

Digna Contact

juni 2016



***Zomer uitgave voor nierpatiënten in
West-Brabant***

Digna Nierpatiëntenvereniging voor “West Brabant”**36^e editie no. 2 juni 2016****Inhoud:**

Pag. 2	Inhoud
Pag. 3	Voorwoord
Pag. 4 - 6	Van de bestuurstafel
Pag. 7	Gaat cannabis nier schade bij diabetes genezen?
Pag. 8	Schijf van 5
Pag. 9 - 12	Het is zomer
Pag. 12	Muntjes van 2 en 5 Eurocent..
Pag. 13 - 18	Verslag alg. ledenvergadering
Pag. 19	Amphia & Cios werken aan beweeg programma
Pag. 20 - 21	Ontwikkelingen m.b.t. WMO
Pag. 22	Lid worden
Pag. 23	Oplossing puzzel Digna 36-1 juni 2016

Bestuur Digna

Voorzitter	Charles Martens	tel.: 076-5217120
Penningmeester:	Ad van den Enden	tel.: 076-5217012
Secretaris	John Reniers	tel.: 076-5933607

Redactie van Digna Contact

Coördinator:	Charles Martens
Corresp. Breda	Cees Lustig
Corresp. Roosendaal	Bertha Boeren
Techn. Coördinator	Jan v.d. Koedijk

Betalingen en contributie.

NL32RABO0147744253
t.n.v. Digna Patiëntenvereniging
Hofhage 4
4813 XL Breda

Kopij

De kopij voor het volgende nummer van Digna Contact dient, liefst als E-mail, uiterlijk voor **23 augustus 2016** te worden ingeleverd bij één van bovenstaande redactieleden.

De redactie houdt zich het recht voor om binnengekomen kopij te corrigeren en/of in te korten.

Belangrijke telefoonnummers.

Amphia ziekenhuis Breda	tel.: 076-5953000
Dialyse afdeling Breda	tel.: 076-5953618
Maatschappelijk werk Breda	tel.: 076-5954202
Bravis Ziekenhuis Roosendaal / Bergen op Zoom	tel.: 088-7068000
Dialyse afdeling Roosendaal	tel.: 0165-588333
Maatschappelijk werk R'daal	tel.: 0165-588555
NVN	tel.: 035-6912128
Nierstichting	tel.: 035-6978000
Luistertelefoon NVN	tel.: 0800-0226667

Voorwoord

Vreemd: gevraagd werd of ik het voorwoord voor Digna Contact (zomer editie) wilde schrijven. Een wat ongemakkelijke opgave, aangezien dit het werk van een voorzitter moet zijn. Charles Martens, die negen jaar de voorzittershamer heeft gehanteerd, heeft enkele maanden geleden heel duidelijk aangegeven te stoppen met deze functie. Wij zijn zeer erkentelijk dat wij onder zijn leiding hebben mogen werken. En wij zullen zijn beroepsmatige deskundigheid, veelzijdige levenservaring, enthousiaste energie en collegiale vriendschap missen. Prachtig zou het zijn als op korte termijn een nieuwe voorzitter kon worden gepresenteerd! Hiervoor is de hulp van al onze leden onontbeerlijk. Mogelijk zijn er leden die zich kandidaat willen stellen.

Ondanks deze bestuurlijke impasse zijn we er toch weer in geslaagd u een goed gevulde Digna Contact te kunnen aanbieden. We proberen iedere keer een gevarieerd, kwalitatief goed blad voor u samen te stellen. Ook nu is dat, denk ik, gelukt!

Tenslotte wens ik onze leden veel leesplezier met deze zomereditie Digna Contact en hopelijk fijne, zonnige en vooral gezonde zomermaanden. Het ga jullie goed en met vriendelijke groet.

John Reniers, secretaris

Van de bestuurstafel
door secretaris John Reniers

- De Algemene Ledenvergadering van Digna Nierpatiëntenvereniging voor West-Brabant is gehouden op zondag 3 april 2016 in Restaurant Kir Royal, Sint Antoniusstraat 55, Schijf.
Het verslag is integraal opgenomen in deze uitgave van Digna Contact!
- Donderdag 12 mei 2016 is het bestuur van Digna Nierpatiëntenvereniging voor West-Brabant
In vergadering bijeen geweest. Diverse onderwerpen zijn ter tafel gekomen: vacature voorzitter, voortgang Digna Contact, samenwerkingsverbanden tussen Amphia Ziekenhuis Breda en Bravis Ziekenhuis Roosendaal/Bergen op Zoom, lidmaatschap Digna Nierpatiëntenvereniging en/of NVN (Nierpatiënten Vereniging Nederland), activiteiten 2016.
Ten aanzien van activiteiten zijn we voornemens om, bij voldoende deelname, twee bijzondere uitstapjes te organiseren. Deze zullen worden gehouden op een zondag begin augustus en medio/eind september.
- Donderdag 26 mei 2016 om 20.00 uur zal de regiovergadering worden gehouden in het Amphia Ziekenhuis Locatie Molengracht, Molengracht 21, 4818 CK Breda. De genodigde partijen zijn:
Nierpatiënten Vereniging Catharina Ziekenhuis (NCZ) Eindhoven, Nierpatiënten Vereniging Tilburg, Nierpatiënten Vereniging 's-Hertogenbosch en omstreken, Nierpatiënten Vereniging Ziekenhuis Veldhoven.
Digna Nierpatiëntenvereniging voor West-Brabant fungeert als gastheer.
Een uiteenzetting hierover kunt u vinden in een latere uitgave van Digna Contact.
- Dinsdag 17 mei 2016 vanaf 17.00 uur hebben leden van Digna Nierpatiëntenvereniging voor West-Brabant (35 personen), op uitnodiging van het Goodwill Fonds Vliegbasis Gilze-Rijen, deelgenomen aan de traditionele barbecue in de MFR (multi functionele ruimte) van de u welbekende mess.
Helaas hebben we enkele leden teleur moeten stellen in verband met het geringe aantal toegangskarten.
De gehele avond kan omschreven worden als een geweldige 'happening'. Voor iedereen was meer dan voldoende aan eten (stokbrood, diverse soorten barbecue vlees en/of – vis, sausjes). In het kader van bepaalde bezuinigingen had de organisatie gekozen om, in tegenstelling tot andere jaren, geen consumptiebonnen te verstrekken. Dit mocht natuurlijk de pret niet drukken. Tevens werd de gehele avond muzikaal opgeluisterd. Sommige mensen waagden het zelfs om zich uit te leven op de dansvloer. Naar mijn bescheiden mening heeft eenieder zich vermaakt! Hulde aan het Goodwill Fonds Vliegbasis Gilze-Rijen.
- Wijzigingen doorgeven van adres- en contactgegevens, behandelwijze, etc.
Het blijkt regelmatig dat wijzigingen van adres, telefoonnummer(s), e-mail of bankgegevens niet worden doorgegeven aan de ledenadministratie. Daarom het vriendelijke verzoek aan eenieder om zo snel mogelijk wijzigingen door te geven.

