



Ons Buukske

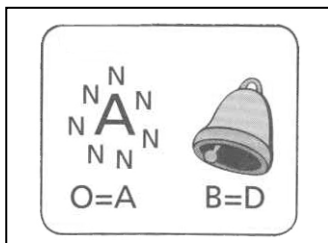
Contactblad van de
Reumapatiëntenvereniging
Land van Cuijk
December – Januari 2014

Inhoud:

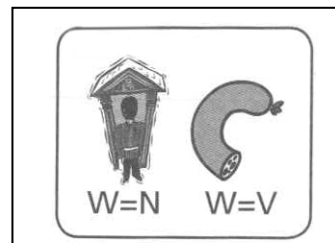
Colofon RPV Land van Cuijk.....	2
Voorwoord voorzitter	3
Activiteiten agenda 2014	3
Activiteitenplanning 2015 (eerste half jaar)	3/4
Nieuws van de ontspanningscommissie.....	4/5
Bericht Reumafonds	6
Oproep voor Collectanten	7
Singelloop tegen Reuma in Utrecht.....	8/9
Cursus Reuma uitgedaagd	9
Sint Workshop.....	10
Kerstworkshop	10
Dubbel Bond	10/11
Een mooie Wandeling	11/12
Fietstocht 2014	12
Promotie voorjaar 2015 Yvonne Vendrig – De Punder.....	12/13
Lezing DRS. Toon van Helmond.....	13
Oplossing Plaatjes puzzel	13
Groeten uit Staphorst.....	14/15
Even Voorstellen.....	15
Niet weggooien	16
Van de Redactie	16

PLAATJES PUZZEL

1



2



Colofon RPV Land van Cuijk

Inschrijving Kamer van Koophandel: 40218859
IBAN nummer NL17RABO0180508407
website: www.rpvlandvancuijk.nl

Penningmeester, ledenadministratie, eindredactie van Ons Buukske

Mevrouw M.L.A.J. (Mariëtte) Reijnen-de Groot
Telefoon: 0485-362218
E-mail: rpvlandvancuijk@hotmail.com

Voorzitter en ombudsman

De heer H.M. (Henk) Kuppen
Telefoon: 0485-452719
E-mail: hkuppen@home.nl

Bestuurslid, vice voorzitter

Mevrouw J.G.T.M. (José) Kempen Loonen
Telefoon: 06-18353157
E-mail: kempenloonen@home.nl

Bestuurslid secretariaat

De heer H.M.J.(Hennie) Bongers
Telefoon: 0486-476514
E-mail: henniebongers@ziggo.nl

Bestuurslid, contactpersoon Arcen en Sanadome, ontspanningscommissie, hydrotherapie

Mevrouw M. (Monique) van Erkelens
Telefoon: 0485-470287
E-mail: mvanerkelens@home.nl

Aspirant bestuurslid

Mevrouw. J. (Jolanda) van Wely
Telefoon: 0485-215182
E-mail: jolandavanwely@home.nl

Aspirant bestuurslid, ontspanningscommissie

Mevrouw P.M.F. (Francine) Verhoeven
Telefoon: 0485-385756
E-mail: francine.verhoeven@gmail.com

Aspirant bestuurslid

De Heer P. (Peter) van Heeswijk
Telefoon: 0485-322363
E-mail: peter.vanheeswijk@online.nl

Café zaal het Heike,

Leeuwerikstraat 68, 5451VD Mill.
Tel: 0485- 451840





VOORWOORD VAN DE VOORZITTER



Met de feestdagen in het verschiep realiseer ik me dat het voor veel mensen een vrolijke tijd aanbreekt. Echter ook zullen velen van ons dit als een moeilijke, vermoeiende periode ervaren. De extra inspanningen om nog af te maken wat we voor dit jaar hebben toegezegd, en de voorbereiding voor de feestdagen, vergen de nodige energie, soms meer dan we hebben. Dit doet me denken aan de lezing van Drs. Toon van Helmond die hij voor onze vereniging onlangs heeft verzorgd. Tijdens deze lezing gaf hij aan dat we moeten doen wat we kunnen maar ook onze grenzen moeten kennen. Schroom niet om hulp te vragen voor dingen die we niet (meer) kunnen. Er zijn altijd mensen bereid om hulp te verlenen, zoals wij zelf anderen helpen.

