



Colofon bestuursleden en vrijwilligers

Voorzitter:

vacant

e-mail: voorzitter.rpvdelft@gmail.com (dit email-adres wordt voorlopig niet bekeken)

Penningmeester:

de heer R. Langeree (Ruud), tel: 06-31777009

e-mail: penningmeesterrpvdelft@gmail.com

Bankrekening: NL49RABO017073335

t.n.v. Reumapatiëntenvereniging Regio Delft

Secretaris:

mevrouw A. Polko (Ada), tel: 06-55395363

e-mail: secretaris.rpvdelft@gmail.com

Postadres bestuur: t.a.v. mw. A. Polko, Martinus

Nijhofflaan 666, 2624 MH Delft

leden:

mevrouw M. Trompert (Monique),

e-mail: monique.rpvdelft@gmail.com

mevrouw K. Eekhout (Kathinka),

e-mail: kathinkarpvdelft@gmail.com

Coördinator beweeggroepen:

de heer P. Voogt (Piet), tel: 070-3962834

de heer B. Jansen (Barry), tel: 06-46725552

e-mail: coordinator.rpvdelft@gmail.com

Ledenadministratie:

vacature

e-mail: ledenadm.rpvdelft@gmail.com

Postadres ledenadministratie: t.a.v. RPV Delft,

Martinus Nijhofflaan 666, 2624 MH Delft.

Koffiemiddagen etc.:

coördinatie; Kathinka Eekhout

e-mail: kathinkarpvdelft@gmail.com

Gastvrouwen avondbijeenkomsten:

Suze Gijselhart, Joke Voogt en Anja Wiegel

Redactie:

Ada Polko, Vacature, Suze Gijselhart en

Monique Trompert

Redactieadres: redactie.rpvdelft@gmail.com

Drukker: Editoo B.V. te Arnhem

Website: www.rpv.nl

Van de Secretaris

Dit jaar is voorbij gevlogen, voor de RVP is veel werk verricht door een kleine groep mensen, waardoor u misschien denkt dat niet alles snel wordt opgepakt bij vragen of tips. We hopen nog steeds op een nieuwe voorzitter en iemand voor de ledenadministratie. Dat zou verlichting geven bij een ieder die vrijwillig taken uitoefent voor de vereniging. Zelfs de hulp voor 1 uurtje per maand of week geeft al verlichting.

Het is snel 2024, wat best wel spannend aanvoelt. Geen subsidie meer van ReumaNederland. We moeten zelf de huur voor de oefenruimten en het zwembad gaan ophoesten. Dat wordt nog een hele uitdaging omdat door de subsidie de kosten voor de beweeggroepen toch zo'n 40% lager zijn. Er zal volgend jaar dan ook een contributieverhoging plaats gaan vinden en er zullen misschien een paar andere maatregelen genomen worden, zoals b.v. minder contactavonden en het magazine van 6x naar 4x per jaar. Het bestuur is druk bezig met de voorbereiding hiervan voor de ledenvergadering waar alles besloten gaat worden. De vraag is dan: kunnen we blijven voortbestaan of moeten we de vereniging opheffen? Een moeilijke vraag, maar geld en menskracht zullen hier een belangrijke leidraad in zijn. Tot slot kan ik u namens het bestuur een hele gezellige en fijne feestdagen toewensen.