- De komende maanden worden de navolgende activiteiten georganiseerd door Nierpatiënten Vereniging Nederland:
 - Themadag voor mensen met matig tot ernstig verminderde nierfunctie op 21 mei 2016 te Baarn.
 - Oefenweekend Santiago de Compostela op 28 en 29 mei 2016. Dit oefenweekend vindt plaats op de Veluwe.
 - Klimweekend in Eifel, Duitsland van 10 juni t/m 12 juni 2016.
 - Themadag voor ouders met nierziekte (en hun kinderen) op 11 juni 2016 te Alphen a/d Rijn
 - Weekend voor jonge mensen met een nierziekte (18 - 35). Dit weekend vindt plaats in Utrecht van 17 juni t/m 19 juni 2016.
 - KREW: internationaal jongerenkamp voor jongeren van 13 t/m 17 jaar die in de predialysefase zitten of getransplanteerd zijn. Plaats: Krakau, Polen. Datum: 11 juli t/m. 18 juli 2106.
 - Tweedaagse Regionale Nierpatiënten Verenigingen (RNV's). Deze tweedaagse wordt gehouden in Driebergen en wel van 26 t/m 27 augustus 2016.
 - Doel van deze tweedaagse is het uitwisselen van informatie, gezamenlijke beeldvorming over samenwerking en over de toekomst van de Regionale Nierpatiënten Verenigingen in Nederland.
 - Wandeltocht Santiago de Compostela voor nierpatiënten. Plaats: Santiago de Compostela, Spanje. Datum: 15 t/m 25 september 2016.
- Als de persoonsgegevens niet kloppen of er zijn sinds de aanmelding gegevens veranderd, die nog niet zijn doorgegeven, wilt u dit dan zo spoedig mogelijk doorgeven? Verandering in behandelwijze is ook belangrijk voor het blijven ontvangen van Digna Contact. Wilt u in geval van overlijden ook de ledenadministratie op de hoogte stellen, zodat wij u kunnen condoleren en onze administratie kunnen bijwerken. Vaak ontvangen wij pas na enkele maanden het bericht van overlijden. U kunt wijzigingen zenden naar Digna Ledenadministratie, Onderdijk 6/B, 4845 EK Wagenberg
- Waarom lid worden van de NVN?
 - Gratis naar themabijeenkomsten. De NVN organiseert jaarlijks zo'n 15 themabijeenkomsten over medische en sociale onderwerpen. Voor leden zijn deze bijeenkomsten gratis.
 - Wisselwerking. U ontvangt 6 keer per jaar het tijdschrift Wisselwerking.
 - Persoonlijk advies. Voor persoonlijk advies op het gebied van werk, inkomen, scholing, kind & gezin kunt u terecht bij de juristen/sociaal raadslieden van ons Steun- en adviespunt (STAP).

- U steunt ons.
U steunt het werk van de NVN: voorlichting, lotgenotencontact en belangenbehartiging.
- Kortings op producten voor nierpatiënten.
U krijgt korting op de producten uit de NVN Winkel.
Lidmaatschap vergoed door zorgverzekering.
Goed om te weten: een aantal zorgverzekeraars vergoedt het lidmaatschapsgeld van een patiëntenvereniging via de aanvullende verzekering. Bekijk het overzicht Vergoeding lidmaatschap patiëntenvereniging op de site van leder(in) om te zien of dat bij uw verzekeringsmaatschappij het geval is.
- Combinatie met lidmaatschap regionale nierpatiëntenvereniging.

Bent u al lid van een regionale nierpatiëntenvereniging? Dan kunt u dubbel lid worden.

Dubbelleden betalen geen contributie aan de NVN. Lees meer over het dubbellidmaatschap bij Regionale nierpatiëntenverenigingen.

- Tarieven: Lidmaatschap (voor nierpatiënten) € 26,50 per jaar,
Ouderlidmaatschap (voor ouders van nierpatiënten tot 18 jaar) € 26, 50 per jaar,
Partnerlidmaatschap (voor partners van nierpatiënten) € 13,25 per jaar, Vriend van de NVN € 26,50 per jaar, Donorlidmaatschap (voor nier donoren) gratis.