Helaas moet ik u melden dat de inspanningen die een bevriende (sport)relatie (via een accountbureau) in het overleg met Zorgverzekeraar C.Z. niet het gewenste resultaat heeft opgeleverd. Het advies van de bureau is dan ook om de voorwaarden van de diverse zorgverzekeraars goed te bekijken en zo nodig over te gaan naar een andere verzekeraar. Betrek in de keuze ook de voorwaarden die invloed kunnen hebben op andere zaken dan het bewegen in extra warm water en eventueel ook voor de andere gezinsleden. Nu is er nog tijd om deze afweging te maken en zo nodig te wisselen van zorgverzekering. Rest mij nog jullie allen prettige feestdagen en een goede jaarwisseling te wensen en tot ziens in het nieuwe jaar.

Henk Kuppen.

ACTIVITEITEN AGENDA 2014

Wo	10 dec	Kerst workshop
Za	13 dec	Wandelen in Gassel vertrek 10.30 uur. Let op datum is veranderd

ACTIVITEITENPLANNING EERSTE HALFJAAR 2015

Op verzoek van leden zijn er ook enkele middagactiviteiten opgenomen in dit programma, niet iedereen heeft in de avonden nog de energie om naar een activiteit te gaan vandaar!

Verdere uitleg van activiteiten kunt u vinden verderop in ons infoblad of op de site. Bij sommige activiteiten staat tussen haakjes wat de bedoeling is, maar de afspraken zijn nog niet afgerond vandaar het uitroepen erachter.

- Wo 7 jan Toneel alleen voor leden RPV en introduc e in gemeenschapshuis 't Akkertje in Vianen. 19.30 uur Zaal is open vanaf 19.00 uur.
- Zo 11 jan Nieuwjaarsbrunch bij De Witte Brug in Boxmeer, aanvang 11.00 uur tot 14.00 uur.
- Zo 18 jan Wandelen vanaf de kerk in Vianen 10.30 uur
- Ma 9 feb Zwemmen in Arcen. 13.45 uur tot 16.15 uur
- Za 21 feb Wandelen vanaf de Markt in Boxmeer. 10.30 uur
- Wo 25 feb Thema avond (Mindfulness!)in 't Heike in Mill. 19.30 uur
- Zo 8 mrt Wandelen vanaf restaurant St. Walrick in Overasselt. (parkeren in bos erachter). 10.30 uur
- Wo 11 mrt Algemene Ledenvergadering in 't Heike in Mill. 19.30 uur
- Wo 18 mrt Zwemmen in Arcen. 13.45 uur tot 16.15 uur
- Wo 25 mrt middagactiviteit om 14.00 uur Paasbingo in 't Heike in Mill.
- Za 4 apr Wandelen vanaf Fitland in Mill. 10.30 uur
- Wo 15 apr Thema avond (Yoga!) bij 't Heike in Mill 19.30 uur
- Zo 26 apr Wandelen vanaf de kerk in Haps. 10.30 uur
- Wo 11 of 18 mei Middagactiviteit Jeu de Boules in Vianen (kan nog een andere middag worden!)
- Za 16 mei Wandelen vanaf de grote parkeerplaats midden in Plasmolen. 10.30 uur
- Wo 20 mei Dagtocht naar Breifabriek Marci enne met aspergemenue en bezoek aan aspergemuseum De Locht in Melderslo. Vertrek rond 9.00 uur bij NS station in Cuijk, thuis rond 19.30 uur.
- Zo 31 mei Wandelen vanaf de kerk in centrum van Gennep. 10.30 uur
- Zo 14 jun Fietsdag, vertrek rond 11.00 uur.
- Za 20 jun Wandelen vanaf de kerk in Beers. 10.30 uur

De jaarlijkse busreis staat dit jaar gepland op woensdag 2 september. De planning voor de 2^{de} helft van 2015 komt in maart in ons infoblad, sommige dingen zijn niet zo vroeg vooruit te plannen vandaar deze keuze om het in 2 stappen te presenteren. Zijn er op of aanmerkingen of heeft u een goed idee voor een activiteit dan horen we dit graag.

Namens de ontspanningscommissie.

NIEUWS VAN DE ONTSPANNINGSCOMMISSIE

Wandelen vanaf hotel van der Valk in Cuijk

Zaterdag 18 oktober hebben we met 9 personen genoten van een mooie wandeling in Cuijk.

Langs de kraaienbergse plassen en de heeswijksekampen weer terug

naar hotel van der Valk. Om daar onder het genot van een kopje koffie nog even na te praten over het mooie weer en de mooie route die we hebben gewandeld. Daarna konden we met een voldaan gevoel weer huis waarts.

