

Maandbrief januari / februari 2019

De beste wensen!

Al weer een nieuw jaar is begonnen. Wij wensen u allen een heel gelukkig en gezond 2019! De beweegactiviteiten van onze vereniging zijn weer begonnen. Naast deze wekelijkse beweeggroepen organiseren wij jaarlijks 3 of 4 andere activiteiten. Voorheen organiseerden we meer activiteiten, maar door afnemende belangstelling zijn we daarmee gestopt. Echter als u als lid een idee heeft voor een activiteit of bijeenkomst laat dit dan aan ons weten, dan zijn wij altijd bereid om samen te kijken of dit gerealiseerd kan worden. De data van de jaarlijkse activiteiten die elk jaar terugkomen hebben we al vastgesteld, zodat u hiermee in uw agenda al rekening kunt houden.

Agenda 2019

30 april: jaarlijkse ledenvergadering met bingo
15 juni: fietstocht
10 december: kerstdiner

Terugblik kerstdiner

Dit jaar hebben 55 personen genoten van het kerstdiner bij café restaurant Grenszicht in Eibergen. Adele Asschert heette iedereen welkom. Het was een gezellig sfeervolle avond met heerlijk eten! Grietje Hanevelt droeg een kerstgedachte voor en er werden weer 10 prachtige kerststukjes verloot. Onder het genot van koffie met bonbons sloot Diana Wopereis de avond af en bedankte alle aanwezigen voor hun komst en wenste iedereen fijne feestdagen en wel thuis.

Yoga



Bij yoga doet u samen met andere deelnemers rustige oefeningen in verschillende houdingen. U leert gecontroleerde bewegingen aan die uw lichaam en uw gedachten rustiger te maken. U krijgt ook ademhalingsoefeningen. Veel mensen met reuma ervaren door yoga een meer ontspannen gevoel. Yoga wordt begeleid door een erkende Yoga-docent. Graag willen we weten of er binnen onze vereniging belangstelling is voor yoga. Mocht dit zo zijn

dan willen we gaan starten met een groep. De plaats en tijd worden later bekeken. Heeft u interesse, neemt u dan voor 1 maart contact op met ons secretariaat. De gegevens staan bovenaan deze brief.

Wel en wee

Als nieuwe leden heten we mevrouw Bouman uit Borculo, mevrouw Huls uit Groenlo en de heer Bluiminck uit Lichtenvoorde welkom. Wij hopen dat u zich snel thuis voelt in onze vereniging.

Ledenvergadering 2019/nieuwe bestuursleden

De ledenvergadering vindt in 2019 plaats op 30 april. De locatie maken wij later bekend. We hopen op deze vergadering weer nieuwe bestuursleden voor te kunnen stellen. We zijn nog steeds op zoek naar versterking. Is dit iets voor u of kent u iemand voor wie dit iets zou zijn, laat ons dit dan weten. Een nieuw bestuurslid hoeft niet zelf reuma te hebben.

Collecte 2019: alle beetjes helpen!

Of u nu aan de deur geeft aan de collecte van ReumaNederland, of zelf meehelpt met collecteren: alle beetjes helpen.

Wist u dat de collecte elk jaar bijna 3 miljoen euro oplevert? Dat geld is heel hard nodig en wordt hoofdzakelijk besteed aan wetenschappelijk onderzoek, naar bijvoorbeeld RA, Artrose en jeugdreuma. Ons doel is om zo samen te zorgen voor een beter leven met reuma vandaag. Daarom is iedere bijdrage belangrijk, groot en klein, in tijd of in geld. Veel kleine beetjes maken namelijk een groot verschil!

Steun ons daarom en doe mee! De collecteweek is van 18 tot en met 23 maart. Collectant worden? Stuur een mail aan vrijwilligers@reumanederland.nl U kunt ook digitaal collecteren. Maak een digitale bus aan op reumanederland.digicollect.nl



U mag het gesprek met uw zorgverlener opnemen, wist u dat?

Willemin Engberts, student aan de Radboud Universiteit, doet een kleinschalig onderzoek naar het effect van geluidsopnames in de spreekkamer. Heeft u binnenkort een afspraak met uw zorgverlener en wilt u na het gesprek online enkele vragen beantwoorden, dan is zij hier erg mee geholpen! U ontvangt de vragen gewoon via de mail.

Wilt u meedoen? Stuur dan een mailtje naar w.engberts@student.ru.nl. Het is fijn als u dan direct aangeeft of u van plan bent het gesprek met uw zorgverlener op te nemen of niet (als u geen voorkeur heeft dan zal ze u vragen om wel/geen geluidsopname te maken). Na uw aanmelding stuurt ze u een mail met algemene informatie over het onderzoek, tips en eventueel een instructie voor het maken van de opname. U hoeft zelf verder niets meer te doen, u ontvangt na uw afspraak automatisch een link naar de vragenlijst op de mail. Deelname is compleet anoniem.

*Het leven gaat niet altijd over rozen,
maar paardenbloemen zijn ook mooi!*