Inhoud magazine nov/dec 2023

1. Sponsorwandeling 5 oktober 2023
2. Colofon bestuursleden
Woord van de secretaris
Inhoud magazine nov/dec 2023
3. Open plaatsen beweeggroepen
Tarieven Beweeggroepen 2023
Geen Kerstbrunch dit jaar
Pennenvrucht van een bestuurslid
4. Agenda 2023
Nieuwe leden & Verjaardagen leden sept/okt 2023
Activiteiten 2023-2024
RPV Sponsorwandeling
5. Spreekkamerkaarten Sjögren
Cursus 'Sterk met Pijn'
6. Alternatief medicijn bij spierreuma
Keuzes rond reumamedicatie
7. 5 tips bij reuma
8. Eénjarig bestaan ontmoetingscentrum Het Venster
Kersboodschap & Beste wensen 2024



Open plaatsen beweeggroepen 26-10-2023			
beweeggroep.	dag	tijd	vrije plekken
Hydrogroep	maandag	17.00 tot 17.30u	0
	maandag	17.30 tot 18.00u	3
	maandag	18.00 tot 18.30u	3
Reuma Fitnessgroep	dinsdag	17.00 tot 18.00u	5
	woensdag	17.00 tot 17.30u	3
		17.30 tot 18.00u	3
		18.00 tot 18.30u	2
		18.30 tot 19.00u	9
		19.00 tot 19.30u	2
Yogagroup	donderdag	19.30 tot 20.30u	5
Hydrogroep	vrijdag	17.30 tot 18.00u	3
		18.30 tot 19.00u	1
		19.00 tot 19.30u	7
		19.30 tot 20.00u	5
		18.00 tot 19.30u	5
Reuma sportgroep	vrijdag	18.00 tot 19.30u	5



Bij Livit orthopedie draait alles om vrijheid in beweging.

Wij adviseren u graag over onze pols - en handoplossingen zoals onze nieuwe zilverortheselij "Dynamics Sterling" en siliconen voorzieningen.

U kunt bij ons ook terecht voor: **Therapeutisch elastische kousen, orthopedische schoenen, steunzolen, prothese & orthese.**

BEL VOOR EEN AFSpraak NAAR ONZE KLANTENSERVICE OP TELEFOONNUMMER: 088-245 2000

Tarieven RVP DELFT

De tarieven voor 2023 zijn vastgesteld in de jaarvergadering van 30 maart jongstleden. Deze zijn opgedeeld in 2 stukken namelijk de jaarcontributie en de contributie voor de beweeggroepen.

De jaarcontributie van de RVP Delft bedraagt € 25,- per kalenderjaar

Wilt u het lidmaatschap opzeggen dan kan dit 1 maand voor het einde van het contributiejaar. De schriftelijke opzegging moet dan voor 1 december bij de ledenadministratie of het secretariaat binnen zijn.

Contributie beweeggroepen

1. Hydrogroepen € 16,- per maand
2. Reuma Fitnessgroep € 25,- per maand
3. Yoga € 27,- per maand
4. Reuma Sportgroep € 31,- per maand

Wanneer u een beweeggroep opzegt dan kan dit bij de penningmeester of de coördinator beweeggroepen, de opzegging gaat de maand erop in.

DOOR GEBREK AAN MANKRACHT IS ER DIT JAAR GEEN KERSTBRUNCH

Door een tekort aan mankracht heeft het bestuur het niet voor elkaar gekregen om dit jaar een kerstbrunch te organiseren. Dit kwam mede doordat er vorig jaar toch wel wat klachten waren over de prijs-kwaliteitverhouding van de brunch. Hierdoor moesten we op zoek naar een andere locatie. Tot onze spijt is dit niet gelukt, we proberen om in januari een gezellige nieuwjaarsborrel te organiseren. U hoort nog of dit wel is gelukt en waar dit dan zal



Een pennenvrucht van een bestuurslid VAKANTIE 2023

Afgelopen zomer zijn mijn man en ik een week naar België geweest. Een mooi hotel op loopafstand van een bungalowpark. Wij mochten daar, als gast van het hotel, gebruik maken van het subtropisch zwemparadijs e.d.

Dat hebben we natuurlijk gedaan. We hebben baantjes getrokken maar ook van de glijbanen gegaan. Er was ook een wildwaterbaan en mijn man wilde daar met mij van af. Ik had zo mijn twijfels...ik ben niet zo'n held. Maar mijn man wist mij te overtuigen om er in ieder geval even te kijken. Toen ik kinderen in de koker zag verdwijnen en mijn man met een gematigd gangetje de bocht om zag glijden wilde ik niet achterblijven. Ik had al snel spijt!!