Wandelen de kuilen Langenboom

Zondag 16 november zouden we gaan wandelen bij de kuilen in Langenboom, door het slechte weer waren er maar 2 personen. Na een korte wandeling onder de paraplu hebben deze toch mooi even een frisse neus gehaald.

Zwemmen in Arcen

Wo. 19 november hebben we met 7 personen genoten van een middag zwemmen in Arcen.

TONEEL woensdag 7 januari 2015

Op woensdag 7 januari 2015 speelt toneelgezelschap "ons plezier" uit Vianen voor RPV "Land van Cuijk" en introduceert het blijspel "Gezelschap gevraagd" geschreven door Marijke Cromvliet. Het toneelspel bestaande uit drie bedrijven belooft een doldwaze voorstelling te worden waarin veel gelachen kan worden. Waar: Gemeenschapshuis 't Akkertje, Akkerweg 1 5434 PA Vianen (rolstoel vriendelijk) Tijd: Zaal open om 19.00 uur. Voorstelling begint om 19.30 uur. Kosten: Inclusief 2 consumpties 5 euro voor leden en 7.50 euro voor niet leden. Graag voor 23 december overmaken t.n.v. RPV land van Cuijk op Rabobank-rekening nr. 18.05.08.407 o.v.v. toneel Vianen. Opgeven: Voor 23 december met vermelding van aantal personen bij Monique van Erkelens 0485-470287 of mvanerkelens@home.nl

De activiteitencommissie wenst u alvast een gezellige avond toe.

NIEUWJAAR BRUNCH 11 januari 2015

Op zondag 11 januari zijn wij te gast bij De Witte Brug Sint Anthonisweg 63 te Boxmeer, voor onze Nieuwjaar brunch. Degene die er vaker geweest zijn weten, "goede wijn behoeft geen krans". De tijd is gepland van 11.00 uur tot 14.00 uur. De kosten die hier aan verbonden zijn voor leden ??? Euro en voor niet leden ??? euro. Graag overmaken op Rabobank-rekening nr. 18.05.08.407 o.v.v. brunch 2015. Voor degene die een dieet hebben dit graag bij opgave vermelden. Opgeven voor 4 januari met vermelding van aantal personen kunt u bij, Monique van Erkelens 0485-470287 of mvanerkelens@home.nl

Namens de activiteitencommissie een gezellige en smakvolle brunch toegewenst

dr. Jan van Breemenstraat 4
1056 AB Amsterdam
Postbus 59091
1040 KB Amsterdam

T 020 • 589 64 64
F 020 • 589 64 44

info@reumafonds.nl
www.reumafonds.nl

KvK 40408531

**RPV Land van Cuijk e.o.
t.a.v. het Bestuur
Zwanenhorst 12
5361 TN Grave**

Geacht bestuur,

Zaterdag 17 mei jl. hebben wij wederom velen van u ontmoet tijdens de Besturendag in het Spoorweg Museum te Utrecht. Ook het werven van vrijwilligers voor de jaarlijkse collecte is weer ter sprake gekomen. Vele RPV's hebben zich enorm ingespannen om nieuwe vrijwilligers te werven voor de collecte van 2014. Er waren zelfs RPV'S die tientallen nieuwe collectanten hebben geworven. Een prima resultaat.

Met het oog op de komende collecte in maart (16 t/m 21 maart 2015), willen wij ook dit jaar weer om uw medewerking vragen bij het werven van nieuwe vrijwilligers.

Graag ontvangen wij van u, vóór 1 januari 2015, het aantal vrijwilligers (organisator, wijkhoofd, collectant) die lid zijn van uw vereniging. Daarnaast vragen wij u zich weer te willen inspannen voor het werven van nieuwe coördinatoren, wijkhoofden, collectanten voor de collecte 2015.

Deze nieuwe vrijwilligers hoeven natuurlijk geen lid te zijn van uw vereniging, maar u kunt wel samen met uw leden; familieleden, vrienden, kennissen, burens, etc. benaderen. Bijvoorbeeld middels een belactie. (zie ook de bijlage)

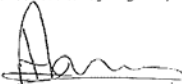
U hoeft dat natuurlijk niet alleen te doen, indien u dat wenst kan uw regiocoördinator u hierbij helpen. In bijgaand overzicht ziet u welke regiocoördinator in uw regio werkzaam is.

Wij streven er naar dat er per 10 leden van een RPV één nieuwe vrijwilliger wordt geworven. Dat dit haalbaar is hebben al diverse RPV's laten zien.

Wij willen u erop wijzen dat indien geen enkele inspanning door een RPV wordt ondernomen, dit eventueel kan resulteren in het niet behandelen van een aanvraag inzake de lump sum. Maar wij gaan ervan uit dat ook u het belang van genoemde inspanningen inziet.

