

juni
2012 nr. 2

Mobieltje

CONTACTBLAD VOOR REUMAPATIËNTEN



foto: Janneke Postma

Secretariaat:
De Boarch 11
9001 LV Grou

Reuma
patiënten
vereniging
Leeuwarden e.o.

Mobieltje

32^e jaargang nummer 2

Adressen en telefoonnummers

Redactie Mobieltje:

Dhr. Tj. van Beets
Tel: 0515-33 57 45

Dhr. B. Dijkstra
Tel: 058-215 24 97

Voorzitter:

Mevr. S. Langbroek
Tel: 058-266 81 23

2^e Voorzitter:

Dhr. B. Dijkstra

Secretaris en ledenadministratie:

Dhr. A. van Pelt
De Boarch 11
9001 LV Grou
0566-62 22 32
secretaris-rpv-lwd@hotmail.com

Penningmeester:

Mevr. C.K. v. Duuren-Bouwmeester
Tel. 058-215 9412

Coördinator oefengroepen:

Mevr. G. Wassenaar
Tel: 058-2532418

Website en lay-out Mobieltje:

Dhr. B. Dijkstra
Tel: 058-215 24 97

Activiteitencommissie:

Mevr. E. van den Bos-Venema
Tel: 0517-39 36 14

Mevr. G. van der Lecq
Tel: 058-212 02 06

Banknummer: 4398001
t.n.v. Vereniging van Reumapatiënten
Leeuwarden e.o.

Website:
www.rpv-leeuwarden.nl

E-mail:
post-rpv@hotmail.com

**Kopij inleveren vóór:
1 augustus 2012**
(s.v.p. in Word, Arial 14)

Drukwerk:

Nolin Uitgevers BV /
Binnenhof Projecten BV
E-mail: studio@nolin.nl
Website: www.nolin.nl

Inhoud

Van de voorzitter	P 2
Afscheid Dr. Houtman	P 3
Verslag ALV 2012	P 4
Wist u dat?	P 7
Agenda	P 8
Oefengroepen nieuws	P 9
PDS	P10
Slechte slapers	P12
Openingsavond nieuwe seizoen	P13
Puzzel	P14
Oproep deelname onderzoek	P15
Algemene informatie	P16

**Let op alle activiteiten zijn vanaf nu in de
'Kurios kerk'**
Julianalaan 38
Leeuwarden
www.kurioskerk.nl

Voorwoord



Beste mensen,

Deze keer een voorwoord van de tweede voorzitter.

We hebben de ALV net achter de rug en ik kan u verzekeren dat het bestuur van tevoren wel een beetje buikpijn heeft gehad.

Omdat er nogal wat veranderingen aangekondigd moesten worden, weet je nooit hoe de leden daar op zullen reageren. Gelukkig begreep iedereen de noodzaak om op enkele zaken te moeten bezuinigen en werd er zelfs door de aanwezigen meegedacht over die bezuinigingen. Op het voorstel van het bestuur om de contributie te verhogen met € 1 per jaar, kwamen de aanwezige leden spontaan met het voorstel om de contributie voor 2013 met € 2,50 te verhogen naar € 20,- per jaar. Hieruit blijkt maar weer dat we een vereniging hebben met betrokken leden die gebaat zijn bij het voortbestaan van de RPV Leeuwarden.

Vlak voor het ter perse gaan van dit Mobieltje kreeg ik het bericht dat er te weinig deelnemers waren om het jaarlijks reisje door te laten gaan. In al die jaren is dit nog nooit gebeurt, dus dan schrik je wel even. Wat is er aan de hand? Recessie, verkeerde bestemming, geen hele dag? Laat ons weten wat uw wensen zijn, dan kunnen we daar een volgende keer rekening mee houden. Ook worden de avonden waarop we activiteiten organiseren, steeds minder druk bezocht, ook hier geldt, laat ons weten wat uw wensen zijn. U kunt reageren via de mail: post-rpv@hotmail.com of neem telefonisch contact op met één van de bestuursleden.

Ik wens u in ieder geval een hele mooie zomer en hoop veel leden te ontmoeten op onze openingsavond op 26 september in de Kurioskerk aan de Julianalaan in Leeuwarden. Ik zal u dan een en ander vertellen over mijn reis door Sri Lanka aan de hand van een presentatie en een film over dit interessante land.