Donatie & transplantatie

De NVN voert al een aantal jaren een tweesporenbeleid als het gaat om orgaandonatie en transplantatie. Enerzijds streven we naar wijziging van de wet op orgaandonatie richting een Actief Donor Registratiesysteem (ADR) voor donaties na overlijden: dit systeem kan meer donoren opleveren. Anderzijds werken we eraan dat de mogelijkheid van donatie bij leven meer bekendheid krijgt.

- De NVN vecht door: een beter registratiesysteem (ADR) zal meer donoren opleveren.
- Lobbyen bij politici.
- Niet alleen mensen met een nierziekte, ook hun donoren hebben behoefte aan onderling contact. Voor hen organiseerde de NVN in de Donorweek een speciale Donoren avond.
- Wel of geen nier doneren? De nieuwe website www.nierdonatiebijleven.nl geeft informatie en helpt beslissen.
- Goede onkostenregeling voor donoren.
- Aan www.nierdonatiebijleven.nl wordt een telefoonteam gekoppeld (Donor voor donoren) dat potentiële donoren ondersteuning biedt bij het maken van hun afwegingen rond donatie.
- Bekorten wachtlijst.
- Transparantie verdeling donornieren.
Er zijn in Nederland diverse belangenorganisaties voor donoren. De NVN heeft het grootste aantal donorleden (ruim 500).

Gaat cannabis nierschade bij diabetes genezen?

Van cannabis (wiet) afgeleide medicijnen kunnen wellicht gebruikt worden om diabetische nefropathie te behandelen. Aan de universiteit van Aberdeen is een nieuw onderzoek gestart om dat uit te zoeken.



Diabetes (suikerziekte) is een veelvoorkomende chronische ziekte. In het Verenigd Koninkrijk hebben naar schatting 3,2 miljoen mensen diabetes (ongeveer 5% van de bevolking); in Nederland 1 miljoen (ongeveer 6%). Naar verwachting neemt dit aantal de komende jaren toe, niet alleen in absolute aantallen, maar ook in percentages. Ongeveer 40% van alle diabetespatiënten krijgt op enig moment te maken met diabetische nefropathie; nierproblemen als gevolg van hun ziekte. Om al deze patiënten adequaat te helpen wordt gezocht naar nieuwe medicijnen en behandelwijzen.

Eén van de mogelijke onderzoeksrichtingen is naar het gebruik van medicijnen die zijn afgeleid van cannabis (hennep). Sommige van hennep afgeleide medicijnen worden al gebruikt om bijvoorbeeld reumatoïde artritis te behandelen. De werking berust op het beïnvloeden van de cannabinoïde receptoren CB1 en CB2 die onder andere in de nieren voorkomen. Bij patiënten met diabetische nefropathie blijkt CB1 actiever dan normaal, terwijl CB2 juist minder actief is. Gehoopt wordt dat de van cannabis afgeleide medicijnen CB1 kunnen blokkeren en CB2 kunnen activeren, waardoor de reactie op insuline wordt verbeterd. Aangezien het onderzoek nog maar net is begonnen zijn er nog geen onderzoeksresultaten te melden.

Bron: University of Aberdeen

De Schijf van Vijf in een notendop



Volop uit de Schijf van Vijf



Veel groente en fruit



Vooraf volkoren, zoals volkorenbrood, volkoren pasta en couscous en zilvervliesrijst



Minder vlees en meer plantaardig. Varieer met vis, peulvruchten, noten, eieren en vegetarische producten



Genoeg zuivel, zoals melk, yoghurt en kaas



Een handje ongezouten noten



Zachte of vloeibare smeer- en bereidingsvetten



Voldoende vocht, zoals kraanwater, thee en koffie

Buiten de Schijf van Vijf: niet te veel en niet te vaak

- Kleine porties
- Niet te veel zout, suiker en verzadigd vet



www.voedingscentrum.nl/schijfvanvijf

Het is zomer!



Het is weer tijd om lekker en gezellig buiten te eten.
Daarom een recept voor kruidenboter – lekker én zonder zout!

Recept kruidenboter

250 gram ongezoeten boter (of eventueel halvarine/ smeerboter)

2-3 eetlepels fijngesneden peterselie en bieslook of andere groene kruiden

Eventueel 1 teen knoflook, geperst/ fijngehakt

- Haal de boter uit de koelkast om op kamertemperatuur te laten komen
- Was en droog de kruiden*
- Snij de kruiden fijn.
Tip: gebruik een schaar! Hiermee is het mogelijk om een bosje kruiden heel fijn te knippen.
- Roer de kruiden goed door de boter
- Laat de boter een half uurtje in de koelkast opstijven; de smaak trekt nu in de boter.

*Kruidenmengsels:

Klassiek: bieslook, peterselie (en knoflook)

Italiaans: oregano, basilicum en knoflook

Bij vis: 1 eetlepel citroensap en dille

Of elk ander groen keukenkruid, tuinkers, bijzondere tuinkers-met-een-smaakje zoals mosterdkers, radijskers, rucolakers.



Kalium in fruit top 5

	Soort fruit	Hoeveelheid kalium
1	1 schijf suikermeloen (150 gram)	530 mg
2	1 schaalte kersen (160 gram)	400 mg
3	1 banaan (100 gram)	370 mg
4	1 schaalte rode bessen (100 gram)	300 mg
5	1 trosje druiven (125 gram)	290 mg

Wat is 1 portie fruit?

Vuistregel: als het ongeveer even groot is als een kleine vuist. Of als het in een glas van 150 ml past, met een vlakke hand erop als deksel.

Trage stoelgang – verstopping - obstipatie

Hoe kom ik eraan – en nog belangrijker: hoe kom ik ervan af?

Wat is obstipatie?

Het is nu niet meteen het meest smakelijke onderwerp om over te schrijven.

Obstipatie (ook wel constipatie of verstopping genoemd) is een te trage, moeilijke stoelgang.

