



Gezinsuitbreiding

De gemeente wil de processie-rups op een milieu vriendelijke wijze bestrijden. Om die reden konden de inwoners van de gemeente Baarn een gratis mezenkastje ophalen. Er zat een duidelijke gebruiksaanwijzing bij: de opening naar het westen en ophangen in de buurt van eikenbomen.

Binnen de kortse keren werd in het kastje al een kraamkamer ingericht. Vanaf de leuning van de bank in onze woonkamer kan ik het goed volgen. En nu is het een drukte van belang. De vogeltjes zijn uit hun ei en de jonge ouders vliegen af en aan met voedsel. Hopelijk ook met eiken processierupsjes, anders is het een verkeerde investering van de gemeente geweest...kapitaalvernietiging. Mijn man vindt dat we wel kinderbijslag aan kunnen vragen, maar dit grote genieten is niet in geld uit te drukken !

Hopelijk geniet u – terwijl u aan huis gekluisterd bent- toch ook van kleine dingen van het leven. Laat u ons mee genieten ? Omdat er over Reuma of bijeenkomsten niet veel te melden is, alles helaas door de Corona stil ligt vullen we de Nieuwsbrief met andere zaken en hebben we vast wel wat kopij ruimte in de volgende Nieuwsbrief.

Els de Waard ging u dit keer voor. Zij schrijft over haar leven in Frankrijk en ze heeft een heerlijk recept gestuurd. Ad Meijer informeert u in dit nummer over de voortgang van de beweegactiviteiten.

Anneke Maarleveld-Krommendijk
voorzitter

Agenda

Vanwege het Corona virus zijn voorlopig alle activiteiten in het kader van lotgenoten contact tot nader bericht afgelast !



Aangepast wandelen, voorzichtig van start?

Hoe is het met iedereen, allemaal nog in goede gezondheid. Bij ons is alles in orde, maar we vinden het wel saai allemaal. We missen ook de structuur in ons bestaan. We zijn wel paar keer naar onze zoon geweest (heeft grote tuin) om iedereen weer eens in de echt te zien. We kijken veel televisie, eten uitgebreid (moeten oppassen met de kilo's). Boodschappen doen is niet leuk. Kortom we gaan erg voorzichtig te werk en nemen geen risico. Gelukkig is deze week de fysiotraining weer begonnen, wel met aanpassingen natuurlijk

Door ReumaNederland werden wij er op gewezen dat vanaf 11 mei buiten beweegactiviteiten zijn toegestaan, mist wordt voldaan aan de norm van anderhalve meter afstand van elkaar houden. Als voorbeeld werden wandeltrainingen genoemd.

Ik heb contact opgenomen met wandeltrainer Wim Oostveen om te vragen hoe hij hierover dacht. Wat hem betreft zouden we kunnen starten. Maar dan moeten er wel regels in acht worden genomen. Gezamenlijk iets gebruiken na afloop van de oefening is niet mogelijk. Dat is wel jammer maar we kunnen elkaar wel weer zien en spreken. VRAAG hoe denkt iedereen hierover? Wie wil al gaan starten met het aangepast wandelen??? Als datum om te gaan beginnen denk ik aan dinsdag na Pinksteren dat is 2 juni .

Gezonde groeten van Ad Meijer
Tel 06 19961807



Lotgenoten contact

Zij verdienen een bloemetje !

Nu alle activiteiten in het kader van lotgenoten contact zijn afgelast besteden we de komende maanden op deze manier wat aandacht aan elkaar. Weet u iemand die ziek is of op een andere manier even in het zonnetje gezet moet worden? Meld het ons!

Nelie Breunessse Had een grote slijmbeursontsteking in haar linkerschouder. Vaak gaat dit gepaard met spierreuma, maar dat is nog niet definitief vastgesteld. Nelie heeft veel pijn. Ook van haar heup. En tot overmaat van ramp zit ook haar man **Rob** in de lappenmand !
Gerda Merks is al 8 weken aan 't herstellen van een ernstige longontsteking. Nu gaat het volgens haar goed. Ze gaat er met de auto af en toe op uit, maar ze is nog wel bang voor besmetting. Letterlijk en figuurlijk een lange adem ! Allen: heel veel sterkte gewenst ! Namens ons een symbolisch bloemetje. We denken aan jullie !

Vive La France!

Naast ons leven in Nederland hebben wij ook een leven in Frankrijk. Wij hebben daar net als hier burens en vrienden, een tuin die moet worden onderhouden, enz. Het is net als in Soest ook echt ons thuis. Toch is het allemaal net even anders.....