Met vriendelijke groet;

Bert Dijkstra
Tweede voorzitter



Partir c'est mourir un peu

Beste mensen,

Na bijna 28 jaar als reumatoloog te hebben gewerkt heb ik besloten mij volledig in dienst te stellen van onderwijs, begeleiding en coaching van artsen en verpleegkundigen in opleiding.

Met de ervaring die ik in al die jaren dankzij u heb opgedaan kan ik het pad vervolgen waar ik een uitdaging zie:
een bijdrage aan de professionele ontwikkeling van de hulpverleners van de toekomst.

Ik ben u dankbaar voor het vertrouwen dat u mij hebt gegeven.
Het ga u goed!

Met hartelijke groet,

Dr. P.M. Houtman, reumatoloog.



Afdeling Reumatologie in MCL

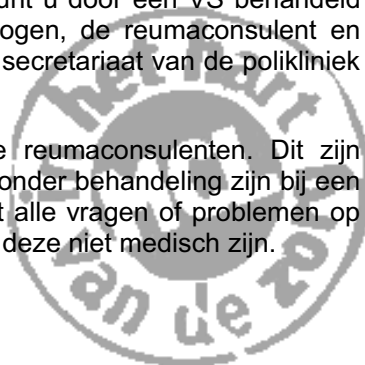
De reumatoloog is een medisch specialist die is opgeleid in de interne geneeskunde en zich daarna speciaal heeft gericht op aandoeningen van het bewegingsapparaat. De reumatoloog behandelt ziekten waarbij inwendige organen en het bewegingsapparaat zijn aangetast.

In het MCL werken zeven reumatologen. De reumatologen werken ook in andere Friese ziekenhuizen in Drachten en Heerenveen. De reumatologen houden spreekuur op de polikliniek en zijn werkzaam op de verpleegafdeling Y van het MCL. De reumatologen doen verder wetenschappelijk onderzoek naar de oorzaak van reumatische ziekten en naar nog betere behandelwijzen. De reumatologen voeren zelf geen operaties uit.

Verpleegkundig specialist Het kan zijn dat u met een verpleegkundig specialist (VS) te maken krijgt. De VS is een verpleegkundige die medische taken van de arts overneemt. Afhankelijk van uw aandoening kunt u door een VS behandeld worden. Zij werkt nauw samen met de reumatologen, de reumaconsulent en andere hulpverleners. De VS is bereikbaar via het secretariaat van de polikliniek reumatologie.

Reumaconsulent Op de polikliniek werken drie reumaconsulenten. Dit zijn gespecialiseerde verpleegkundigen. Patiënten die onder behandeling zijn bij een reumatoloog in het MCL kunnen bij hen terecht met alle vragen of problemen op het gebied van reumatische aandoeningen, zolang deze niet medisch zijn.

Bron: MCL.nl



Verslag van de Jaarvergadering op donderdag 19 april 2012

Om 19.00 uur gingen de deuren open van de “Open Hof” voor de Algemene Ledenvergadering van de Reumapatiëntenvereniging Leeuwarden eo. en werd om 19.30 uur door voorzitter Sylvia Langbroek de vergadering geopend. In haar welkomstwoord stelde zij vast dat er voldoende leden (10% leden) aanwezig waren om geldige besluiten te nemen.



Volgens Sylvia waren er enkele minder leuke, maar ook positieve zaken te noemen. Minder leuk zijn de bezuinigingen die ons ernstig en op veel punten raken, maar positief is het melden van de zeer geslaagde Wereld Reuma dag op 12 okt. jl. met veel belangstelling en zeer brede waardering !

Secretaris Andries v. Pelt noemt een aantal afmeldingen voor deze avond en na het ongewijzigd vaststellen van de agenda deelt de voorzitter o.a. het volgende mee: De fusie tussen de Reumapatiënten Bond en het Reumafonds leek rond te zijn, maar bleek juridisch en financieel niet haalbaar te zijn. De Reumapatiënten Bond, waar onze RPV bij aangesloten is, gaat nu reorganiseren en zal aan het eind van dit jaar opgeheven worden. Erg jammer dat de Reuma Bond na 30 jaar! de belangen van reumapatiënten te hebben behartigd nu moet stoppen, maar in overleg met het Reumafonds zullen zij nu een vernieuwde invulling geven aan de verschillende taken. Het Reumafonds heeft in dit verband al onze leden uitgenodigd voor een Informatiebijeenkomst in Drachten over de uitbreiding van haar activiteiten met een afdeling Patiënten belangen.