Mocht u nog vragen hebben, dan kunt u contact opnemen met uw regiocoördinator. Ook kunt u ons bereiken op 020-5896471 (collectieorganisatie) of via vrijwilligers@reumafonds.nl

Met vriendelijke groet,



Drs. H.J. Lodewijk Ridderbos
Algemeen directeur Reumafonds

OPROEP VOOR COLLECTANTEN

Beste leden, partnerleden en alle mensen die onze patiëntenvereniging een warm hart toedragen!

Wij hebben uw hulp hard nodig!

Zoals u op de vorige pagina kunt zien, vraagt het reumafonds onze inzet om collectanten en/of wijkhoofden etc. te werven. Dat doen wij graag, maar in de afgelopen jaren hebben we weinig of geen reactie op onze oproepen voor collectanten gekregen. Wij als patiëntenvereniging moeten uiteindelijk een aantal van 30 collectanten gaan bereiken die onze patiëntenvereniging vertegenwoordigen, bij de collecte van het Reumafonds. Lukt dit ons niet dan kunnen we gekort gaan worden of worden we gekort op onze lupsum die bestaat uit €10,00 die wij per lid van het Reumafonds ontvangen. Met deze bijdrage houden wij onze lidmaatschapsbijdrage per jaar zo laag mogelijk voor ieder lid en gebruiken het ook voor de organisatie van diverse activiteiten.

Wat betekent het om collectant te zijn?

U bent bereid om in de week van 16 t/m 21 maart 2015, of in de gemeentelijke goede doelen week verspreid over de week een uurtje of 4 beschikbaar te zijn in Uw of andere woonwijk. Het zou fijn zijn als in alle gemeenten die onder de reumapatiëntenvereniging land van Cuijk veel deelnemers zouden komen om namens onze reumapatiëntenvereniging te collecteren in 2015.

Onze vraag:

- Wilt U zelf collecteren
- Kent U mensen familie, vrienden, kennissen die namens onze reuma patiënten vereniging willen collecteren?

- Meld U zich dan nu bij ONS aan!

Hoe meldt u zich aan bij onze Reumapatiëntenvereniging

- U belt naar Francine Verhoeven tel 0485-385756 of mail naar francine.verhoeven@gmail.com
- Of Peter van Heeswijk tel: 0485-322363 of mail naar peter.vanheeswijk@online.nl
- Of Jolanda van Wely tel: [0485-215182](tel:0485-215182) of mail naar jolandavanwely@home.nl
- Of Monique van Erkelens tel: 0485-470287 of mail naar mvanerkelens@home.nl

Wij hopen vele collectanten te mogen verwelkomen!

DE SINGELLOOP TEGEN REUMA IN UTRECHT

In ons gezin, met een aantal hardlopers kwam het idee om mee te doen aan de singelloop in Utrecht.

Deze hardren loop is de oudste stratenloop van Nederland. In 1925 was de eerste editie en in 2014 wordt het voor de 64^e-keer georganiseerd. Het is de 2^e-keer dat de singelloop "tegen reuma" gehouden wordt, met als thema "voor wie loop jij?" Hiermee wordt niet alleen aandacht gevraagd voor de strijd tegen reuma, maar is het ook de bedoeling om zoveel mogelijk geld op te halen voor onderzoek naar reuma.

Het reumafonds financiert nl 60% van het reumaonderzoek in Nederland. Van elke inschrijving gaat 2,50 euro naar het reumafonds, en dan te weten dat er 9000 renners mee doen. Daarnaast komt er nog geld binnen via sponsoren.



Zondag 28 september was het dan zover. Het is een stralende zonnige zondag. We begeven ons al vroeg richting Houten waar Marlou woont. Hier is Bram al aanwezig, hij zit op kamers in Utrecht. Na een gezellig kopje koffie begeven we ons naar het Wilhelminapark in Utrecht. 's'Morgens zijn de kinderloop, de 5 km en de halve marathon al gerend. Tegen 13.30 uur gaan Jan, Marlou en Bram naar de startvakken. Deze keer het oranje vak, dwz dat ze denken dat ze de 10 km in ongeveer 50 a 60 minuten zullen gaan rennen. Anita Witzier (ambassadeur van het reumafonds) geeft het startschot. De tijdsregistratie vindt plaats dmv van een chip die op de achterzijde van het rugnummer zit. Het parcours gaat

