

MAGAZINE

website www.rpvbaarnsoest.nl

e-mail rpvbaarnsoesteo@gmail.com

SNS bank iban rek.nr. NL41SNSB 094.43.67.461 te Soest

oefengroepen:

Sportief wandelen iedere dinsdagmiddag aanvang
14.00 uur (duur 1 uur, waarna gezamenlijk koffie
of thee wordt gedronken) voor info: 035-6025768

Hydrotherapie iedere vrijdagmorgen
van 12.00 uur tot 13.00 uur in het
zwembad van de Amerpoort in
Baarn. Voor info 035-6025768

In dit nummer

WOENSDAG 20 APRIL 2016
DAGTOCHT NAAR DE
MARIAHOEVE IN PUTTEN



Overige onderwerpen; Beëindiging bestuursfunctie mw.
Diana Lewinski - Wijziging e-mailadres - Ontdek je plek
tijdens de hydroles - Vakantieweek groot Stokkert - Grote
subsidie voor onderzoek medicijnen voor Artrose -
Ziekenrubriek



FEESTELIJKE BUSTOCHT OP WOENSDAG 20 APRIL NAAR “MARIAHOEVE” IN PUTTEN

Het 35 jarig bestaan van de vereniging wordt op twee manieren gevierd. Met een interessant symposium op zaterdag 2 april 2016 en een feestelijk samen zijn met de leden. Voor dat laatste hebben we een leuk busreisje bedacht.

We blijven dicht bij huis. In de prachtige landelijke omgeving rond de gemeente Putten is een authentiek mini museum annex theschenkerij te vinden “Maria Hoeve” (zie www.mariahoeveputten.nl)

Het bestuur kiest er voor om deze dag alleen toegankelijk te laten zijn voor leden van de Reuma Patiënten Vereniging.

Voor deze excursie is het dus niet mogelijk om introducés uit te nodigen om mee te gaan.

Na de koffie (vanzelfsprekend dit keer met gebak !) gaan we in groepjes uiteen. Vrijwilligers van het museum leiden ons rond in de oude boerderij waar alles nog was zoals in 1907. Ook de tuin en het bakhuis, zijn onderdelen van de rondleiding. In en om de theschenkerij zijn dingen te zien en te beleven.

We verklappen nog niet te veel, maar we vertellen graag dat dit reisje ook prima toegankelijk is voor mensen die niet ver kunnen lopen. Alles speelt zich af in en rond de boerderij en de rollators en rolstoelen kunnen mee in de bus.

Een feestelijke lunch is ook onderdeel van het programma.

We vertrekken om 8.45 uur uit Soest (bij zorgcentrum Molenschot aan de Dalweg) en om 9.15 uur vanuit Baarn (Het Brandpunt, Oude Utrechtseweg 4a).

Aan het eind van de middag, na een rondrit door de omgeving denken we tussen 15.30 en 16.00 uur weer terug te zijn.

Gaat u mee ?

De bijdrage voor dit jubileumreisje is slechts € 10,- per persoon.

U kunt zich aanmelden via de mail:

rpvbaarnsoesteo@gmail.com

of telefonisch bij:

Anneke Maarleveld-Krommendijk tel. 035 5416416 of bij

Ad Meijer 035 6025768

Betaling per bank : NL41 SNSB 094 4367 461 t.n.v. RPV Baarn
Soest e.o. Baarn



BEEINDIGING BESTUURSFUNKTIE DIANA LEWINSKI

In de laatste bestuursvergadering heeft Diana onverwacht haar bestuursfunctie neergelegd, omdat zij zich niet meer kon vinden in de wijze waarop het bestuur de laatste tijd functioneert.

Het bestuur was hierdoor verrast en herkende zich niet in de argumenten van Diana.

Hoewel wij een dergelijk besluit moeten respecteren, hadden wij graag met Diana om de tafel gezeten om haar beweegredenen te horen en zaken in goed overleg af te sluiten, maar dit is helaas niet gelukt.

