

2021 Jaargang 23 Nummer 1

BRUGGENHOOFD



Samen Verder Vereniging voor N.A.H. patiënten en partners in Zeeland

BRUGGENHOOFD

Verenigingsblad van NAH vereniging Samen Verder, Zeeland
Opgericht 27 oktober 1998 en 19 november 2013
Bankrekening NL51RABO 0141865032 t.n.v. NAH vereniging "Samen Verder", Zeeland
4371 CE te Koudekerke
Inschrijving Kamer van Koophandel nr. 59306424
Website: <http://www.nah-zeeland.nl> E-mail adres nahzeeland@zeelandnet.nl

Redactie: Akke de Graaf
Redactieadres: Weelweg 22
4321 AH KERKWERVE
Tel. 0111-416341
agra@zeelandnet.nl

Adressen Bestuur NAH vereniging Samen Verder, Zeeland

Voorzitter

Paul Colijn

Smokkelhoekweg 5
4421 JH Kapelle
Tel. 06-50691857
pbcolijn@zeelandnet.nl

Secretaris

Willy Otte

Vanderbijlparkstraat 30
4436 AD Oudelande
Tel. 0113-548677
wghsotte@zeelandnet.nl

Penningmeester

Jan Dekker

De Walestraat 19
4371 CE Koudekerke
Tel. 0118-552478
cvazeeland@zeelandnet.nl

Rob de Ruiter

M. Nijhoflaan 116
4481 DL Kloetinge
Tel. 06-11094212
rob.de.ruiter63@gmail.com

Contactpersoon

Zeeuws Vlaanderen

Ria de Roo-Burm

Dommelstraat 31
4535 HC Terneuzen
Tel. 06-51360881/
Ria.de.roo@zeelandnet.nl

Monique Schreurs

Verlorenlandstraat 6
4381 JP Vlissingen
moossch@hotmail.com

Ledenadministrateur

Rie Schouwenaar

H.A. Hankenstraat 4
4475 AK Wilhelminadorp
tel. 0113-216882
jjmw@zeelandnet.nl

Cisca Zuurveld

Populierestraat 3
4431 CL 's Gravenpolder
Tel. 06-2323 4614
c.zuurveld@gmail.com

Anneke de Groot

Carterlaan 10
4463 WX Goes
anna69degroot@outlook.com

Tarieven advertenties per kalenderjaar:

Kwart pagina € 30,--

Halve pagina € 75,--

Hele pagina € 150,--

Onze adverteerders zijn:

Getoka offsetdrukkerij

Ergotherapie Liesbeth Izeboud

Spaarlingsstraat 21

Kalverstraat 1

Kapelle

Middelburg

0113-342597

06-44305050

BRUGGENHOOFD Voorjaar 2021

Jaargang 23 nummer 1

<u>Inhoudsopgave</u>	<u>blz</u>
Als je veel moet regelen	2
Winter- en Corona perikelen	2/3
Hersenletsel en een huisdier	3/4/5
Lekker geslapen?	6
De kastanjeboom	6
Jaarrekening 2020 en balans per 31/12/2020	7
Begroting 2021	8
Toelichting op de financiële jaarrekening 2020 en begroting 2021	9
Puzzel	9/10
Ledenbestand over 2020	11

Inleveren van copy voor Bruggenhoofd nr. 2 a.u.b. voor 15 juni 2021.

Wilt u de copy a.u.b. als bijlage bij een e-mail, als platte tekst inleveren, dus achter elkaar geschreven en geen indeling maken. Ook als u geen p.c. heeft maar ons iets wilt vertellen, vinden we het fijn om uw verhaal te ontvangen. Schrijf- of spellingsfouten zijn geen probleem, wij kijken over uw schouder mee.

Copy naar: Redactie Bruggenhoofd, Weelweg 22, 4321 AH Kerkwerve.
e-mail: agra@zeelandnet.nl

BRUGGENHOOFD Voorjaar 2021

Als je veel moet regelen....