De ontlasting blijft te lang in de darm. De ontlasting is meestal harder van samenstelling.

Het normale patroon van stoelgang verschilt van mens tot mens. “Echte” obstipatie: minder dan drie keer per week ontlasting die hard is. (Normaal is 2 x per dag tot 1x per 2 dagen).

De algemene adviezen zijn:

Beweeg meer



Eet meer vezels



Neem de tijd.



Beweging:

Als u beweegt, bijvoorbeeld lopend de boodschappen doet, een stuk gaat fietsen of wandelen, sporten of bijvoorbeeld dansen wordt de darmwerking gestimuleerd en de spijsvertering versneld: de darmen komen tegelijk met u in beweging.

Het streven is dagelijks 1 x 30 min (bijv 1 x 30 min of 3 x 10 min) te bewegen. Meer mag altijd!

Eet meer vezels:

Door te kiezen voor onder anderen volkorenbrood, zilvervliesrijst en volkoren pasta gebruikt u meer vezel dan bij de “witte” variant. Vezels houden vocht vast. De ontlasting blijft langer zacht en wordt niet hard of keutelig.

U zou meer groenten en fruit kunnen eten als uw kalium niet te hoog is. Groenten en fruit leveren naast vezels ook vocht en kalium.

Eet voldoende vet

Als u absoluut geen vet eet, zou het kunnen helpen om wat meer vet te gebruiken. Gebruik margarine of halvarine op de boterham en neem jus bij de warme maaltijd.

Neem de tijd.

Veel mensen hebben een vast dag- en nachtritme. Maaltijden en toiletbezoek zijn daar vaak een vast onderdeel van. Gebruik 3 hoofdmaaltijden per dag, sla geen maaltijd over. Zo is het aanbod van voeding goed over de dag verdeeld.

Luister naar uw lichaam – als u aandrang heeft, ga dan rustig (5 min) zitten. Als u het signaal vaak negeert wordt het moeilijker om alles “vanzelf” te laten verlopen.

Wat is er nu anders voor mensen die dialyseren?

- Medicijngebruik; een aantal medicijnen hebben invloed op de darmwerking. Er mee stoppen is geen optie.
- Vochtbeperking: meeste mensen die dialyseren hebben een vochtbeperking. De adviezen om vooral veel te drinken (soms op de televisiereclame, of wat anderen zeggen) zijn niet van toepassing bij mensen die dialyseren. Van meer vocht raakt u overvuld.
- Vezel: u kunt niet onbeperkt rauwkost, groenten, fruit en gedroogd fruit (rozijnen, abrikozen, tutti frutti) gebruiken – bevatten veel kalium.
- Adviezen:
- Beweeg dagelijks 30 minuten.
- Vraag op de dialyse om de dialysefiets, maak dagelijks een ommetje, doe mee met beweegprogramma's op TV, bijvoorbeeld Nederland in beweging! met Olga Commandeur en doe mee met de beweegmaand. Er zijn ook apps voor de smartphone, zoals 5 of 7 minute workout.

We wensen u een fijne zomer toe!



Voor vragen en toelichting:

Diëtisten Nefrologie Amphia Ziekenhuis

Leonie Akerboom, Evelien de Cuijper, Femke Mensen, Conny Ooms, Martine van der Zee

Muntjes van 2 en 5 eurocent hebben toch hun nut!

Enkele weken geleden werd ik gestoken door een wesp bij het werken in de tuin. M'n arm zwol onmiddellijk op en ik ging bij de arts. In het ziekenhuis kreeg ik een zalf en een antihistaminicum. De dag nadien was

de zwelling nog toegenomen en ik besloot om toch nog eens bij de huisarts langs te gaan. De arm was ontstoken en ik moest antibiotica nemen. De arts gaf me wel een goede raad: "de volgende keer dat je gestoken wordt, leg dan een stukje van 5 of 2 ct gedurende 15 minuten op de steekwond."

Later werd m'n nicht gestoken door 2 wespen. Ook bij haar trad een zwelling op. Ik heb dan een muntje op haar arm gelegd gedurende 15 min. De volgende morgen was er geen spoor meer van de steek. Ik dacht, "ja, zij is waarschijnlijk niet allergisch aan wespensteken". Tot ik zelf weer 2x gestoken werd door een hommelpop op de hand. Ik dacht, "ja weer een bezoek aan de arts". Toch wilde ik de test van de huisarts zelf eens uitproberen. Ik legde direct gedurende 15 minuten een muntstuk op de plaatsen van de steken. De volgende morgen kon ik m'n ogen niet geloven. Je zag zelfs de wondjes praktisch niet meer; geen roodheid, geen zwelling, fantastisch.

Wil je ook de anderen deze eenvoudige oplossing doorgeven. Hou dus die kleine muntjes maar bij de hand. Ze hebben toch nog hun nut!! De arts meldde me, toen ik later bij een volgend bezoek mijn wedervaren vertelde; dat het koper in het muntje de ellende van zo'n steek neutraliseert.



Verslag van de Algemene Ledenvergadering van Digna Nierpatiëntenvereniging voor West-Brabant, welke gehouden is op zondag 3 april 2016 in Restaurant Kir Royal, Sint Antoniusstraat 55, Schijf.

