



Gelukkige Kerstdagen en een goed begin voor 2018

Nieuwsbrief.

Jaargang 4 / December 2017

Van de voorzitter

Aan alle leden, fysiotherapeuten, donateurs en adverteerders.

Allereerst wil ik, na een lang ziekbed, de mensen bedanken die mij tijdens mijn ziekte beterschap wensten en me daarmee een hart onder de riem staken; het heeft mij goed gedaan. Ik ben op dit moment nog wel niet helemaal beter en verzuim de zaterdag oefenmorgen bij de bechterewgroep nog regelmatig op momenten dat het niet goed met me gaat. Maar ik werk er hard aan om er weer bovenop te komen.

Ook onze penningmeester Jeannette Meeuwissen is het gehele jaar ziek geweest en kon daardoor die functie dit jaar niet uitvoeren. Het gaat op dit moment een heel stuk beter met haar en ik hoop dat ze haar taak bij de vereniging weer op zich zal kunnen gaan nemen.

Johan van Meel is begin dit jaar in dit gat gesprongen en heeft als tweede penningmeester de taken van Jeannette overgenomen. Daarnaast is Johan toegetreden tot het bestuur als tweede penningmeester. Ook onze medisch adviseur Eugène Quadekker

(gepensioneerde huisarts) is toegetreden tot het bestuur, zodat het bestuur nu uit 5 personen bestaat (zoals in de statuten is bepaald).

Ik ben ook veel dank verschuldigd aan onze secretaris Rien Anthonissen die tijdens mijn ziekte veel werk heeft opgeknapt.

Het jaar 2017 zit er weer bijna op; we hebben dit jaar als bestuur tweemaal vergaderd en tweemaal de landelijke besturenvergadering van het Reumafonds bijgewoond, de eerste in het voorjaar in Leiden. De tweede landelijke besturenvergadering van het Reumafonds werd gehouden op 25 november in Maarssen. Rien Anthonissen en Eugène Quadekker hebben de vereniging op beide vergaderingen vertegenwoordigd.

Wij kunnen U zeggen dat het prima gaat met RPV "De Baronie"; de beweeggroepen en andere activiteiten konden als vanouds doorgaan, er meldden zich nieuwe leden en de vooruitzichten zijn goed. De Bechterewgroep zit vol; op de lijst mogen 25 leden staan, er zijn er nu

25, méér kunnen er niet bij omdat er maximaal 20 leden tegelijk in het zwembad mogen. Aangezien er wekelijks altijd enkelen wegblijven heeft het bestuur besloten dat 25 leden op de lijst het maximum is. Bij de groepen Hydro 1 en 2 is nog wel ruimte voor nieuwe leden.

We hebben in september afscheid genomen van therapeut Jurje Slangen, die kon niet meer op zaterdagmorgen i.v.m. andere werkzaamheden. We vonden met Manou Vossen en Mark van Gestel twee nieuwe fysiotherapeuten.

De Bechterewgroep heeft dit jaar weer deelgenomen aan het internationale volleybaltoernooi voor Bechterewpatiënten in stadion Galgenwaard in Utrecht. Ze hebben geen wedstrijd gewonnen, maar voor de groep is meedoen belangrijker dan winnen.

Er zijn enkele leden actief geweest in de collecteweek van het Reumafonds. Hiervoor kunnen we nog wel wat mensen gebruiken. Denkt u "ik wil ook wel een paar uurtjes beschikbaar stellen om te collecteren" neem dan contact op met het bestuur. Misschien heeft u nog een origineel idee voor de landelijke Reumafondscollecte? Het is hard nodig dat meer mensen zich beschikbaar stellen! Dit als tegenprestatie voor de subsidie, die de bewegingsgroepen krijgen van het Reumafonds.

Tijdens Wereldreumadag op 12 oktober hebben enkele mensen meegedaan aan de bloembollenactie van het Reumafonds. Op die donderdag met een ploegje op het station van Breda en op zaterdag bij tuincentrum Life & Garden in Etten-Leur. Hier nogmaals een woord van dank aan Annie, Betten, Eugène, Peter, Kees en Rien!

Het bestuur hecht er veel waarde aan dat onze vereniging financieel onafhankelijk zal zijn en blijven. Al veel leden hebben de oproep van het bestuur "ieder lid zoekt een donateur" beantwoord, maar er zijn eigenlijk ook (te) veel leden die hier nog niets aan hebben gedaan. Wij hopen dat we nu ook op hen mogen rekenen! Op onze website staat het donateursformulier maar onze bestuursleden hebben op de zaterdagmorgen vaak losse exemplaren bij zich. Breng het eens ter sprake bij familie, vrienden of collega's. Er is vast wel iemand te vinden die onze vereniging met een bijdrage van € 20,= per jaar (méér mag natuurlijk ook) wil steunen. Als donateur krijgen ze ook onze periodieke nieuwsbrief toegestuurd, zodat ze op de hoogte kunnen blijven van ons wel en wee.