Als jij of je partner Niet Aangeboren Hersenletsel hebt kan er veel veranderen in het leven. Soms direct na het ontstaan van het letsel, soms pas als je wat ouder wordt. Vaak draait het niet alleen om praktische dagelijkse zorg. Veranderingen rondom wonen, inkomen en welzijn kunnen ook vragen opleveren die niet eenvoudig op te lossen zijn. De regelgeving rondom zorg en de weg naar voorzieningen zijn vaak complex.

Aanvraagformulieren zijn ingewikkeld en procedures duren lang. Het is goed om te weten dat u hier hulp bij kunt krijgen. Dat kan via onafhankelijke cliëntondersteuning. Zowel de welzijnsorganisatie in uw gemeente als mantelzorgmakelaars bieden deze hulp. Onafhankelijke cliëntondersteuning Wmo ondersteunt u bij aanvragen bij de gemeente; een mantelzorgmakelaar kijkt naar het totale pakket aan vragen dat u heeft. Steeds vaker vergoedt de aanvullende zorgverzekeraar, de gemeente of de werkgever de (kortdurende) en complete ondersteuning van mantelzorgmakelaars. Zij zullen u helpen om een passende oplossing voor de kosten te vinden, dus schroom niet om contact op te nemen.

De mantelzorgmakelaar is onafhankelijk, heeft een brede kijk op zorg, wonen, welzijn, werk en inkomen. Afhankelijk van de zorgsituatie bieden zij persoonlijke en passende ondersteuning. Zij geven een compleet advies met concrete oplossingen en nemen de regeltaken van u over. Omdat ze wonen en werken in Zeeland, kennen ze de mogelijkheden in de regio.



Organisatie 'Eva regelt!' is in heel Zeeland actief, maar er zijn ook onafhankelijke mantelzorgmakelaars in Zeeland actief (bijv. Esther Geluk, Telefoon: 06-22991085 E-mail: contact@esthergelukmzm.com)

Sinds 1 januari 2021 biedt Eva Regelt ook onafhankelijke cliëntondersteuning Wlz. Dat is de situatie waarbij er zorg nodig is die niet meer vanuit de WMO en zorgverzekeraar kan worden geregeld. Goed om daar tijdig advies bij in te winnen zodat u de juiste keuzes kunt maken.

EvaRegelt!
Cereshof 4
4463 XH Goes
0113 727050
Info@evaregelt.nl
www.Evaregelt.nl

Winter- en Corona perikelen

Was het afgelopen jaar al doorspekt met vele uitdagingen door Corona (in hoeverre begeef je je onder mensen, ga je naar een

BRUGGENHOOFD Voorjaar 2021

winkel, etc), de laatste 2 maanden werd het, vond ik, nog een graadje erger. Eerst sloeg toch de winter nog even flink toe. Sneeuw en glad. Mooi om te zien, maar ik kon dus niet meer mijn dagelijkse rondje wandelen.

Op advies van mijn fysiotherapeut heb ik de app ommetje van Erik Scherder op mijn mobiel gezet. Geeft mij net de stok achter de deur om iedere dag te gaan lopen. Het vreemde is dat ik na mijn hersenbloeding zo'n 7 jaar zeer intensief heb geoefend en toen kwam toch de kladderin en ben ik op zoek naar die stok achter de deur. Dat ging vrij goed tot het glad werd en ik dus niet kon gaan lopen. Gelukkig kon ik met mijn driewieler (easy rider, lage instap en je zit dicht bij de grond) in ieder geval wel om boodschappen. Ik kon bij de supermarkt naar binnen rijden en de fiets net buiten de ingangspoort van de winkel zetten. Ik kreeg trouwens nog een tip van iemand: ijzertjes die je onder je schoenen kunt doen. Moet je weten, die heb ik liggen, had ik jaren geleden eens aangeschaft, nooit nodig gehad en totaal vergeten dat ik die had.