Aanwezig: Bestuur Digna Nierpatiëntenvereniging voor West Brabant, bestaande uit Charles Martens (voorzitter), Ad van den Enden (penningmeester/vicevoorzitter), John Reniers (kandidaat-bestuurslid). Cees Lustig (Dialyse Amphia Breda/Oosterhout) en Bertha Boeren-Stallen (Dialyse Bravis Roosendaal).
36 Leden van Digna Nierpatiëntenvereniging voor West-Brabant

Voorzitter: Charles Martens

Notulist: John Reniers

1. Welkom en opening door de voorzitter.

Opening bij aanwezigheid van 41 leden, waarvan 5 bestuursleden. Het aantal leden per 31 december 2015 bedroeg 171 (60% bestaat uit patiënten en 40% uit niet patiënten). De voorzitter opent de Algemene Ledenvergadering om 14.30 uur en heet iedereen van harte welkom. In deze jaarvergadering legt het bestuur zowel bestuurlijk als financieel verantwoording af over de gang van zaken betreffende het afgelopen jaar 2015. Na afloop van de Algemene Ledenvergadering zou mevrouw Bregje Simons (Bravis Ziekenhuis Roosendaal) een lezing houden aangaande dialyse van 15.30 tot 16.30 uur. In verband met zwangerschap perikelen heeft genoemde zich op het laatste moment helaas af moeten melden. Dientengevolge wordt de lezing vervangen door het ouderwets gezellig bingo spelen (kies je bingokaart, kruis de getallen af en geniet van de spanning wanneer de Bingo valt).

Berichten van verhindering ontvangen van:
M.G. de Korte, L.M. de Korte-Holla, A. van Loon en J.P.M. van Loon-de Jong.

De voorzitter herdenkt de overledenen van het afgelopen jaar.

2. Mededelingen en ingekomen stukken.

Er zijn geen mededelingen en ingekomen stukken.

3. Notulen van de vorige vergadering, opgemaakt 25-02-2015.

Opgemerkt moet worden dat de Algemene Ledenvergadering van Digna Nierpatiëntenvereniging voor West Brabant niet gehouden is op 25 februari 2015 maar op 1 maart 2015. Sorry voor de verkeerde agendering!
De notulen van 1 maart 2015 worden door de Algemene Ledenvergadering zonder op- en/of aanmerkingen goedgekeurd en aldus vastgesteld. De voorzitter dankt de samensteller.

4. Verslag voorzitter/secretaris van de activiteiten van het afgelopen jaar en planning 2016.

De voorzitter neemt het afgelopen jaar en planning 2016 door en verwijst daarbij naar het bijgesloten verslag.

5. Verslag penningmeester van het financieel verslag 2015 en de begroting 2016.

Penningmeester A. van den Enden geeft een korte toelichting op de exploitatierekening. Er is een batig saldo van € 6.963,00 over het jaar 2015.

In het boekjaar 2015 gaf de W&V-rekening aan ontvangsten een bedrag van € 17.082,67 en aan uitgaven een bedrag van € 10.119,73 te zien, wat resulteerde in een batig saldo van € 6.962,94. Dit bedrag, in meerdering op het Eigen Vermogen en Reserve, levert een liquiditeitspositie op van € 32.646,86.

In de begroting 2016 zijn de ontvangsten op € 15.650,00 en de uitgaven op € 11.650,00 begroot, wat resulteert in een positief saldo van € 4.000,00.

Op het verslag penningmeester van het financieel verslag 2015 en de begroting 2016 wordt niet inhoudelijk gereageerd en aldus vastgesteld.

6. Verslag kascontrolecommissie en benoeming leden kascontrole 2016.

Op dinsdag 29 maart 2016 heeft de kascontrolecommissie, bestaande uit mevrouw A.E.M. van den Ham-Delhij en de heer J.J. van Tilburg, ten huize van laatstgenoemde in Dinteloord de financiële administratie van Digna Nierpatiëntenvereniging voor West Brabant over het boekjaar 1 januari 2015 t/m 31 december 2015 steekproefsgewijs gecontroleerd.

De financiële administratie is helder en adequaat gestructureerd. Alle posten van inkomsten en uitgaven zijn gecontroleerd en er zijn geen onregelmatigheden geconstateerd.

Door de kascontrolecommissie zijn de cijfers voor akkoord getekend.

De kascontrolecommissie stelt de Algemene Ledenvergadering voor om de penningmeester (het bestuur) decharge te verlenen voor wat betreft zijn verantwoordelijkheid met betrekking tot het boekjaar 2015. De vergadering gaat hiermee akkoord.

Tot de leden van de kascontrolecommissie over het boekjaar 2016 worden door de Algemene Ledevergadering de volgende leden benoemd:

- Mevrouw A.E.M. van den Ham-Delhij
- De heer J.C. Machielse

De vergadering stemt onder applaus in met hun benoemingen.

7. Bestuursverkiezing.

Aftredend en niet herkiesbaar de heer Charles Martens.

Het bestuur heeft de heer John Reniers bereid gevonden zich kandidaat te stellen als nieuw bestuurslid.

Het bestuur steunt de kandidatuur voor de functie van secretaris.

De heer Martens heeft in de vorige vergadering aangegeven als voorzitter actief te blijven tot een nieuwe voorzitter gevonden is. Bij nader inzien is nu het moment gekomen om er definitief mee te stoppen. Hij verzoekt de leden nadrukkelijk na te denken over zijn opvolging. Lopende zaken zullen worden afgehandeld en de zoektocht naar een nieuwe voorzitter heeft ook zijn aandacht.

8. Kandidaatstelling door de leden.

Bij de voorzitter hebben zich geen nieuwe kandidaat-bestuursleden aangemeld.

9. Bekendmaking bestuursverkiezing.

Met algemene stemmen "voor" wordt de heer John Reniers door de aanwezige leden benoemd tot lid van het bestuur in de functie van secretaris.

Traditiegetrouw maakt hij een kennismakingsronde om zich als nieuwe secretaris voor te stellen en dankt de aanwezigen voor het in hem gestelde vertrouwen.