De RPV Leeuwarden moet de broekriem flink aanhalen en heeft besloten te bezuinigen met bijv.: het afschaffen van de Kerstkaarten (de verjaardagkaarten blijven nog). Ook de organisatie van de oefengroepen zal worden aangepast. En voor de verschillende activiteiten zal het bestuur goed het budget in de gaten houden.

De notulen van de vorige ALV (2011) worden –met dank aan de secretaris - helemaal goedgekeurd. Ook het verslag van de bestuursactiviteiten in het afgelopen jaar -middels een keurig overzicht- verdient niet alleen lof, maar dwingt ook respect af ! De financiële verantwoording –jaarrekening 2011 en de begroting 2012- maakte duidelijk dat er bezuinigd moet worden. Al met al wordt de penningmeester, op advies van het Accountantsbureau, decharge verleend.



Om het huishoudboekje op orde te krijgen stelde het bestuur voor o.a. de contributie te verhogen met € 1,- per lid/jaar.

Vanuit de zaal komt het voorstel de contributie m.i.v. 2013 te verhogen met € 2,50 naar een bedrag van € 20,- per jaar.

Het bestuur is duidelijk verrast, pleegt onderling overleg en komt tot de conclusie dat er een geldig besluit genomen kan worden. Het voorstel van de leden wordt, met één onthouding, door iedereen gesteund en dus aangenomen. Voor gezinsleden is de contributie in 2013 dan € 10,- per jaar.



Het bestuur en vooral de penningmeester is duidelijk ingenomen met zo'n meedenkende houding van de leden. Verder wordt het aangepaste Huishoudelijk Reglement door de leden goed gekeurd. Volgens de voorzitter is er nog gelegenheid

zich op te geven voor het reisje op 23 mei naar de 'Koppenjan' in Jubbega. Ook deelt zij mee dat De 'Open Hof' verbouwd wordt en dat vanaf september al onze activiteiten in de Kurioskerk op de Julianalaan gehouden zullen worden. Tijdens de startavond op woensdag 26 sept. a.s. in de Kurioskerk worden we meegenomen op een reis van de (inmiddels bekende globe-trottende) fam. Dijkstra naar Sri Lanka.



“Niets meer aan de orde zijnde” sloot voorzitter Sylvia Langbroek het officiële deel van de avond en vertelde dat het eerst pauze was met daarna de grote bingo o.l.v. Bert Dijkstra en zijn ervaren en zeer bekwaam team van medewerk(st)ers

En toen was er koffie met een lekker stukje oranjekeok.

De Leden van Verdienste werden alsnog verrast met een bijzondere attentie.

De bingo was -zoals altijd- erg gezellig en menigeen ging met een prijs of soms met twee of drie naar huis.



Halverwege was er pauze en werden we getrakteerd op een drankje of advocaat met slagroom en een hapje.

Al-met-al was het zo maar weer 10 uur geweest voordat de prijzentafel leeg was en daarmee een eind aan deze avond was gekomen.

Sylvia sluit de geslaagde en gezellige bijeenkomst met dank aan ieders inzet (in 't bijzonder lid Desiree Gunneweg, die vele mooie prijzen bij de Leeuwarder middenstand wist los te krijgen!) en wenst allen wel thuis en voegt daar nog aan toe: “En vergeet het reisje niet !”

Tj.v.B.



Wist u dat

- ✓ Het ledental gedaald is van 625 (eind 2010) naar 609 (eind 2011)
- ✓ Dit zijn: 577 leden, 4 ereleden en 28 gezinsleden.
- ✓ Vorig jaar 28 leden hun lidmaatschap hebben opgezegd.
- ✓ In de loop van vorig jaar we 14 nieuwe leden en 1 nieuw gezinslid hebben kunnen verwelkomen.
- ✓ De vereniging 4 trouwe donateurs heeft die de vereniging ondersteunen.
- ✓ Het gewijzigde Huishoudelijk Reglement te downloaden is van de website.
- ✓ In het kader van de bezuinigingen het bestuur helaas de maatregel heeft moeten doorvoeren om met de kerst geen kaartjes meer te versturen.
- ✓ De jaarlijkse contributie per 1 januari 2013 verhoogd wordt naar: € 20,00 voor leden en € 10,00 voor gezinsleden.
- ✓ Het belangrijk is dat leden die deelnemen aan een oefengroep als zij van zorgverzekeraar veranderen dit doorgeven aan de coördinator oefengroepen (Geppy Wassenaar).
- ✓ Het ook belangrijk is dat wijziging van adres, telefoonnummer, e-mailadres etc. etc. altijd doorgegeven moet worden aan de secretaris (Andries van Pelt)
- ✓ In verband met de verbouwing van de Open Hof we ingaande september 2012 gebruik gaan maken van de faciliteiten van de Kurioskerk aan de Julianalaan 38 in Leeuwarden.