Afijn, hadden we de gladheid doorstaan begon het te waaien en niet zo'n beetje ook. Weer niet wandelen en niet eens een frisse neus halen. Ook nu was ik weer blij met mijn fiets, die redelijk wind bestendig is. Uiteraard met trapondersteuning.

Nu hoop ik toch dat het snel beter weer wordt en nog harder hoop ik op een oproep voor vaccinatie.

Nog even volhouden dus. Er komen ongetwijfeld weer betere tijden aan.

Monique Schreurs

Hersenletsel en een huisdier

Kan dat?

(Bron: Hersenletselmagazine nr.4 2020)

Kan je een huisdier nemen als je hersenletsel hebt? Durf je dat aan? En wat komt er dan allemaal bij kijken?

Kesty van Ree heeft lang nagedacht of ze een hond zou nemen.

Maar nu ze Boris in huis heeft, vindt ze het de beste beslissing ooit.

Hieronder vertelt ze over haarzelf, over de komst van Boris en wat dat betekent voor haar en haar familie.

Door een herseninfarct heeft Kesty sinds 2015 hersenletsel. Tegenwoordig gaat het over het algemeen goed met haar, hoewel het lastig blijft om haar energie goed te managen. "De dingen waar ik nu nog last van heb zijn vooral de onzichtbare gevolgen", legt ze uit. "Ik raak snel overprikkeld door licht en geluid, heb weinig energie en ben altijd moe. Daar is mee te leven gelukkig, hetzij wat aangepast. Mijn leven nu is compleet anders dan voor mijn hersenletsel, maar daarom niet minder.

Ik kan helaas niet meer werken als projectmanager marketing en communicatie, omdat dat teveel prikkels, stress en tijdsdruk meebrengt. Ik heb nu mijn eigen blog. Ik deel daarop mijn leven als moeder met hersenletsel en wil het leven met hersenletsel een gezicht geven. Daarnaast beheer ik een community op Facebook van ruim 200 moeders met hersenletsel. Dat kan ik allebei doen op momenten dat ik me goed genoeg voel en dat geeft me veel voldoening".

BRUGGENHOOFD Voorjaar 2021

Wel of niet?

Kesty vond dieren altijd al leuk, maar ze had nooit gedacht dat ze zelf dieren zou nemen. "We gingen vaak op reis en hadden veel sociale afspraken. Dat én twee fulltime banen, vonden we geen goede combinatie voor huisdieren. Maar ieder nadeel heeft zijn voordeel. Nu ik thuis ben, kan het wel!"

Omdat de familie allergisch voor katten is en omdat een hond een gezelligheidsdier is, was de keus voor een hond als huisdier snel gemaakt. Een extra reden voor de keuze was dat Kesty altijd al wandelde. Het leek haar leuk om dan gezelschap te hebben van een hond. "Een hond reageert op je, dus je hebt echt een vriend erbij".

Kesty nam er wel de tijd voor om de beslissing weloverwogen te nemen. "We hebben er goed over nagedacht. Het zorgen voor de hond zou vooral op mij neerkomen, aangezien mijn partner fulltime werkt. Ook hebben we gewacht tot mijn dochter ouder was dan acht, dat werd ons geadviseerd. We hebben ook gewacht tot ik voldoende vertrouwen had dat ik mijn energie goed kan managen en dat ik stabiel genoeg was om de prikkels in huis aan te kunnen. Ook moesten we een back-up-plan hebben, want wat als ik geen energie had om de hond uit te laten? Inmiddels werkte mijn partner een dag minder per week, was onze dochter oud genoeg en konden we de zorgtaken voor de hond verdelen".

Uit de vele hondenrassen met verschillende karakters en eigenschappen kozen we voor een Australian labradoodle. Deze honden staan bekend om hun allergeen-vriendelijke vacht. Maar ook omdat ze het een supermooie hond vonden, die heel kindvriendelijk is.