door het centrum van Utrecht, langs monumentale panden en de grachten. Een mooi parcours vlg. de renners. Nu is het wachten voor ons tot ze terug komen. Alle drie komen ze kort na elkaar binnen, met een tijd rond de 50 minuten. Een mooie prestatie en dat voor het goede doel. Na de medaille in ontvangst te hebben genomen (Bram krijgt hem omgehangen door Anita Witzier) vertoeven we nog even in het park met muziek en in het zonnetje. Bij Marlou gaan we gezellig nog wat eten om vervolgens terug te keren naar Boxmeer. We kijken met z'n allen terug op een erg leuke dag en zijn het er over eens dat we dit als familieuitje erin houden. De opbrengst voor het reumafonds is uiteindelijk 68.925 euro. Een prachtig bedrag opgehaald door al die renners.
Rieky Jacobs.

Voor meer informatie: www.singellooptegenreuma.nl (klik op "in actie voor het reumafonds")

CURSUS REUMA UITGEDAAGD! IN NIJMEGEN. WIE DOET ERMEE?

De zelfmanagementcursus Reuma Uitgedaagd! vindt binnenkort plaats in Nijmegen. Deze cursus is voor iedereen met een vorm van reuma van 26 jaar en ouder en bestaat uit 3 dagen op vrijdag.

Speciaal voor deze cursus zijn trainers opgeleid die zelf ook een vorm van reuma hebben.

Leren omgaan met reuma is de kern van de cursus Reuma Uitgedaagd!. Wat wil je als reumapatiënt op korte termijn veranderen en wat kan op langere termijn leiden tot een betere kwaliteit van leven?

Het Reumafonds heeft in samenwerking met UMC Utrecht hiervoor een speciale cursus ontwikkeld om als reumapatiënt haalbare plannen te maken, beter te communiceren met je omgeving en zorgverleners, omgaan met pijn en vermoeidheid en meer inzicht te krijgen in je persoonlijke mogelijkheden.

De cursus in Nijmegen vindt plaats op 09, 23 januari en 06 februari 2015 van 10.00 - 16.00 uur in Huisartsenpraktijk Thermion.

Wilt u meer informatie over de cursus in Nijmegen dan kunt u contact opnemen met Wilma Kop van het Reumafond (020 5896464 / w.kop@reumafonds.nl) of kijkt u op de site www.reuma-uitgedaagd.nl. Aanmelden kan via het digitale aanmeldformulier dat u kunt vinden op: <http://www.reuma-uitgedaagd.nl/volwassenen/aanmelden>.

Sint workshop

Sint is weer in ons land en las in Ons Buske dat er een workshop speculaas taart bakken wordt gehouden, en hij dacht ik ga eens informeren hoeveel bakkers er zich hebben opgegeven, 18 personen dat gaat wel lukken in mijn bakkerij.

Als ik nog tijd over heb kom ik kijken of het gelukt is om die heerlijk speculaas taart te bewonderen en misschien te proeven!

a.s. woensdag 26 november, 19.00 u., Kerkstraat Zuid 18 in Oeffelt

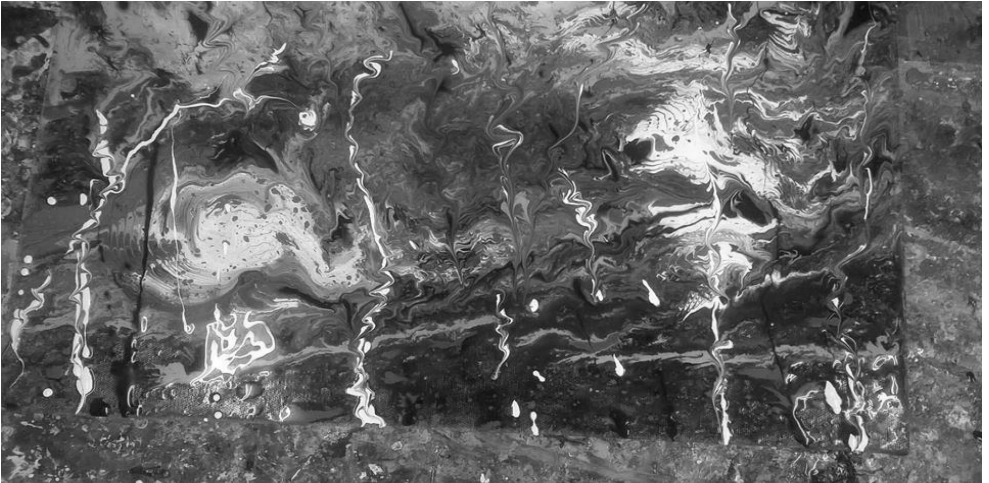
Kerstworkshop

Voor de kerst workshop hebben zich 16 personen opgegeven.