In Memoriam

In 2011 hebben we bericht gehad van het overlijden van drie leden.

Mevrouw H. Jager – Riemersma

Mevrouw G. Kooistra – van der Velde

Mevrouw L. de Graaf – Nettinga

Ons medeleven gaat uit naar de nabestaanden, die wij veel sterkte toewensen bij het verwerken van dit verlies.

Het bestuur.



-----knip uit en hang op-----



AGENDA 2012

Let op! Alle avonden/activiteiten zijn vanaf nu in de Kurioskerk

Julianalaan 38 Leeuwarden

- 26 september** *Openingsavond* met, Bert en Janneke met lezing / film over hun reis naar Sri Lanka van 19.30 uur tot 21.30 uur zie ook pagina 13
- 12 oktober** *lezing Lang zullen we leven* (onder voor behoud)
- 9 - 16 november** *Week Chronisch zieken*
- 15 november** *knutselen met Monique*
- 13 december** *Kerst viering*

SOOSMIDDAGEN 2012

Activiteiten zullen vermeld worden in het mobieltje van september

Inlichtingen bij:

Anneke de Haan tel. 0511- 539677

Anjo Vellinga tel. 0511- 472083

OEFENGROEPENNIEUWS

Voor vragen of deelname aan één van de oefengroepen kunt u contact opnemen met mw. Geppy Wassenaar T: 0582532418 of 0631041469
E: g.wassenaar@chello.nl



MEDEDELING

Volgens de voorwaarden voor deelneming aan de oefengroepen zullen de kosten voor deze activiteiten kostendekkend moeten zijn.

Sinds 2007 heeft het bestuur de bijdrage niet hoeven te wijzigen, echter worden wij nu ook geconfronteerd met kostenverhogingen.

Voor 2012 betekent dit, dat de kosten voor het "bewegen in warm water" € 200,- zal worden.

Geheel of een deel daarvan zal eventueel door uw zorgverzekering vergoed worden. Kijk hiervoor in de polisvoorwaarden van uw verzekering.

Het is belangrijk als u deelneemt aan een oefengroep, en u verandert van zorgverzekeraar, dat u dit direct doorgeeft aan de coördinator oefengroepen (Geppy Wassenaar).

De Koppenjan, het Schoterland



In verband met de geringe belangstelling kon het reisje dit jaar helaas niet doorgaan. Er hadden zich slechts 14 personen opgegeven (van de 658 leden). Hierdoor moest er te veel geld bijgelegd worden door de vereniging. Het bestuur betreurt het ten zeerste, maar heeft toch de beslissing moeten nemen om alles af te blazen. Bekeken wordt of in het vervolg aan het doorgaan van een activiteit een minimum aantal deelnemers moet worden gesteld.

PDS

Het Prikkelbare Darm Syndroom (PDS) werd vroeger ook wel spastische dikke darm of spastisch colon genoemd. In het Engels heet het Irritable Bowel Syndrome (IBS). PDS valt onder de zogenaamde functionele buikklachten en is



de meest voorkomende chronische darmstoornis. Minimaal 8% van de Nederlandse bevolking heeft PDS, maar wereldwijd onderzoek wijst uit dat tot 20% van de bevolking PDS zou kunnen hebben. Maar liefst 75% hiervan is vrouw.

Symptomen

De klachten van PDS verschillen van persoon tot persoon, en zelfs per persoon kunnen de klachten nog weer van dag tot dag verschillen. Soms hebben mensen maanden achtereen klachten, gevolgd door klachtenvrije perioden. En vervolgens treden de klachten weer op.

De meest kenmerkende symptomen van het PDS zijn zeurende, krampende of stekende pijn in de buik. Pijn kan op allerlei plekken in de buik worden gevoeld, en vermindert soms na de stoelgang, soms ook na de maaltijd. De pijn kan zeer hevig zijn, zodat normale bezigheden moeten worden onderbroken of volledig worden stopgezet.