10. Rondvraag.

De heer Cees Lustig:

Deze informeerde naar de gang van zaken betreffende de overstap naar een nieuwe voorzitter. Lopende zaken zullen door de heer Charles Martens worden afgehandeld en de zoektocht naar een nieuwe voorzitter heeft ook zijn aandacht. Bestuurlijk zal het er niet makkelijker op worden, gezien de ervaring die verdwijnt!

- De heer J.W. Gabriëls:

De dialysepatiënten ontvangen op de dialysecentra het verenigingsblad Digna Contact. Jammer dat dit geen vervolg krijgt vanuit de verpleging. Dit blijkt zijn oorzaak te vinden in de wet op de privacy.

- De heer H.V.J. Baars:

Regionale samenwerkingsverbanden met diverse ziekenhuizen en Nierpatiëntenverenigingen! Het doel moet zijn de samenwerking te stimuleren en de wederzijdse contacten en initiatieven te intensiveren en te stimuleren. Eenieder heeft daar duidelijk belang bij! Wat de een goed kan, kan de andere van leren. Het gaat om samen te kijken waar je elkaar kunt steunen, adviseren en versterken.

- Mevrouw L.M. Baars-Weiermans:

Deze informeerde naar het lidmaatschap van NVN in combinatie met lidmaatschap van nierpatiëntenvereniging Digna.

Nog steeds blijkt er veel onduidelijkheid te bestaan over de diverse soorten lidmaatschappen. Om aan deze verwarring een einde te maken zal secretaris J. Reniers bij de betrokken partijen inlichtingen inwinnen ten aanzien van het lidmaatschap!

Vervolgens zal in Digna Contact hier nader en uitgebreid op terug worden gekomen.

- Mevrouw J.J.M. van den Enden-Verheijen:

Deze informeerde naar de jaarlijkse barbecue van het Basis Goodwill Fonds van de Koninklijke Luchtmacht te Gilze Rijen.

Het bestuur deelde mede dat deze gepland staat voor dinsdag 17 mei 2016. Uitnodigingen hiervoor zullen tijdig aan de leden worden verzonden. Opgemerkt wordt dat de animo onder de genodigden (Zonnebloem Afdelingen, Dialyse Verenigingen) groeiende is met als gevolg dat we het afgelopen jaar een aantal mensen teleur hebben moeten stellen. Bij het inschrijven en betalen geldt 'wie het eerst komt, die het eerst maalt'. Degenen die vorig jaar zijn afgevallen krijgen dit jaar ten alle tijden voorrang!

Vanuit de vergadering werd gevraagd naar de manier(en) van verzending van nieuwsbrieven, mededelingen, uitnodigingen en Digna Contact.

De aan de leden van Digna te verzenden correspondentie worden voorzien van een adressticker. Vervolgens wordt de brief, Digna Contact, etc. voldoende gefrankeerd om zo op

een juiste manier middels PostNL bij de bestemming aan te komen.

Ten aanzien van Digna Contact is de procedure als volgt:

Alle patiënten (lid of geen lid van Digna) die hemodialyse moeten volgen krijgen het blad uitgereikt op de afdeling Dialyse. Contactpersoon Amphia Ziekenhuis Breda en Oosterhout is de heer Cees Lustig. In Bravis Ziekenhuis Roosendaal is mevrouw Bertha Boeren-Stallen de aangewezen persoon. De overige leden, die lid zijn van Digna Nierpatiëntenvereniging voor West-Brabant, krijgen Digna Contact per post toegezonden.

Sommige leden, welke op één adres wonen, blijken brieven, Digna Contact, etc. dubbel te ontvangen. Dit is onnodige geldverkwisting (portokosten)!

Bestuur gaat verzending correspondentie nader bekijken om toekomstgericht onnodige portokosten te voorkomen.

11. Sluiting.

De voorzitter sluit de vergadering om 15.30 uur, dankt de aanwezigen voor hun inbreng en nodigt de leden uit voor het vervolgprogramma.

John Reniers,
Secretaris Digna Nierpatiëntenvereniging voor West Brabant

Verslag Activiteiten 2015 door de voorzitter / secretaris

Leden

Het aantal leden per 01-01-2015 bedroeg 190 en per 31-12-2015 waren dit er 171.

Per saldo een netto achteruitgang van 19 leden.

De onderverdeling van de leden per 31 december 2015 is als volgt:

- Pre-dialysepatiënten 14
- Hemodialysepatiënten 32
- Peritoneale Dialyse 15
- Nefrotisch Syndroom 1
- Getransplanteerden 40
- Partnerleden 44
- Nabestaande Leden 19
- Ziekenhuis Personeel 6

Dit betekent dat ons ledental voor 60% bestaat uit patiënten en 40% uit niet patiënten.

Bestuur

Het Bestuur bestond na de Algemene Ledenvergadering van 01-03-2015 uit:

Charles Martens - voorzitter

Ad van den Enden - penningmeester/vicevoorzitter

Vacant - secretaris

Cees Lustig - bestuurslid belast met zaken betreffende het Amphia Ziekenhuis Breda in algemene zin en in het bijzonder met de dialyseafdelingen Breda en Oosterhout.

Bertha Boeren-Stallen - bestuurslid belast met zaken betreffende het Bravis Ziekenhuis Roosendaal in algemene zin en in het bijzonder met de dialyseafdeling in Roosendaal.

Het Bestuur had het afgelopen jaar wederom een tweemaandelijks vergaderfrequentie,

waarvan het overleg met de hoofden van de dialyseafdelingen Amphia en Bravis een vast onderdeel was. De vergaderingen werden afwisselend gehouden in de ziekenhuizen van Breda en Roosendaal.