En zo kwam er een pup in huis: Boris. Bij het opvoeden van een pup komt nogal wat kijken. Voor iemand zonder hersenletsel is dat al een opgave, maar hoe ging dat bij Kesty en haar gezin? "Eerlijk?" zegt ze. "Het krijgen van een puppy is geweldig, maar heeft ook onwijs veel impact. Het is net alsof je weer een baby in huis hebt. De eerste weken vond ik dat echt heel pittig, dat ga ik niet mooier voordoen dan het was. Hij moet heel vaak uit, tot hij zindelijk is. Gelukkig ging dat allemaal voorspoedig. Het is wel belangrijk, denk ik, om goed na te denken wie

op kan in

Zo mijn

onze hond ook vaak uit. Als ik een slechte dag heb qua energie, laat ik hem wat korter uit dan normaal. Mijn partner laat hem uit zijn werk wat langer uit. Zo komt Boris toch aan zijn beweging.

Mijn partner heeft de eerste week naast Boris geslapen op de bank, zodat ik in ieder geval goede nachten kon maken. Essentieel voor een goed functioneren voor iemand met hersenletsel".

"Kortom, het is belangrijk dat je het samen kunt doen. In ieder geval, voor mij wel. Zo'n puppy – maar ook als hij ouder is – is compleet afhankelijk van je. En hij kan ook ziek worden, net als jijzelf. Je moet alle scenario's bedenken en oplossen voor ze daadwerkelijk gebeuren. Be prepared".

Plezier

Het plezier van het hebben van een hond



welke taken zich nemen het gezin. laat partner

BRUGGENHOOFD Voorjaar 2021

weegt bij Kesty ruimschoots op tegen de problemen die ze tegenkwam.

“Nu is onze Boris net één jaar geworden en we zijn ontzettend blij met hem. Hij gaat ook lekker mee op vakantie en dat gaat prima. Hij is echt onderdeel van het gezin en niet alleen maar de hond. Op dagen dat ik normaal alleen zou zijn, is nu Boris bij me en dat is hartstikke gezellig. Het is een hele aanhankelijke hond”.

Kesty vindt niet dat het hebben van een hond het omgaan met de gevolgen van haar hersenletsel makkelijker maakt. Het is bekend dat het omgaan met een dier en aaien van een hond bijvoorbeeld stress verlagend werkt. Je wordt er rustig van en het schijnt een gunstig effect op je bloeddruk te hebben. Of dat werkelijk zo is weet ze niet.

“Het voelt in ieder geval wel heel fijn en rustgevend”.

Ze heeft wel het idee dat Boris het voelt als je een keer niet goed in je vel zit. “Dat zie ik bij ons allemaal. Als iemand ziek is, gaat hij bijvoorbeeld bij je liggen. Dat is echt schattig. Als ik overprikkeld ben, merkt hij dat ook volgens mij, want juist dan trekt hij meer aan de riem bij het uitlaten bijvoorbeeld”.



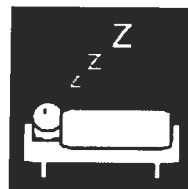
Al met al zou Kesty het lotgenoten zeker aanraden om een hond of een ander dier in huis te nemen. “Het is de beste beslissing die wij ooit genomen hebben. Maar zorg dat je weet waar je aan begint,

dat je een back up hebt voor slechte dagen en dat je het bij voorkeur samen doet”.

Lekker geslapen? Het belang van een goede nachtrust voor CVA patiënten

Broninformatie: Fulk GD, Boyne P, Hauger M, [et al.]. The impact of sleep disorders on functional recovery and participation following stroke

Slaap is belangrijk om nieuw geleerde motorische vaardigheden te consolideren. Om de kans op een goede revalidatie te vergroten zouden artsen en therapeuten daarom vaker bij hun patiënten moeten informeren of zij wel goed slapen. Dat menen Amerikaanse onderzoekers die na een analyse van 33 studies vaststelden dat CVA-patiënten met slaapstoornissen - zoals een verstoorde ademhaling, rusteloze benen of slapeloosheid - meer problemen ervaren bij het uitvoeren van activiteiten.