PDS gaat gepaard met een afwijkend ontlastingspatroon. Sommige mensen hebben last van verstopping, anderen hebben vooral last van diarree, weer anderen hebben last van een plotselinge niet houdbare aandrang, met of zonder diarree. En weer anderen hebben een ontlastingspatroon, waarbij verstopping en diarree elkaar afwisselen. Ook kan het ontlastingspatroon zich gedurende de dag wijzigen. Opvallend is dat er mensen zijn die vooral 's avonds en 's nachts nogal eens last hebben van pijn, al dan niet gepaard gaande met aandrang. Hiernaast hebben mensen met PDS vaak ook andere maagdarmklachten. Veel voorkomend zijn zuurbranden, slikklachten, een brok in de keel, gasvorming, winderigheid, een opgeblazen gevoel en een opgezette buik. Voorbeelden van klachten buiten het maagdarmkanaal zijn problemen met urinelozing, hoofdpijn, moeheid, onregelmatige menstruatie en pijn bij of na de seksuele gemeenschap. Er zijn nogal wat mensen met PDS die ook kampen met **spierpijn en/of gewrichtsklachten**.

Oorzaken

De klachten berusten op een stoornis in de functie van het maagdarmkanaal met betrekking tot de bewegingen van de darm. Mensen die geen PDS hebben kunnen dezelfde klachten hebben, maar bij PDS zijn de verschijnselen chronisch. Men kan vele jaren last hebben, soms in meerdere, soms in mindere mate. Dé oorzaak van PDS is nog niet bekend. De factoren die kunnen samenhangen met oorzaken van PDS zijn:

- Bewegingsstoornissen in het maagdarmkanaal
- Voedingsfactoren
- Verlaagde pijndrempel in het maagdarmkanaal
- Psychosociale factoren
- Afwijkingen in de darmflora
- Mogelijke ontstekingscellen in de darmen

Diagnose

Om tot meer eenheid in onderzoek en diagnose te komen, wordt gebruik gemaakt van de zogenaamde Rome criteria. Gastro-enterologen vanuit de gehele wereld nemen deel aan de conferenties in Rome, die diagnostische criteria vaststellen voor de functionele maagdarmziekten. De diagnose PDS wordt alleen gesteld als er geen structurele of biochemische verklaring voor de symptomen zijn te vinden. De symptomen moeten in ieder geval al langer dan 6 maanden bestaan voordat de diagnose gesteld kan worden en moeten 3 maanden actief aanwezig zijn geweest. Men moet tenminste twee van de volgende drie symptomen hebben:

- De pijn wordt minder na toiletbezoek
 - Een verandering van de frequentie van de stoelgang, meer dan drie keer per dag: diarree, of minder dan drie keer in de week: obstipatie
 - De vorm van de stoelgang is veranderd: te hard of te waterig
- Symptomen die de diagnose versterken zijn:
- Abnormale ontlasting
 - Slijm bij de ontlasting
 - Een opgeblazen gevoel/opgezette buik

De ziektegeschiedenis kan de arts op het spoor van PDS zetten. Daarbij kan aanvullend lichamelijk onderzoek, laboratoriumonderzoek en röntgenonderzoek worden gedaan. Verschillende soorten scopiën, zoals gastroscopie en colonoscopie kunnen worden gedaan.

Meer over deze onderzoeken vindt u op de websites:

www.pdsb.nl (Prikkelbaar Darm Syndroom)

www.mlds.nl (Maag Lever Darm Stichting)

Tot slot willen wij u er met klem op wijzen een diagnose altijd door een arts te laten stellen!

Uw kennis verbreden en verdiepen is uitstekend, maar een arts is de enige die kan bepalen of andere zaken een rol spelen bij uw klachten.

Bron: - PDSB juli 2011



Slechte slapers vaker Fibromyalgie



Wie langdurig slecht slaapt, kan symptomen van Fibromyalgie ontwikkelen. Dat blijkt uit onderzoek van de Norwegian University of Science and Technology onder 12.350 vrouwen. Het onderzoek heeft uitgewezen dat vrouwen boven de 45 met slaapproblemen het vaakst Fibromyalgie krijgen. Fibromyalgie ofwel spierreuma komt bij twee op de honderd volwassen vrouwen voor. Het geeft klachten zoals spierpijn, spierstijfheid, vermoeidheid, slaapproblemen, hoofdpijnen, angsten, depressies, allergieën, concentratie- en geheugenstoornissen, temperatuurverhogingen en darmklachten. Meestal wordt de aandoening geschaard onder de reumatische spieraandoeningen, omdat de meest voorkomende symptomen bij deze patiënten chronische pijnlijke spieren zijn. In Nederland lijden vele tienduizenden mensen aan dit syndroom. Er is nog geen oorzaak gevonden, wat zorgt voor ontkenning van dit ziektebeeld door huisarts, specialist, bedrijfsarts en werkgever.