Door het vertrek van Diana ontstaat er een lege plaats in het bestuur. Diana was 2e penningmeester en waarnemend voorzitter. Officieel is ook de functie van voorzitter nog niet ingevuld. Besloten is daarom dat onze penningmeester Gerrit Jan de Vos de functie van interim voorzitter op zich neemt. Het bestuur beraadt zich over de in te vullen vacatures en zal zo spoedig mogelijk aan de leden een voorstel doen.

Wij bedanken Diana voor alles wat zij in de afgelopen 10 jaar voor de vereniging heeft gedaan. Haar grote betrokkenheid en inzet zullen wij heel erg gaan missen. Zelf heeft zij aangegeven dat het tijd is om verder te gaan en andere wegen in te slaan. Wij wensen haar daarbij heel veel succes en alle goeds voor de toekomst toe!



WIJZIGING EMAIL ADRES!!!!

Vanaf heden is het e-mailadres van onze vereniging gewijzigd;

Het nieuwe adres is rpvbaarnsoesteo@gmail.com



“ONTDEK JE PLEK!”

Iedere vrijdag komen in het zwembad op het terrein van Amerpoort in Baarn gemiddeld 12 mensen bij elkaar om oefeningen te doen. Hydro therapie heet dat met een deftig woord... Twee “jongens” en 10 “meisjes” tussen de 40 en 80 jaar. Tijdens de “warming up” - rondjes wandelen in het water- wordt nog snel even wat lief en leed gewisseld maar dan begint het serieuze werk. Steevast klinkt vanaf de kant uit de mond van fysiotherapeute Samira Waanders bovenstaande roep om ons er op te wijzen dat het nu toch *écht* tijd wordt om te oefenen. Ze draait al vast met haar heupen en wij volgen.

Met haar zangerige stem (met prachtig Oosters accent) telt ze mee: drie vier vaaaif.....en wij doen de oefeningen na. Als zij “rechts” roept en wij haar vanuit het bassin “links” zien doen, hindert ons dat niet. Iedereen oefent in zijn of haar tempo en kunnen. Alle onderdelen van het lichaam worden getraind.

Wat ons lijf op het droge niet meer kan lukt onder het warme water wel. Na een poosje lukt het de hak van de voet tegen de bil te tikken...Tjonge, nooit gedacht dat dit nog kon ! Na enkele minuten voel je al dat je je lichaam beter kunt strekken. Het lijkt alsof je rechter op kunt staan en lopen, de stijfheid verdwijnt. We rekken en strekken en spelen zelfs piano op het water om ook de vingers te oefenen. We springen en huppen als ballerina’s en

voelen ons 30 kilo lichter. In “paradepas” gooien we de benen flink omhoog en lijken we op een stel Russische soldaten. Op slangen van schuim schommelen we weer als kleine kinderen en achter elkaar aan fietsen we rondjes door het bad. Ondertussen worden grappen gemaakt en lachen we gelukkig ook. Zo worden zelfs de mond- en gezichtsspieren niet vergeten. “Stoeltje zwemmen”, “sirtaki”, “appels plukken”, “schaatsen” en “kickersprong” zijn steevast onderdelen van de laatste reeks oefeningen.

Trots dat we dit allemaal toch maar weer gedaan hebben schuifelen we op onze badslippers richting douches en kleedkamers.

En dan volgt het meest moeilijke onderdeel van dit uur: in een warme vochtige kleedruimte je kleren over het lichaam zien te krijgen. Een badstoffen badjas of los vallend joggingpak zijn niet de meest charmante kledingstukken, maar wel heel erg praktisch. Gelukkig ligt het zwembad in het bos en zijn er niet al te veel toeschouwers. “En wat doe je dan als je pech krijgt onderweg?” vragen mensen mij als ik weer eens in mijn badjas naar de auto loop. “dat ik heerlijk heb gezwommen” antwoord ik. Terwijl ik stiekem hoop dat me dat niet zal overkomen...

Anneke Maarleveld-Krommendijk

VAKANTIEWEEK GROOT STOKKERT WAPENVELD **Van Vrijdag 20- vrijdag 27 mei 2016**

Er zijn nog enkele plaatsen vrij in deze week.

