

MAGAZINE

website www.rpvbaarnsoest.nl

e-mail rpvbaarnsoesteo@gmail.com

SNS bank iban rek.nr. NL41SNSB094.43.67.461 te Soest

oefengroepen:

Aangepast wandelen iedere dinsdagmiddag van 14.00 uur tot 15.00 uur, daarna gezamenlijk koffie-theedrinken, 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



Donderdag 15 juni 2017

**Bezoek aan de historische boerderij
"Het Gagelgat" en het Paardenkamp
in Soest.**

Woensdag 9 augustus 2017

**Bustocht "Zuiderzeemuseum" in
Enkhuizen**

Overige onderwerpen; Landelijke peiling Fysiotherapie bij reuma - onderzoek naar lichttherapie tegen vermoeidheid

BEZOEK AAN BOERDERIJ "HET GAGELGAT"

op donderdagmiddag 15 juni 2017.

Met deze activiteit gaan we terug in de tijd en krijgen we het boerenleven in de 18e en 19e eeuw in beeld

De geschiedenis van de boerderij gaat terug tot 1712.

In 2008 verkreeg de Stichting Paardenkamp de boerderij als Rijksmonument. Renovatie vond plaats in 2009/2012.

De boerderij ligt vanuit Soest gezien aan de linkerkant, tegenover het Paardenkamp. Het adres is Birkstraat 107, telefoonnummer 035-6012325.

U wordt om **14.00 uur** verwacht in de Heerd, dat is de mooie kamer van de boerderij met de haard en de mooie tegeltableaus. Daar wordt de koffie/thee met als traktatie worteltaart geserveerd.



U krijgt informatie over de geschiedenis en kunt daarnaast ook in de boerderij via digitale schermen veel het wel en wee van dit monument en zijn bewoners te weten komen.

Aansluitend is er de mogelijkheid om het Paardenkamp te bezoeken.



Aan deze activiteit zijn geen kosten verbonden. Mocht iets niet geheel duidelijk zijn, neem u dan contact op met de penningmeester telefoonnummer 035 6025768.

Hartelijk welkom op deze gezellige middag!!

BUSTOCHT "ZUIDERZEE MUSEUM" ENKHUIZEN

Niet op 22 augustus - zoals in het vorige magazine werd vermeld - maar op **9 augustus** gaan we weer met elkaar op reis. Dit jaar naar het Zuiderzeemuseum in EnkhuiZEN. Dit museum bestaat uit een binnen- en openlucht gedeelte.

De reis staat onder leiding van onze voorzitter GerritJan de Vos. Zijn familie was zeer bekend met deze omgeving. In de bus zal hij iets over dit museum vertellen.

We reizen weer met de bus van Jan van Dijk Tours uit Soest. Gaat u mee ?



Het programma ziet er als volgt uit:

- Vertrek om 9.00 uur vanuit Soest (instappen bij zorgcentrum Molenschot op de Dalweg)
Om 9.15 uur vanuit Baarn (instappen bij Brandpunt, Oude Utrechtseweg 4a)
- Verwachte aankomst in Enkhuizen: 10.15 uur
- Met de boot naar het open lucht Museum, bij aankomst koffie en gebak.
- Op eigen gelegenheid het stadje en het binnen museum verkennen. (Een plattegrond en informatie wordt uitgereikt)
- Om 12.45 uur wordt u terug verwacht in het restaurant voor een gezamenlijke lunch.
- Daarna is er opnieuw gelegenheid om in eigen tempo het Museum te bekijken.
- 15.45 uur : vertrek met de boot vanaf het Museum.
- Met de bus weer naar huis. We verwachten om 17.30 uur weer thuis te zijn.

Opgave en betalen

De kosten voor deze dag zijn: € 33,50 voor leden.

Introducés zijn van harte welkom en betalen € 48,50.

Het bedrag dient u over te maken op rekening: NL41 SNSB 094.43.67.461 t.n.v. Reumapatiëntenvereniging Baarn Soest. U kunt zich opgeven voor maandag 31 juli 2017 bij één van de bestuursleden (de gegevens vindt u op de achterzijde van dit boekje)

Bij verhindering gemeld na 1 augustus, is geen terugboeking van het overgemaakte bedrag meer mogelijk !



De kosten van het museum zijn inbegrepen in de prijs van deze tocht. In het museum geldt de Museumjaarkaart. Mocht u in het bezit hiervan zijn, wilt U dit dan aan ons melden en de kaart op deze dag meenemen.

Belangrijk

Deze reis is rolstoel- en rollator toegankelijk, maar er is geen begeleiding aanwezig. Vanzelfsprekend zijn er genoeg helpende handen, maar voor iedereen is het een dagje uit. Bent u afhankelijk van hulp dan dient u zelf voor een begeleider te zorgen.



LANDELIJKE PEILING FYSIOTHERAPIE BIJ REUMA

In vervolg op het artikel in het Magazine van mei 2017 inzake het advies van het Zorginstituut Nederland (ZiN) over de effecten van fysiotherapie bij RA en SpA houdt het Reumafonds een landelijk onderzoek.

Waarom deze vragenlijst?

Begin maart heeft het Zorginstituut Nederland (ZiN) een advies uitgebracht over de vergoeding van fysiotherapie voor mensen met reuma vanuit de basisverzekering. Zij gaven het advies om 12 behandelingen oefentherapie op te nemen voor mensen met heup- en knieartrose en geen vergoeding voor mensen met reumatoïde artritis (RA) en spondyloartritis (SpA).