Verstoorde ademhaling

Met name patiënten met een verstoorde ademhaling zoals apneu lijden onder hun slaapproblemen. Zij hebben meer moeite met het uitvoeren van dagelijkse activiteiten dan degenen met rusteloze benen of slapeloosheid.

Tijd sinds CVA

Hoe lang geleden het CVA plaatsvond lijkt niet van belang. Het negatieve effect van de slaapproblemen treft zowel patiënten met een recent CVA (minder dan drie maanden geleden) als degenen in het

BRUGGENHOOFD Voorjaar 2021

chronische stadium (drie maanden of langer sinds het CVA).

Werking

Hoe de slaapstoornissen het herstel na een CVA belemmeren is onduidelijk. Er zijn vele oorzaken voor slaapstoornissen, die vaak naast elkaar bestaan. Dat maakt het lastig om het onderliggende mechanisme te bepalen. De auteurs denken dat meerdere factoren daarin een rol spelen, zoals bijvoorbeeld een slechtere spieractiviteit rond de luchtpijp, overgewicht, angst en depressie.

Slaap is een van de drie pijlers van een gezonde leefstijl, naast een goede voeding en voldoende fysieke activiteiten. De functie van goede slaap is gerelateerd aan fysiek en psychologisch herstel, behoud van energie, vastleggen van herinneringen, verwerken van emoties, motorisch leren alsook het goed functioneren van het immuunsysteem en het cardiovasculaire systeem. Verstoorde slaap door ademhalingsproblemen (bijvoorbeeld apneu) is een risicofactor voor het krijgen van een CVA, maar slaapstoornissen zijn ook vaak een gevolg van het CVA. Deze slaapstoornissen kunnen ontstaan door centraal neurologische ademhalingsstoornissen of andere functiestoornissen, zoals spasme, parese en pijn, maar ook door stemmingsveranderingen.

De Kastanjeboom

Al vele jaren staat hij daar
De oude grote boom.
En toch, hij bloeit nog ieder jaar
met bloemen wit als room.

Hij staat zo statig nog en recht
met takken zwaar als lood,
In 't najaar groeien daar met recht
kastanjes aan, bruin-rood.

In 't voorjaar wordt hij erg geroemd
om zijn mooie kaarsen bloemen.
In 't najaar wordt hij dan gedoemd
en geschopt, met stokken en met
schoenen.

De kinderen komen er dan aan,
met tassen en met zakken.
Er wordt van alles aan gedaan
om de kastanjes maar te pakken.

Geduldig draagt hij zo zijn lot,
Die oude grote boom.
Tot hij aan 't einde van zijn lot
denkt: was dit nu een droom?



NAH vereniging Samen Verder, Zeeland Begroting 2021

NAH vereniging Samen Verder, Zeeland Begroting 2021									
Baten									
								Lasten	
Contributies									
Ontvangen van leden					2515			Vergaderkosten	200
Giften/donaties	Gr.club	Aktie			310			Website + internet	200
advertenties					90			Verenigingskosten	
Lotgenotencontact:								Porti/drukwerk	
Eigenbijdrage activiteiten					500			Kantoorartikelen	50
								Telefoonkosten	25
Overige baten								Representatie	25
Rente baten								Bankkosten	150
								Lotgenotencontact	
								Bijeenkomsten	500
								Uitsl en activiteiten	1000
								Ledenblad	900
								Belangenbehartiging	
								NAH Zeeland folder	100
								Diversen	250
								Totaal	15
Totaal					3415				3415
Contributie	2021	berekend op ledental	01-10-2020					Bruggenhoofd Getoka 4 X 130	520
35 x 30					1050			Porto 4 X 95	380
32 x 45					1440			Totaal	900
1 X 25					25				
					2515				

BRUGGENHOOFD Voorjaar 2021

Toelichting op financiële jaarrekening 2020 en begroting 2021.