Onze buurvrouw in Frankrijk heeft erge reuma en loopt met een looprek. Dat is niet meer dan een rekje zonder wielen. Twee kleine stapjes vooruit, rekje optillen en iets vooruit neerzetten, twee kleine stapjes vooruit, enz., enz.

"Arme buurvrouw," denk ik, "waarom geen rollator?"

Op een dag kaart ik het aan. Zij wil er niets van weten, dit rek is veilig en ze gebruikt het al jaren tot grote tevredenheid. Nu is ze nogal behoudend, van nieuwe dingen wil zij nooit iets weten, maar dit snapte ik niet. Wat zou het haar een energie schelen!

Op een dag verstapte ik mij en viel. Met mijn enkel en voet was van alles aan de hand en ik kreeg krukken en daarna.....een looprek!

Ik opperde tegen de specialist dat ik liever een rollator had. Ik ging hem zelfs uitleggen wat voor praktische dingen wij in Nederland hebben, looprekken zie je eigenlijk niet meer, te ouderwets!

De arts keek mij aan. "Nederland is plat mevrouw! Hier in Frankrijk raast u met een rollator van de berg af, met alle gevolgen van dien. Wilt u nog meer scheuren en breken?"

Toen snapte ik waarom mijn buurvrouw er niet van wilde horen.....

Els de Waard-Fransooij



Hoopvolle ambitie van ReumaNederland

Nederland heeft in 2040 de gezondste generatie van de wereld. Zowel fysiek, als sociaal en mentaal. Deze ambitie van twintig gezondheidsfondsen (waaronder ReumaNederland) wordt vanaf vandaag ook omarmd door NOC*NSF. Een bundeling van krachten die mogelijk is gemaakt door Nederlandse Loterij, in een tijd waarin we allemaal ervaren hoe belangrijk een goede gezondheid is.

Als Nederland doorgaat op de huidige weg dan is volgens [het RIVM](#) over twintig jaar meer dan de helft van de Nederlanders chronisch ziek. Dat tij willen twintig gezondheidsfondsen keren en daarvoor hebben zij als doel om in 2040 de gezondste jeugd ter wereld te hebben in Nederland. Uit een recent gepresenteerd [internationaal onderzoek](#) blijkt dat het op een aantal terreinen best goed gaat met de leefstijl van de Nederlandse jeugd, maar ook dat er op veel terreinen nog winst geboekt moet worden. Bijvoorbeeld ten aanzien van gezonde voeding en ook sport en bewegen, want dit neemt onder jongeren in het voortgezet onderwijs schrikbarend af, zeker bij bepaalde doelgroepen.

Onze kleinzoon Twan werd bij zijn geboorte 4 keer beademd en lag aan slangetjes en allerlei apparatuur in het Utrechts Medisch Centrum. We vreesden voor zijn leven. Volgens de professor in het UMC gebeuren er soms wonderen en is hij er één van. Nu is hij 12 jaar en heeft hij maar één ambitie: prof wielrenner worden. Hij fietst menigeeen er uit en is geselecteerd voor de junioren Midden Nederland. De cruciale leeftijd waar het onderzoek over spreekt, de leeftijd van het Voortgezet Onderwijs, is nu van kracht. Hij gaat naar de Waldheim Mavo. Hopelijk komt voor hem de voorspelling van het onderzoek niet uit en blijft hij plezier hebben in het wielrennen. We zullen het hopelijk beleven, maar voor ons geldt maar één ding: hoe de voorspelling in 2040 uitkomt, naast gezondheid is geluk het allerbelangrijkste!



AMK

Anneke Maarleveld-Krommendijk, voorzitter tel. 035-5416416

Roel Thomas, secretaris tel: 035 6013830

Ad Meijer, penningmeester en coördinator Hydro zwemmen tel. 035 6025768

Nelie Breunesse, algemeen bestuurslid o.a. ledenzorg tel. 035-5418551

Meewerkende leden:

Ria Koops, ledenadministratie en verzending digitale Nieuwsbrief. tel 06 10482573

Gerda Merks, coördinatie aangepast wandelen. tel 06 10803098

Aard van Slooten, website beheer

Adres secretariaat: Koperwiek 33, 3766 AM Soest

website: www.rpvbaarnsoest.nl

e-mail: rpvbaarnsoest@gmail.com

SNS bank IBAN rek nr. NL41SNSB094.43.67.461 te Soest

De volgende Nieuwsbrief verschijnt eind juni