Daarnaast werden de contacten tussen de lokale verenigingen en de NVN (Nierpatiëntenvereniging Nederland) in 2015 inhoud gegeven middels het gezamenlijk organiseren van:

- 14-03-2015:
Stand World Kidney Day in de ziekenhuizen van Breda en Roosendaal.
- 31-10-2015
Themadag voor (pre)dialyserenden en getransplanteerden. Een interessant onderwerp voor de doelgroep getransplanteerden.
Ruim 100 leden uit de regio Zuid woonden de themabijeenkomst bij.

Bovendien waren wij als vereniging actief op:

- Stand op het Roosendaals Treffen.
- Nationale Donorweek- stand in het Amphia en Bravis Ziekenhuis.

Wij danken Bertha Boeren en Cees en Joke Lustig voor hun inbreng Digna te vertegenwoordigen op deze stands.

In het afgelopen jaar vond wederom het tweejaarlijks overleg plaats met de Brabantse Nierpatiëntenverenigingen (Eindhoven, Veldhoven, Den Bosch en Tilburg). Het overleg resulteerde o.a. in het gezamenlijk (Digna met NVN en NPV Catharina Ziekenhuis Eindhoven) organiseren van een themadag voor de Regio Zuid op 23 maart 2016.

Commissies

Voor zover er sprake was van ontwikkelingen of personeelsmutaties in de commissies delen wij u deze mede:

- Digna Activiteiten:
Ook dit jaar maakten een groot aantal leden weer gebruik van de door de Activiteiten Commissie en Bestuur georganiseerde activiteiten.
Het Bestuur dankt de leden van de Reiscommissie, Ad van Turnhout, Jack Moerenhout en Antoon van Oosterhout, alsmede de bestuursleden voor hun inzet.
- Digna Contact:
Onze voorzitter heeft reeds nadrukkelijk aandacht gevraagd voor de ontstane vacatures. De technische afwerking van Digna Contact is met ingang van 2014 in handen van Jan van de Koedijk.
- Commissie Sociale Contacten:
Leden zullen incidenteel worden ingeschakeld om assistentie te verlenen bij activiteiten in algemene zin en in het bijzonder op de dialyse-afdelingen van de ziekenhuizen. Op dit moment verleent mevrouw Bertha Boeren-Stallen haar medewerking in Roosendaal en de heer Cees Lustig in Breda. Belangstellenden kunnen zich melden bij de secretaris.
- Commissie Website Digna Nierpatiëntenvereniging voor West Brabant:
Wij hebben een vacature voor het onderhouden van de website door een Digna Contact medewerker (zie vacature).

Activiteiten 2015, voor zover nog niet medegedeeld

- 01-03-2015:
Algemene Ledenvergadering (43 deelnemers)
Lezing "Mogelijkheden bij Nierinsufficiëntie" door Bregje Simons
- 08-11-2015:
Maatschappelijk werk van de Dialyseafdeling organiseerde de jaarlijkse herdenkingsbijeenkomst voor de 62 overleden dialysepatiënten en Digna leden (2014/2015)
- 25-12-2015:
Kerstattentie dialyseafdelingen Breda, Oosterhout en Roosendaal.

Planning activiteiten 2016

In grote lijnen komt deze overeen met de activiteiten in 2015. Wij organiseren wederom een themadag samen met de NVN en de NPV Catharina Ziekenhuis Eindhoven in Tilburg.

Charles Martens,
Voorzitter Digna Nierpatiëntenvereniging voor West Brabant

Amphia Avans en Cios werken samen aan beweegprogramma

Van 9 mei tot 2 juni 2016 heeft het Amphia een Beweegmaand georganiseerd voor de dialysepatiënten op de locatie Molengracht Breda. Patiënten krijgen van hun behandelend nefroloog of verpleegkundig specialist dialyse/nefrologie beweging voorgeschreven. Voor de praktische uitvoering is het ziekenhuis een samenwerking aangegaan met de opleiding fysiotherapie van Avans Hogeschool Breda en de CIOS-opleiding Goes-Breda.

Dialysepatiënten hebben veel baat bij lichamelijke beweging. Het is aangetoond dat beweging leidt tot een vermindering of afname van kramp, rusteloze benen en/of jeukklachten, een verbetering van hart-longfunctie, een verbetering van eetlust en dialyseresultaten en een afname van vermoeidheid. Patiënten ervaren hierdoor een verbetering in de kwaliteit van leven. De gezamenlijke aanpak bevordert ook de sociale contacten van de patiënt tijdens de behandeling.

Dialysepatiënten krijgen van hun behandelend nefroloog of verpleegkundig specialist beweging op recept uitgeschreven. 40 fysiotherapie-studenten van Avans ontwikkelden tussen 22 april en 6 mei beweegplannen op maat. Tijdens de beweegmaand krijgen de deelnemende dialysepatiënten ondersteuning van 17 CIOS-student bij de uitvoering van het beweegplan. Aan het eind van de maand ontvangen deze patiënten een deelnamecertificaat en een medaille.

Het dialyseteam streeft naar een continue verbetering van de levenskwaliteit van dialysepatiënten. Daarom worden de mogelijkheden onderzocht om vanaf september een structurele samenwerking met de opleidingsinstellingen aan te gaan.

Ontwikkelingen met betrekking tot WMO indicatie voor de huishoudelijke hulp:

woensdag, 18 mei 2016

De rechter moest er wel aan te pas komen, maar met een goede afloop. Huishoudelijke hulp valt onder de Wmo 2015, zo oordeelde de Centrale Raad voor Beroep vandaag. “Dit is goed nieuws voor veel ouderen die hierdoor langer zelfstandig thuis kunnen blijven wonen.”