Op 1 januari 2014 zijn wij weer opnieuw gestart met onze eigen Zeeuwse CVA vereniging.

Dat betekende ook dat wij financieel weer opnieuw moesten beginnen met saldo € 0, 00.

Op 29 januari 2019 is de CVA ver. Samen Verder, Zeeland officieel omgezet naar NAH ver. Samen Verder, Zeeland.

Ontvangsten:

Op 1 januari 2020 hadden wij een reserve van € 3.885,00

Het aantal leden/donateurs is in de loop van 2020 gedaald van 102 naar 96.

Wij hebben minder contributie ontvangen, omdat de begroting 2020 opgezet is in oktober 2019 en er in 2020 wat opzeggingen en overlijdens zijn geweest.

Door de corona maatregelen hebben wij maar 2 bijeenkomsten gehouden en waren er ook weinig nieuwe leden te noteren.

Voor 2020 hopen wij op een lichte stijging van het aantal leden.

Giften/donaties is hoger door een bijdrage vanuit de Raboclubkas campagne van € 81,65 en uit de collecte voor de Hersenstichting van € 110,25

Voor advertenties zijn wij nog op zoek naar 2 adverteerders voor een ¼ pagina en 1 voor een hele pagina.

Uitgaven:

-De ledenbijeenkomsten en NAH Trefpunten, hebben voor ons geringe kosten, doordat wij dit samen doen met de verpleeghuizen Cornelia Allévo te Zierikzee, Ter Valcke te Goes, 't Gasthuis te Middelburg en Curamus en ZorgSaam uit Zeeuws Vlaanderen en Vrijwillige Thuiszorg/Steunpunt Mantelzorg Tholen. Helaas hebben wij door de corona maatregelen maar 2 bijeenkomsten kunnen houden in januari en februari

Voor onze bestuursvergaderingen kunnen wij gratis gebruik maken van de faciliteiten, vergaderruimte en consumpties, van het revalidatiecentrum Revant, locatie Lindenhof in Goes. In 2020 hebben wij bij een bestuurslid thuis en online vergaderd.

De kosten voor ons ledenblad Bruggenhoofd is meer dan de begroting. De porti kosten voor het Bruggenhoofd en de uitnodigingen voor de CVA Trefpunten zijn voor de vereniging een belangrijke uitgavenpost. In december hebben wij i.v.m. tariefsverhoging extra zegels gekocht voor 2021 en in december een attentie verzonden naar de leden.

-De post Belangenbehartiging zijn hoofdzakelijk reiskosten voor het NAH overleg.

-We sluiten de jaarrekening 2020 af met een positief saldo van € 2.691,00, zodat het eigen vermogen per 31-12-2020 € 4.538,00 -- bedroeg.

Begroting 2021.

-Op 21 oktober 2020 heeft het bestuur de begroting 2021 van de **NAH vereniging Samen Verder, Zeeland** vastgesteld ter goedkeuring van de Algemene Leden Vergadering.

-In de begroting is uitgegaan van een gelijk aantal NAH leden/donateurs.

- De overige posten worden ongeveer begroot zoals in 2020, de begroting is sluitend.

Heeft u vragen hierover, stel ze op de Algemene Ledenvergadering of aan de penningmeester.

Puzzel

In deze puzzel, gekregen van Joke de Ridder, dient een plaatsnaam in Nederland te worden ingevuld die de zin compleet maakt.