- De kosten voor een week zijn: € 496,- (vol pension)
- De prijs is exclusief vervoer. Dat betekent dat u het vervoer naar- en van Groot Stokkert zelf moet regelen.



- U kunt zich aanmelden bij Anneke Maarleveld-Krommendijk, Vincent van Goghstraat 10a 3741 TJ Baarn Tel: 035 5416416 / of 0611772330

GROTE SUBSIDIE VOOR ONDERZOEK NAAR MEDICIJNEN VOOR ARTROSE

Ingrid Meulenbelt heeft een grote subsidie gekregen voor onderzoek naar een medicijn voor artrose. Artrose is de meest voorkomende chronische ziekte in ons land. Maar liefst 1,2 miljoen mensen kampen met deze aandoening.

“Een werkend medicijn is er niet”, zegt dr. Meulenbelt van het Leids Universitair Medisch Centrum. “We kennen inmiddels enkele genen die een rol spelen bij het ontstaan van artrose, maar we weten niet waarom de ziekte bij patiënten zo verschilt.”

Meulenbelt wil met haar onderzoeksgroep de belangrijkste verschillen ontrafelen en nabootsen in stukjes gekweekt gewrichtsweefsel. “Op dat gekweekte weefsel willen we bestaande medicijnen uittesten en kijken bij welke groep patiënten deze het beste werken. En we willen nieuwe medicijnen ontwikkelen. Uiteindelijk willen we ernaar toe dat we al in een vroeg stadium bij patiënten kunnen vaststellen welk type artrose ze hebben en welk medicijn daarbij past”.

Voor haar onderzoek ontvangt Meulenbelt een Vici-subsidie van 1,5 miljoen euro. De Vici-subsidie is een van de grootste persoonsgebonden wetenschappelijke subsidies van Nederland. Uit 215 aanvragen selecteerde NWO, de Nederlandse organisatie voor Wetenschappelijk Onderzoek, in deze ronde 32 grensverleggende onderzoeken.



ZIEKENRUBRIEK

Mw. G. Kuijer, Gr. van Prinstererlaan 30
Baarn verblijft in verpleeghuis St Elisabeth
afd. Regenboog, Kloosterlaan 29, 3749
Lage Vuursche

Hr. en mevr. Co en Cil Stalenburg zijn
opgenomen in Zorghotel de Wartburg,
kamer 18, Kennedylaan 300, 3533KN
Utrecht

Een kaartje sturen ,zou erg leuk zijn!!



AGENDA

- Woensdag 20 april 2016 Dagtocht met naar MariaHoeve in Putten met uitgebreide lunch in het kader van 35 jarig bestaan van onze vereniging.
- Donderdag 19 mei 2016 Voorlichtingsbijeenkomst Remedica " Het Hart op de goede plaats"
- Donderdag 16 juni 2016 Lezing;" Vakanties met alle zorg op maat" door Annemieke de Groote

De activiteiten vinden, tenzij anders aangegeven, plaats in het Brandpunt (verbonden aan de Paaskerk) adres Oude Utrechtseweg 4a, 3743KN Baarn telefoon 035-5426920, Aanvang 14.00 uur

Interim Bestuur

Ad Meijer, secretaris tel. 035 6025768

adres secretariaat Reespoor 48, 3766JZ Soest

Gerrit Jan de Vos, penningmeester en **voorzitter a.i.**
tel. 035-5231210

Co Stalenburg, algemeen bestuurslid

coördinatie ziekenbezoek Baarn tel. 035-5416140

Nelie Breunesse, algemeen bestuurslid tel. 035-5418551

Anneke Maarleveld, algemeen bestuurslid en coördinatie vakanties in Groot Stokkert.

Meewerkende lid

Margot Blank, tel 035
6028144 coördinatie
ziekenbezoek Soest

*Drukwerk verzorgd
door:*

*Drukkerij Esed b.v.
Oostergracht 9,
3763 LX Soest*