Wij gaan er een mooie avond van maken onder begeleiding van Corry Schildering, op 10 december, om 19.30 u. in Café zaal 't Heike, Leeuwerikstraat 68 Mill, Tel: 0485-451840.

Vergeet niet een mesje/snoei tangetje en een draad tangetje mee te nemen.

DUBBEL BOND



Op woensdag 8 oktober was het zover ,we gingen kliederen in Ledeacker,en wel bij Dubbel Bond voor een workshop schilderen. Om 19.00u werden we ontvangen met een kop koffie of thee met iets lekkers er bij.

Toen iedereen aanwezig was kregen we uitleg over de schilderijen, die in deze ruimte tentoon gesteld waren.

Nadat we onze werpakken aangetrokken hadden,gingen we de werkvloer op ,hier werd voorgedaan hoe we het beste met de kwast en spuitbussen verf om konden gaan . Na een goede uitleg ,werden wij aan het werk gezet voor een proefstuk op een vel papier. Na het eerste werkstuk werd er eerst nog wat gedronken en bedacht wat we zouden gaan schilderen. Na de korte pauze kwam het echte werk,we kregen een echt schildersdoek, en na een kwartiertje kwamen de Kunstwerken voorzichtig tevoorschijn en na een uur waren alle kunstwerken klaar en konden ze drogen ,en helaas konden we ze niet meteen mee naar huis nemen. De avond werd afgesloten met nog wat drinken en werd er nog nagepraat over de gezellige avond en de mooie werken die iedereen gemaakt had



In week 43 werden de schilderijen afgeleverd bij de deelnemers van de schilderworkshop, en kon het kunstwerk bewonderd worden door de rest van de familie en kon het opgehangen worden op een mooie plek in huis. Hierbij nog een bedankje aan de organisatie voor deze geweldige avond het is voor herhaling vatbaar

Groetjes Marcel van Erkelens

EEN MOOIE WANDELING

Op zondag 24 augustus was het wandelen in de Staatsbossen in St. Anthonis. Ondanks het prachtige weer waren we maar met 3 personen maar we gingen er toch voor!

We begonnen al goed, doordat we een paadje te vroeg het bos in wandelden kwamen we toch in een heel ander deel van het bos uit. We kwamen terecht op de mountainbike route en de ruiterspaden en zodoende dus ook op de grote zandvlaktes wat het lopen extra zwaar maakte, maar.....wat hebben we genoten!

Wat jullie die dag allemaal hebben gemist:

De prachtige paarse hei zover je kon kijken was nu op z'n mooist....

Het gezoem van al die ijverige bijen boven al die paarse heide....

De rust....

De ruimte....

Het uitzicht...

De zon die hoog aan de hemel stond en dat was na een week met veel regen toch wel een cadeautje.....

En niet te vergeten ons vrolijke gezelschap, maar ieder zal wel een belangrijke reden hebben gehad om al dit moois te moeten missen, volgende keer beter!

Gelukkig kwamen we uiteindelijk uit bij het verharde fietspad waarna we er toch voor kozen deze te volgen zodat we de juiste weg weer vonden naar De Heksenboom.

We hebben wel geleerd dat we voortaan toch maar beter de bordjes kunnen volgen als je niet bekend bent in het bos maar de pret was er niet minder om. Na 5 kwartier lopen hebben we onszelf maar getrakteerd op koffie en cappuccino en overheerlijke bosbessenvlaai. Wim uit Langenboom ging voor de appeltaart maar wat een afknapper als je bij een heerlijke punt appeltaart er van die waterige slagroom uit een spuitbus bij krijgt die meteen over je bordje drijft. Dat moet toch niet kunnen in zo'n restaurant zou je denken. Jullie zijn dus gewaarschuwd, de slagroom kun je daar maar beter niet bestellen.

Een sportieve wandelgroet van Wim uit Langenboom en Wim en José uit Vianen.

FIETSTOCHT 2014

De fietstocht van dit jaar was de tocht uitgezet in en door de omgeving van St Anthonis, de start was vanaf de Oele Tons.