BRUGGENHOOFD Voorjaar 2021

Voorbeeld: Het is gezelliger met nonnen te schaken, maar spannend is het als ik met.....**Monnikendam**

1. Ik mocht het vuil niet in de Rijn storten, vandaar dat ik het naar de
2. De Burgemeester zou een boom planten, maar het gat liet hij door zijn.....
3. Er is een varken te water, ik zie dat de eigenaar nu naar zijn
4. Ik spring nooit in de buurt van Tuinen, zei de parachutist, want ik ben bang dat ik in de
5. We hadden Els niet uitgenodigd, maar denk je dat het
6. Toen in de Herberg een hevige vechtpartij had plaatsgevonden vond de waardin bij thuiskomst een
7. Toen de klei op was kon men gelukkig nog een hele tijd met
8. Een koekoek vroeg zich af; "waar zal ik mijn"
9. Zo'n klein beetje hout voor zoveel geld? Ik denk dat ik daarvoor een ...
10. De meeste herten lagen rustig te slapen in het gras, ik zag er maar één
11. Ze hoeft maar even in de zon te liggen en
12. Ik hou alleen maar van de zomers, vandaar dat ik voor de
13. Ik schaak slecht, maar ik weet dat ik nog veel
14. Door de harde wind hadden de fruittelers veel
15. Ik dacht dat hij nog lang niet kwam, maar plotseling was
16. Geld voor kadootjes heb ik niet meer, zodat ik maar eens ga naar
17. De bal loeide naar het doel, de keeper spring en
18. De lucht leek vol kleine vliegtuigjes, maar het waren
19. Mijn kleine zusje moest overgeven, oh, oh, wat
20. Aan deze oude lol is niet veel te beleven, geef mij maar

Oplossing staat in Bruggenhoofd nr. 2 van 2021

Ledenbestand over 2020.

Per 1 januari 2020 zijn we gestart met 101 leden en 1 donateur.

Via Bruggenhoofd hebben wij u op de hoogte gehouden van het verloop in het bestand. In de loop van het jaar kregen wij 7 opzeggingen en 3 overlijdens.

Evenals voorgaande jaren zullen wij ook dit jaar geen complete ledenlijst in het jaarverslag opnemen, omdat sommige leden hebben aangegeven daar bezwaar tegen te hebben. Met de Wet op de Persoonsregistratie moeten wij dit als bestuur en vereniging respecteren.

Het leden bestand resumerend:

Aantal leden per 01-01-2020		101
Aantal donateurs per 01-01-2020		<u>1</u>
Totaal per 01-01-2020		102
Af: wegens opzegging	7	
Overleden	<u>3</u>	<u>10</u>
		92
Bij: nieuwe leden		<u>4</u>
Totaal per 31-12-2020		96 (incl. 1 donateur)


De leden/donateurs staan geregistreerd op 65 verschillende adressen.

Schouwen-Duiveland	9 leden/don.	5 adressen
Walcheren	41 "	27 "
N. en Z. Beveland	34 "	23 "
Zeeuws Vlaanderen	8 "	6 "
Tholen/St, Philipsland	4 "	<u>4 "</u>
Totaal	<u>96 "</u>	<u>65 "</u>

Wij hopen in 2021 op enige groei in leden aantal. Daar moeten wij met zijn allen **SAMEN** aan werken.

We mogen vaststellen dat de vereniging in een behoefte voorziet en daarom blijven wij streven om **SAMEN VERDER** te gaan en elkaar tot steun en hulp te zijn.

BRUGGENHOOFD

 <p>ergotherapie Kalverstraat 1, 4331 LZ M'burg Thorbeckelaan 9, 4463 VA Goes</p> <p>T: 06 44305050 E: depraktijk@live.nl W: ergotherapie-depraktijk.nl</p> <p>'De Praktijk'</p>	<ul style="list-style-type: none">• onderzoek, training en advies van uw handelen• advies en voorlichting aan de partner/verzorger van de cliënt.• advies en begeleiding bij aanvraag voorzieningen• gespecialiseerd in revalidatie na hersenletsel
--	--