De Centrale Raad van Beroep deed op 18 mei uitspraak in drie zaken over huishoudelijke hulp. De Raad oordeelde over de aanspraak op huishoudelijke hulp onder de nieuw ingevoerde Wet maatschappelijke ondersteuning 2015 (Wmo 2015). Beantwoord moest worden of huishoudelijke hulp valt onder de door de Wmo 2015 geregelde maatschappelijke ondersteuning. Enkele gemeenten hebben de hulp bij het huishouden met ingang van 1 januari 2015 namelijk aangemerkt als een 'algemene voorziening'.

De uitspraak was glashelder: mensen hebben recht op onafhankelijk objectief onderzoek naar hun persoonlijke situatie. Huishoudelijke hulp is maatwerk en 'noodzakelijke zorg'. Gemeenten die in gebreke zijn gebleven, krijgen hiermee een tik op de vingers.

Schoonmaakhulp vergroot de zelfredzaamheid van een grote groep ouderen. Poetsen is fysiek zwaar werk, dat veel ouderen niet meer volledig zelf kunnen doen. Een schoon huis is een voorwaarde om zelfstandig te kunnen blijven functioneren in de eigen leefomgeving. Daarnaast kan een huishoudelijke hulpverlener een oogje in het zeil houden en signaleren wanneer bijvoorbeeld de conditie van een thuiswonende plotseling achteruit gaat. Daarmee vormt de hulp een belangrijk vangnet voor ouderen in onze veranderende samenleving.”

Waar gaat de rechtsgang precies over? Inwoners uit de gemeenten Utrecht en Aa en Hunze ontvingen op grond van de tot 2015 geldende oude Wmo al jaren huishoudelijke hulp van hun gemeente. Door deze voorziening werden zij gecompenseerd voor de beperkingen die zij ondervonden bij het voeren van hun huishouding. Op grond van de onder de Wmo 2015 gegeven nieuwe besluiten, kregen zij in de Utrechtse zaken aanzienlijk minder uren hulp dan onder de oude Wmo. In de zaak van Aa en Hunze kende de gemeente niet langer de op het individu afgestemde voorziening huishoudelijke hulp toe. Betrokkene is verwezen naar de algemene voorziening 'schoonmaken huis' van de gemeente.

Geschilpunt

Beantwoord moest worden of huishoudelijke hulp valt onder de door de Wmo 2015 geregelde maatschappelijke ondersteuning. Door de nieuwe Wmo 2015 en de daarmee gepaard gaande rijksbezuiniging op het budget voor hulp bij het huishouden zijn veel gemeenten de hulp op een andere manier gaan inrichten, bijvoorbeeld als collectieve voorziening, als algemene voorziening, door middel van resultaatfinanciering of door het versoberen van normtijden. De gemeente Utrecht doet dit met een collectieve voorziening, eventueel aangevuld met maatwerkmodules. Enkele gemeenten hebben de hulp bij het huishouden met ingang van 1 januari 2015 aangemerkt als een algemeen gebruikelijke voorziening.

Geschilpunt in de Utrechtse zaken is de omvang van de onder de Wmo 2015 toegekende huishoudelijke hulp, die volgens de appellanten volstrekt onvoldoende is. In de zaak van Aa en

Hunze kwam aan de orde of de gemeente een inwoner die huishoudelijke hulp vraagt mag verwijzen naar de algemene voorziening. Verder gaat het over de betekenis van het overgangsrecht. Hierbij is de te beantwoorden vraag of de gemeente onder de oude Wmo voor langere tijd verkregen aanspraken op huishoudelijke verzorging in 2015 mocht beëindigen voordat de looptijd van die aanspraken voorbij was.

Digna Nierpatiëntenvereniging voor “West Brabant”

Voor wie is Digna bedoeld?

Digna is een vereniging die opkomt voor de belangen van nierpatiënten in de regio West Brabant, die nu of in de toekomst nierfunctie vervangende therapie nodig hebben.

Het doel van Digna

- Het bevorderen van onderlinge contacten tussen patiënten, door middel van het organiseren van verschillende activiteiten zoals o.a. een jaarlijkse dagtocht, kerstviering.
- Organiseren van informatie, voorlichting en themabijeenkomsten, specifiek voor nierpatiënten en hun naasten.
- Uitgeven van ons blad Digna Contact.
- Overleg met de dialyseafdeling van het Amphia en Bravis ziekenhuis om de organisatie rondom de dialyse behandeling te optimaliseren.

Hoe is Digna Samengesteld?

Het bestuur: Voorzitter, penningmeester/Vice-voorzitter, secretaris en bestuursleden. Het bestuur wordt gekozen door de leden en het bestuur stelt de commissies samen. Het bestuur en commissies bestaan uit een afvaardiging van patiënten en belanghebbende van het Amphia ziekenhuis in Breda en het Bravis ziekenhuis in Roosendaal / Bergen op Zoom. Het bestuur wordt bijgestaan door diverse commissies.



Geeft u op als lid of donateur van onze vereniging (per lid 'n formulier)

*) Voorletters: _____ *) Man Vrouw
 *) Achternaam: _____
 *) Adres: _____
 *) Postcode: _____
 *) Woonplaats: _____
 *) Geboortedatum: __/__/19__
 E-mail.: _____@_____
 Tel.: _____ Mobiel.: _____
 *) Bank / Iban _____

*) Deze velden zijn verplicht

Hemodialyse PD dialyse Getransplanteerd Pré-dialyse
 Partner lid Lid donateur

Behandelcentrum:

Amphia ziekenhuis
 Bravis ziekenhuis
 Niet van toepassing

Aankruisen wat van toepassing is.

NB: wordt uw partner ook lid? Vul formulier nogmaals in.

Oplossing kruiswoordraadsel Digna contact maart 2016