Bron: Gezond NU

Topmatras: zin of onzin??

Een topmatras ligt bovenop een regulier matras. Er zijn vele soorten topmatrassen. Vaak zijn de topmatrassen tussen 5 en 10 centimeter hoog. Ze kunnen van verschillende materialen gemaakt zijn: wol, polyester, HR schuim of traagschuim. Er zit ook verschil in stevigheid, ondersteuning en drukverdeling. Door het lichte gewicht is een topmatras gemakkelijker te keren dan een gewoon matras.

Redenen om een topmatras te gebruiken:

- Een topmatras kan comfort geven aan matrassen zonder comfortlaag.
- Een topmatras kan de levensduur van een gewoon matras verlengen.
- Bij een tweepersoonsbed met losse matrassen heb je minder last van de naad wanneer er een tweepersoons topmatras op ligt.
- Het matras zelf hoeft minder vaak gedraaid te worden, want een topmatras is gemakkelijker te keren.

Let op

- Een doorgezakt matras wordt niet opgepept met een topmatras, de kuil zal voelbaar blijven.
- Een topmatras ligt niet per definitie beter.

Topmatras: een marketingtruc

Het gebruik van een topmatras heeft geen duidelijke voordelen. Je zou het zelfs als een marketingtruc kunnen zien. Een voordeel is dat een topmatras de levensduur van een matras verlengt. Maar een topmatras kan de goede eigenschappen van een matras ook juist verminderen. Bijvoorbeeld als er bij een matras verschillende soorten zones zijn ingebouwd.

Topmatras: doen?

Is een topmatras het geld waard? Voor hetzelfde geld kun je al een goed nieuw matras kopen.

26 september openingsavond nieuwe seizoen

Met (film) verslag van een reis door Sri Lanka van Bert en Janneke.

Kerst 2004 is bij iedereen nog wel bekend om de verwoestende tsunami die ook Sri Lanka heeft getroffen. Inmiddels heeft men het land in razend tempo weer volledig opgebouwd en is er ook weer politieke stabiliteit. Waardoor één van de belangrijkste inkomsten van het land, het toerisme, weer op gang is gekomen.

Sri Lanka is vooral bekend om zijn vele olifanten, maar er is nog zo veel meer te zien. Vele tempels, prachtige natuur, thee plantages en niet te vergeten de vele kruiden waarvoor de Nederlanders in de 16^e en 17^e eeuw regelmatig naar Sri Lanka voeren. Uit deze VOC tijd zijn hier dan ook nog vele bolwerken te vinden.



Wij hopen u in grote getalen te zien op 26 september om 19.30 uur

Bert & Janneke

Let op! deze avond is in de **Kurioskerk** Julianalaan 38 Leeuwarden

P U Z Z E L

De prijswinnaar van de vorige puzzel zal de waardebon intussen wel ontvangen hebben. Gefeliciteerd!

Nieuwe puzzel

Deze keer een Zweedse puzzel. In mijn beleving moet dit 'een makkie' zijn. De opgave zelf spreekt voor zich. Doe mee en wie weet wint u deze keer de prijs. Veel puzzelgenoegen en succes ! De oplossing graag vóór 15 juli a.s. sturen naar Tj. van Beets, Dennenburg 2, 8702 AW Bolsward; óf mailen naar: tjvbeets@hetnet.nl

honderd gram	▼	wild rund	▼	totaal	beest	schen-den	▼	wens	zuid-vrucht dieran-geluid	▼	gang van een paard
wind uit het noorden	▶										
▶			1	zoogdier		drie-kroon	▶				10
levens-lucht	water-scooter		stempel	▶					voor-zetsel slag-wapen	▶	
speel-kaart	▶		8			uit-gelaten		graan-afval	▶		4
▶			welpen-leidster		7	spijker-broek	▶				gevan-genis
landtong		edelgas	▶					9	bouw-materi-aal		inkomen
▶					5	soort garen		gedorste halmen	▶		3
stad in Japan		koor-hemd		klap-loper	▶						
▶											
					6			schar-nier		laag	haal met de tong
twee-spraak	muziek-noot	▶			familie-lid		uit-spansel Japans bordspel	▶			
	rund	▶									
rivier in Siberië	▶		Italiaans violist	▶							
lid v.e. Senaat	▶							gril	▶		
			2								

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Oproep tot deelname

Graag nodigen we u uit tot deelname aan ons landelijk onderzoek

Wij: dat zijn de reumaverpleegkundigen / reumaconsulenten in Nederland.