<p>Openingstijden: maandag t/m donderdag 15.00 - 19.30 uur vrijdag en zaterdag op afspraak</p>	<p>offsetdrukkerij v.o.f.</p> <h1>GETOKA</h1> <p>Spaarlingsstraat 21 - 4421 GD Kapelle tel.: 0113 342597 www.getoka.nl gerard@getoka.nl</p>	<p>Ontwerpen 2 Kleurendruk Full-Color Kopiëren Digitaal dupliceren Vergaren Vouwen/nieten Snijden Inbinden Lamineren</p>
---	--	--

Nieuws van SMWO (Stichting Maatschappelijk Werk en Welzijn Oosterschelde)

Wij brengen u graag op de hoogte van leuk nieuws! Het Vrijwilligerspunt Goes en het Vrijwilligerspunt Schouwen-Duiveland (onderdeel van SMWO) lanceerden op 30 november 2020 een nieuwe website. Wij nodigen u van harte uit een kijkje te nemen op <https://www.vrijwilligerspuntgoes.nl/> en <https://www.vrijwilligerspuntsd.nl/>. De websites zullen de komende periode worden gevuld met vacatures en bijeenkomsten door de diverse (vrijwilligers)organisaties en vrijwilligers.

Wilt u ook gebruikmaken van de nieuwe website van de Vrijwilligerspunten? Registreer uw organisatie via de portal: <https://www.vrijwilligerspuntgoes.nl/vrijwilligersorganisatie/portal/login> (Goes) <https://www.vrijwilligerspuntsd.nl/vrijwilligersorganisatie/portal/login> (Schouwen-Duiveland)

Heeft u vragen of opmerkingen over de website? Neem dan contact op met:

Judith van Meeteren
Vrijwilligerspunt Goes
(0113) 277 111
info@vrijwilligerspuntgoes.nl

Sandra Engel
Vrijwilligerspunt Schouwen-Duiveland
(0111) 453 444
info@smwosd.nl



Aanmelding en informatie aanvraagformulier.

Ondergetekende wenst/wensen: (aankruisen wat van toepassing is)

- lid te worden van de NAH vereniging Samen Verder, Zeeland. De contributie is € 30,= per persoon per jaar. Het 2^e lid op hetzelfde adres betaald € 15,= per jaar. U ontvangt dan automatisch ons verenigingsblad "Bruggenhoofd" 4 maal per jaar.
- doneur te worden voor minimaal € 25,= per jaar, incl. Bruggenhoofd.
- een informatiepakket te ontvangen

Vul onderstaande gegevens in blokletters in:

Naam en voorletters getroffene.....m/v

Geboortedatum:

Datum van het NAH:

Mijn partner wenst ook lid te worden

Naam en voorletters partner:.....m/v

Adres:

Postcode en woonplaats:

Telefoonnummer:

E-mail adres:

Alleenstaand of getrouwd / samenwonend

Heeft u nog thuis wonende kinderen beneden de 18 jaar? Nee / ja

Voor contributie betaling wachten wij op een betalingsverzoek per jaar

Dit formulier zenden naar onderstaand adres.

Uw gegevens worden vertrouwelijk behandeld. Zij zullen niet aan anderen worden verstrekt, ook niet aan andere leden, behalve met uw toestemming.

Postadres: **De Walestraat 19, 4371 CE Koudekerke, telnr. 0118-552478**

email: nahzeeland@zeelandnet.nl, bankrekening: NL 51 RABO 0141865032, KvK: 59306424

VUL WANNEER U EEN WIJZIGING TE MELDEN HEBT ONDERSTAANDE STROOK IN

Juiste adressering

Naam :

Adres :

Woonplaats :

Postcode :

Telefoon :

Wilt u bij gewijzigde of onjuiste adressering deze strook in zijn geheel ingevuld retourneren aan:

NAH-vereniging "Samen Verder", Zeeland
Ledenadministratie
De Walestraat 19
4371 CE KOUDEKERKE