De feestdagen komen er weer aan en het jaar is haast ten einde. Voor het zover is willen wij alle donateurs en ook onze adverteerders bedanken voor hun (geldelijke) steun. Zonder hen zou het bereiken van onze doelstellingen immers heel wat moeilijker worden!

Wij wensen u en de uwen mooie en fijne feestdagen en een voorspoedig 2018. Het Bestuur van RPV "De Baronie, Jeannete, Eugène, Johan, Rien en Sjaak .

De voorzitter.



*Prettige kerstdagen en
een gelukkig nieuwjaar!*



**Op zaterdag 25-11-2017
vertelde Esther dat ze
zwanger is van een broertje of
zusje voor Berend. Wij willen
jullie van harte feliciteren en
je een fijne zwangerschap
toewensen.**



Voor alle zieken onder ons.



Leven met minder pijn met behulp van een tens.

Op 11 november 2015 was het zover; ik zou een knieoperatie ondergaan en kreeg een hele nieuwe rechterknie. De operatie verliep voorspoedig maar door dat ik bleef nabloeden moest ik langer in het ziekenhuis blijven. En dat was niets voor mij. Ik zou met de ziekenwagen naar het ziekenhuis in Breda worden overgebracht want in Oosterhout is het ziekenhuis dicht tijdens het weekeind. Maar dat wilde ik niet. Dus na veel zeuren mocht ik toch naar huis mits ik hulp had. En die had ik, dus toch naar huis. Thebé zou de wondverzorging doen maar daar was ik al snel klaar mee want ze werkte niet steriel en dat met een open wond. Ik kreeg 3 x per week fysiotherapie thuis en de beweging van de knie ging steeds beter, maar ik had veel pijn en de wond was nog steeds niet dicht. Ik ben regelmatig teruggegaan naar de orthopeed maar die zei dat ik geduld moest hebben. Ik bleef pijn houden en na een jaar kreeg ik gelukkig een andere orthopeed omdat mijn orthopeed ziek was. Deze orthopeed zei gelijk dat het niet goed was en heeft allerlei onderzoeken gedaan. Ik bleek géén dystrofie te hebben maar zenuwpijnen. Ik werd verwezen naar de pijnpoli. Ik kreeg spuiten in de knie, heb een behandeling gehad met Qutenza pleisters. Dit zijn pleisters die de zenuwen branden waardoor de pijn weg zou gaan. Maar bij mij had het geen effect. Dan maar zenuwblokkades. En jawel, deze hebben geholpen voor de pijn in mijn been maar helaas geen effect op de knie zelf. De arts van de pijnpoli kon niets meer voor mij doen en verwees me naar de orthopeed. En weer

allerlei onderzoeken zoals een scan, foto's van knieschijf en benen. Ook hier kwam niets uit. Ik moest leren leven met de pijn.

Ik ben toen op zoek gegaan naar een kliniek voor een second opinion. Maar de kosten hiervan waren te hoog. Dus terug naar de pijnpoli. En wat bleek? Ik kwam in aanmerking voor een tens. Het was in één week geregeld en ik kreeg de tens 2 weken op proef. Nou deze tens had ik eerder gehad willen hebben, want 8 uur per dag met de tens en ik was pijnvrij. Na 2 jaar kon ik weer slapen zonder wakker te worden van de pijn. Na de 2-weken proef mag ik nu de tens blijven gebruiken en is hij in mijn bezit. Deze wordt vergoed door de zorgverzekering. Helaas heb ik de arts van de pijnpoli nog niet zelf gesproken maar ik blijf me afvragen waarom ze me niet eerder deze tens hebben aangeboden. Ik ben nu weer een gelukkiger mens met veel minder pijn.

**Het moraal van dit verhaal is:
Blijf voor jezelf opkomen !!!**



Familiezwemmen



Op zaterdag 30 december is het weer zover. Onder begeleiding van Esther kunnen alle leden van de bewegsgroepen hun kinderen en kleinkinderen kennis laten maken met het zwembad. Het wordt vast een gezellig spektakel.



De redactie van de nieuwsbrief wil het bestuur, leden, fysiotherapeuten, adverteerders en donateurs hele fijne dagen toewensen en een gezond 2018.