Het Reumafonds is erg teleurgesteld in dit advies en vindt dat fysiotherapie weer terug moet in het basispakket voor alle mensen met reuma die dat nodig hebben. Om duidelijk te maken hoe belangrijk fysiotherapie is voor mensen met reuma doen we deze peiling.

Leden die het Magazine per mail ontvangen, hebben hierover via de mail al bericht ontvangen.

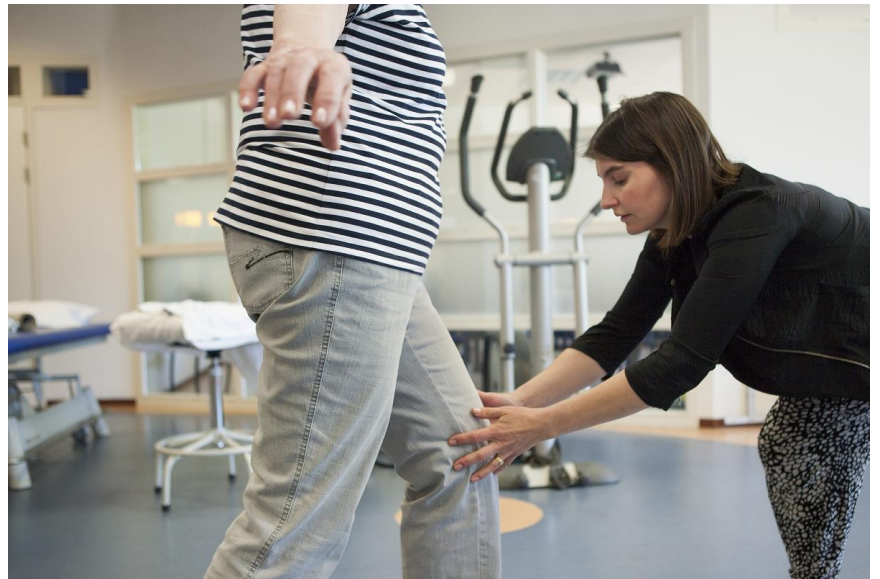
Hierbij willen wij ook de overige leden wijzen op het invullen van deze vragenlijst.

Via website

www.reumafonds.nl

kunt u met een link naar de vragenlijst.

Doet u mee?



ONDERZOEK NAAR LICHTTHERAPIE TEGEN VERMOEIDHEID

Altijd maar moe zijn. Het is een klacht die heel veel mensen met een vorm van reuma zullen herkennen. Een nieuw onderzoek bij mensen met reumatoïde artritis (RA) kan misschien het begin van een oplossing zijn. Onderzoekers dr.

Esther Habers en professor Andrea Evers van het LUMC in Leiden hopen dat een eenvoudige behandeling met licht de vermoeidheid sterk kan verbeteren.

De moeheid komt vaak plotseling op en het is meestal niet het gevolg van inspanning of een tekort aan slaap. Slapen of rusten helpt meestal niet en de vermoeidheid heeft een grote invloed op de dagelijkse bezigheden en bijvoorbeeld werk.



Dr. Esther Habers (l)
Prof. dr. Andrea Evers (r)

Lichttherapie als mogelijke oplossing

Uit onderzoek is bekend dat lichttherapie verstoringen in het 24-uurs ritme kan aanpakken. Mensen die behandeld worden met lichttherapie kijken een halfuur per dag naar een bepaald soort licht. Dat licht komt uit een speciale lichtgevende bril. Esther Habets: ‘Het licht dat de bril afgeeft, remt de melatonineproductie en breekt de al aanwezige melatonine af. Als een RA-patiënt bijvoorbeeld te vroeg melatonine aanmaakt, stelt het ’s avonds dragen van de bril dit proces uit. Wij denken dat door de patiënt door de behandeling geleidelijk in een normaal 24-uursritme van waken en slapen komt.’

Betere kwaliteit van leven

In totaal doen 48 RA-patiënten mee aan dit onderzoek. ‘Waar we op hopen is mensen minder last hebben van vermoeidheid als het 24-uursritme genormaliseerd is’, besluit professor Evers tot slot. ‘Dat kan de kwaliteit van hun dagelijkse leven al enorm verbeteren.’

Via de website van het reumafonds kunt u het gehele artikel lezen en een brochure downloaden.

De wandelgroep heeft vorige week gewandeld en geoefend bij de bosvijver in Birkhoven



Deze foto is genomen op het uitkijkpunt, over de vijver. Iedereen was naar boven geklommen wat voor sommige zeker een prestatie was!!

AGENDA

Donderdag 15 juni 2017 Bezoek aan boerderij Het Gagelgat
Woensdag 9 augustus 2017 Bustocht Zuiderzeemuseum

Enkhuizen

Donderdag 21 september 2017 Bingomiddag

Donderdag 16 november 2017 Presentatie dhr. S. Verkade
over de activiteiten van de stichting
gehandicaptenbelangen Baarn

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

bestuur

Gerrit Jan de Vos, voorzitter tel. 035-5231210

Anneke Maarleveld- Krommendijk, secretaris en coördinatie
vakanties in Groot Stokkert. 035-5416416

adres secretariaat Vincent van Goghstraat 10a, 3741TJ Baarn

Ad Meijer, penningmeester tel. 035 6025768

Nelie Breunese, algemeen bestuurslid tel. 035-5418551

Ria Koops, algemeen bestuurslid tel 06 10482573

meewerkend lid

Gerda Merks tel 035 6011436 coördinatie aangepast wandelen

Drukwerk

verzorgd door:

Drukkerij Esed bv

Oostergracht 9,

3763LX Soest