Onderzoek: gericht op de behoefte aan zorg / begeleiding door verpleegkundigen.

Als reumaverpleegkundigen willen wij graag weten waar u als patiënt behoefte aan heeft.

Waarom: om aan te tonen dat verpleegkundige zorg belangrijk is voor mensen met een reumatische aandoening.

Deelname: vrijwillig en anoniem.

Wat: het gaat om het invullen van een vragenlijst op de computer.

Het invullen van de vragenlijst zal ongeveer 20 minuten van uw tijd vragen.

Meedoen kan op twee manieren:

1. Vul deze link in op uw adresbalk; u komt dan rechtstreeks bij de vragenlijst:

zorgbehoefte.nl.eu.org

2. Stuur een mail naar j.repping-wuts@reuma.umcn.nl

Zij stuurt u de link naar de vragenlijst toe.

Meer informatie:

In het tijdschrift "In Beweging" van juni 2012 kunt u meer informatie lezen over ons onderzoek.

Stuur een mail naar Han Repping-Wuts, verpleegkundig onderzoeker.

j.repping-wuts@reuma.umcn.nl

Invullen van de vragenlijst kan vanaf **11 juni tot en met 11 augustus 2012**

BEDANKT!

ALGEMENE INFORMATIE

Reumatologen MCL

Alleen tel. afspraak
tussen 8.30 – en 11.30 uur
MCL (poli reumatologie)
Tel: (058) 286 61 00

Reumaconsulenten MCL

Tel: (058) 286 61 00
Telefonisch spreekuur 8.30-10.30 uur

Clara Jager

Marijke Veldman

Rineke Rumph

Reumabond

Postbus 1370
3800 BJ Amersfoort
Tel: (033) 461 63 64
www.reuma.nl

Overzicht van reuma sites:

www.reuma.pagina.nl
Landelijk forum voor
jongeren met reuma:
www.youth-R-well.com

De Reumalijn

voor advies en informatie:
tel: 0900 – 20 30 300
www.reumalijn.nl

'Kurios kerk'

Julianalaan 38
Leeuwarden
www.kurioskerk.nl

Lidmaatschap: De kosten voor het lidmaatschap van de RPV zijn:

€ 17,50 per jaar (automatische betaling).

Een tweede lidmaatschap in een gezin kost € 8,75 per jaar (automatische betaling).

Bij niet automatische betaling wordt € 2,50 administratiekosten in rekening gebracht.

Opzeggen: schriftelijk, voor 1 december.

Donateurs: U kunt ook donateur worden van de Reumapatiënten Vereniging Leeuwarden, voor € 15,- (of meer) per jaar ontvangt u tevens ons verenigingsblad.

Verjaardagen: Ieder lid ontvangt van de vereniging op zijn - haar verjaardag een felicitatiekaart.


Bezoekersgroep: Er zijn leden die om gezondheidsredenen niet in staat zijn de verenigingsavonden bij te wonen. Die mensen willen wij graag bezoeken. Als u het op prijs stelt om een bezoekje van de RPV te krijgen (dit geldt ook voor een bezoekje in het ziekenhuis), laat het ons dan weten.

U kunt dit doorgeven aan Mevr. Elly van den Bos, tel: 0517 - 393614 of Geke van der Lecq, tel: 058 - 2120206

De Bestuursleden: Onze bestuursleden hebben, net als u, ook een privé leven. Houdt u daar rekening mee, als ons belt (dus niet onder etenstijd of 's avonds na 18.00 uur).

Telefoonnummers: Heeft u een adres of telefoonnummer nodig van iemand uit het Bestuur, de Redactie, de Activiteitencommissie, of de Sooscommissie? Voorin dit boekje vindt u ze allemaal.

Kijk voor het laatste nieuws regelmatig op onze website! www.rpv-leeuwarden.nl

 **Reuma**
patiënten
vereniging
Leeuwarden e.o.