Om twee uur werden we getrakteerd op een kop koffie met zelf gemaakte warm appelgebak geserveerd in een klein cakeblikje en met echte slagroom. Rond half drie werd er gestart met de fietstocht, het eerste deel ging door de staatsbossen, richting Wanroij. Door het bijzonder mooi weer kwamen we vele wandelaars en fietsers tegen die ook van het weer genoten. Toen we weer op de harde weg waren ging het richting de molen in Rijkenvoort, voor een rustpauze hier kregen we wat te drinken van de rpv. Na de rustpauze ging het richting Boxmeer en een enkeling kwamen echt in Boxmeer en besloten om niet terug te gaan maar langs de grote weg te fietsen richting eindpunt. Hier aangekomen werd er nog even op het terras genoten van een drankje. Op het terras kwam de vraag hoe ze aan de naam Oele Tons kwamen, bij navraag werd het duidelijk Oele komt van Oelebroek de oude naam van st Anthonis en Ton is de voornaam van Ton van Haren de eerste eigenaar. Hierna was het tijd voor een heerlijk buffet met o.a een heerlijke salade en lekkere beenham. Hierna ging iedereen voldaan naar huis en kunnen terug kijken op een geslaagde fietstocht waarbij dit jaar 3 leden met een schootmobiel mee reden. Dank aan de organisatie maar vooral aan de uitzetters van deze mooie fietstocht. En voor diegene weer niet opgelet hebben verkeerd gefietst hebben volgend jaar een herkansing!

Groet, Marcel van Erkelens

PROMOTIE VOORJAAR 2015: YVONNE VENDRIG - DE PUNDER

Titel proefschrift: Personalized treatment targets in RA

Ondanks de vele behandelmogelijkheden, blijkt complete remissie bij RA in de praktijk nog steeds moeilijk haalbaar te zijn. Daarom wordt vaak



klinische remissie of zelfs lage ziekteactiviteit gebruikt als behandeldoel. Vanwege een verschil in prognose, kan het behandeldoel dat geschikt is voor de ene patiënt, te streng of juist niet streng genoeg zijn voor de andere patiënt. De vraag “Wat is een geschikt behandeldoel voor deze patiënt?” zou daarom een onderwerp moeten zijn in de discussie over ‘personalized medicine’ bij RA.

Anti-CCP, erosies en bezinking (bij diagnose), zijn de drie belangrijkste voorspellende factoren voor het ontwikkelen van gewrichtsschade bij RA later in de ziekte. Een van de resultaten in het proefschrift ‘Personalized treatment targets in RA’ is dat patiënten die op basis van deze drie factoren een hoog risico hebben op gewrichtsschade (anti-CCP positief, veel erosies en/of een hoge bloedbezinking bij diagnose), vaak al gewrichtsschade ontwikkelen bij lagere ziekteactiviteit dan patiënten die geen of slechts één van deze risicofactoren hebben. Het behandeldoel voor patiënten met meer risicofactoren zou daarom strenger moeten zijn, bijvoorbeeld DAS < 1.6, ten opzichte van patiënten met een lager risico, bij wie DAS < 2.4 voldoende zou kunnen zijn om gewrichtsschade te voorkomen.

De focus in ‘personalized medicine’ ligt momenteel bij het zoeken naar genetische en moleculaire factoren die respons en toxiciteit van medicatie in de individuele patiënt kunnen voorspellen. Het individualiseren van behandeldoelen, gebaseerd op klinische factoren, is een nieuwe manier om te kijken naar het concept personalized medicine. In het proefschrift ‘Personalized treatment targets in RA’, dat binnenkort verschijnt, zijn de eerste stappen gezet om te komen tot het individualiseren van behandeldoelen bij RA.

LEZING DRS. TOON VAN HELMOND

Woensdag 12 november heeft drs. Van Helmond een lezing gegeven over de omgang met reuma. Er waren 25 belangstellenden die aandachtig luisterden naar de uitleg van drs. Van Helmond. Verschillende onderzoeken werden door hem besproken. Ook reuma en het gezin/partner kwam aan bod. Reuma heb je tenslotte nooit alleen maar beïnvloedt ook je omgeving. Er werd ook van de gelegenheid gebruik gemaakt om vragen te stellen aan drs. Van Helmond. Kortom een leerzame avond voor alle aanwezigen.

Oplossing Plaatjes Puzzel

Plaatje 1 : Afruimen Plaatje 2: Abdij

GROETEN UIT STAPHORST



Goedendag allemaal,

Wij lezen elke keer het reumaboekje en zien dat er veel activiteiten worden georganiseerd, leuk. Steeds denken we, we moeten ook eens een keertje iets laten weten vanuit Staphorst.

