER BONGARTZ

PODOLOOG-SPORTPODOLOGIE

OOK VOOR DIABETES EN REUMATISCHE VOETEN

PRAKTIJKADRES : JAN VAN CUIJKSTRAAT 87 - CUIJK

0485-31 81 39 * 06 – 44 27 40 95

Raamstraat 2C
5831 AT Boxmeer



E-mail: info@veldhuijzen.nl
Website: www.veldhuijzen.nl
Telefoon: 0485-571186

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.

Dit exemplaar is in week 21 verzonden

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