Nou wij zijn druk, zoals iedereen tegenwoordig. We doen veel voor het Rode Kruis, in het bijzonder de vakantie voor chronisch zieken. Zelf gaan we ieder jaar mee op de Henry Dunant, Jeanet als verzorgende en ik achter de receptie/en bar. Dit is enorm leuk, als je ziet hoe je mensen gelukkig kan/mag maken. Ieder jaar hebben we zo'n 20 mensen die we een weekje weg sturen, of het schip of een van de hotels van het Rode Kruis. Ook doen we veel vrijwilligers werk voor onze kerk. Zelf (lees Hendrie) ben voorzitter van de activiteitengroep en Jeanet is bestuurslid. We organiseren o.a. klootschieten, Nieuwjaars bijeenkomst, wandelen, fietsroutes met BBQ, Fancy Fair, startzondag (dit is de eerste zondag in september) en dan hebben wij een heel ontbijt voor zo'n 100 mensen klaar staan, paasstukken gemaakt en deze verkocht op de Fancy Fair en we zorgen voor een workshop kerststuk maken. Het kerststuk doen we met z'n 2^e, de rest met 4 bestuursleden en nodige helpende handen. Ook doen we nog e.a. voor de personeelsvereniging van Jeanet werk. Jeanet werkt nog, en ik zelf werk als overblijfskracht. Inmiddels hebben we afgelopen winter nog een 2 daagse workshop gedaan, en hebben we ieder een mooi beeld gemaakt. Van zilverpapier, dat beplakt met schilder tape, daarna bekleed met cement/lijm, laten drogen en toen geschilderd. Ook dit was enorm leuk om te doen. Inmiddels komt de kerst eraan, dus voor onze kerk zijn we al weer volop aan de slag, 35 opgaves dus.....wel erg leuk allemaal. Zelf zit ik als leiding ook nog in de kindernevendienst. Dat wil zeggen als de kerkdienst begint dan gaan na

ongeveer 10 minuten de kinderen met de leiding mee en zal er in een klein zaaltje de dienst van de week worden besproken en wordt hiervan iets creatiefs gemaakt. Ook met kerst hebben we 2^{de} kerstdag een kinderkerstdienst, dit is enorm leuk.

Onze gezondheid laat het ons wat in de steek, ikzelf ben met een revalidatieprogramma aan de gang in opdracht van het St.

Maartenskliniek, te Zwolle. Therapie enz. medicijnen zijn ook wat aangepast, verders wat rustiger aan doen. Iedere 3 maanden kom ik in Nijmegen.

Jeanet heeft erg veel last van de keelschilkklier en heeft hiervoor als veel onderzoeken ect. gehad, inmiddels een te dragen schilkklier, hiervoor krijgt ze medicijnen, wil nog niet echt vlotten. Haar rechter heup is versleten en hiervoor krijgt ze op 17 november een nieuwe heup, dit zal gedaan worden in St. Maartenskliniek. Nou hier in Staphorst gaat het zoals overal denken wij. De klederdracht is nog mooi om te zien, ook de boerderij (stegen) zijn erg leuk om eens te komen bekijken. We hebben een mooi Museum, een ooievaarsstation, Giethoorn ligt dichtbij, dus als jullie eens deze kant op komen laat het ons weten, jullie zij welkom.

We hebben best nog wel tijd voor ons zelf al beschiet er dat nog wel eens in. Maar heel veel geeft ons positieve energie en dat is dan wel eens lastig omdat je lichamelijk niet zo goed mee kan. We zijn dit jaar niet met de reis mee geweest, omdat onze huwelijksreis net 14 dagen eerder was en wij ook naar Antwerpen geweest, misschien volgend jaar weer. Nou dat was het wel zo'n beetje. We hopen dat iedereen zijn/haar bezigheden vol kan blijven houden en (tis nog vroeg) maar wij wensen jullie veel gezondheid voor 2015 en fijne feestdagen en wie weet tot ziens.

Vele groeten, Hendrie en Jeanet

EVEN VOORSTELLEN

Als laatste in de rij wil ik me ook nog voorstellen als nieuw lid van de activiteitencommissie. Ik ben Jolanda van Wely en sinds 1 jaar lid van de RPV. Ik organiseer graag activiteiten vandaar dat ik me aangemeld heb voor de activiteitencommissie. Het is een leuke groep vol ideeën voor het komend jaar dus kijk regelmatig naar de agenda in ons Buukske. Mocht u zelf een idee hebben voor een leuke activiteit geef dit dan even door aan iemand van de activiteitencommissie.

Groetjes Jolanda

NIET WEGGOOIEN

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.



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

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 48/49 2014 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 rpvlandvancuijk@hotmail.com