Met een rotvaart vloog ik van links naar rechts tegen de wanden. Na een paar bochten kwam ik in een kolk terecht waar ik niet uitkwam. Ik bleef rondjes draaien. "Je moet gaan staan" riep mijn man voordat hij weer in de koker verdween. Nou, ik kan je vertellen, dat is niet te doen! Na een enorme inspanning lukte het me langs de buitenste rand terug de koker in te glijden waar ik na een paar loopings wéér in zo'n kolk terecht kwam. Toen zonk de moed me wel even in de schoenen. Ik was al bekaf moest ik wéér uit zo'n kolk zien te komen. Toen ik uiteindelijk beneden kwam stond mijn man mij lachend op te wachten. Ik ben even kwaad op hem geworden. Maar kon er al snel ook wel om lachen. Manlief wees mij nog fijntjes op een bord met instructies aan het begin van de wildwaterbaan maar zonder mijn bril kan ik niet (meer) lezen.

Het verhaal werd in geuren en kleuren aan het thuisfront verteld. Die vonden het weer echt iets voor mij. Geen medelijden, ze lagen allemaal in een deuk...van je kinderen moet je het hebben.

Activiteiten agenda 2023

Elke 3e donderdag van 13 tot 15 uur koffie-/ theemiddag bij Klein Seinpost

Elke 4e donderdag van 20 tot 22 uur contactavond in de Lindenhof



- 16-11-2023 Koffie-/theemiddag bij Klein Seinpost
- 30-11-2023 Sinterklaasbingo
- 25-01-2024 Voorlichting Huidtherapeut (Onder voorbehoud)
- 29-02-2024 Nog niet bekend

Sinds het vorige magazine heeft de vereniging er weer een nieuw lid bij. De redactie en het bestuur heten het nieuwe lid welkom.

**Verjaardagen van RPV leden:
In de maand november zijn er 19 leden jarig
In de maand december zijn er 22 leden jarig**



Alle jarigen (*alsnog*) van harte gefeliciteerd.

ZIMMERMAN LETSELSCHADE
HET IS DE ARD KOREVAAR VERBODT RECHT
Heeft u letsel opgelopen door schuld van een ander? Zimmermann Letselschade helpt u graag weer op weg.
Ik help u bij het vaststellen wie er aansprakelijk is, volg uw herstel en begeleid u daarbij. Ik breng in kaart waar u tegen aanloopt in het dagelijkse leven, thuis en op uw werk. Daarnaast stel ik de geleden schade vast en heb hierover contact met de verzekeraar. Ik geef u de aandacht die u verdient. En voor dit alles breng ik u geen kosten in rekening.
IRWIN ARD KOREVAAR NL
ZIMMERMANLETSELSCHADE@GMAIL.COM
06 29 56 56 22

SPONSORWANDELING

Afgelopen 5 oktober is er zoals u weet een sponsorwandeling geweest in de Delftse Hout.

Het was een gezellige wandeling. Na afloop hebben we met zijn allen heerlijk een kop koffie of thee gedronken. Iedereen was gemotiveerd om te starten met de wandeling van 2 of 4 km. Met zo'n 12 man/vrouw is de wandeling rond de grote plas gemaakt waarvan 2 twee leden met een scooter. Op de voorpagina staat een foto van de wandeling. De opbrengst van de sponsorwandeling is € 330,-- De leden die de sponsorwandeling hebben gelopen waren enthousiast, het ligt in de verwachting dat dit nog vaker georganiseerd gaat worden. Misschien dan op een zaterdag in februari of maart dan kunnen waarschijnlijk meer leden tijd vrijmaken.

Wilt u meedoen met een volgende wandeling dan kunt u dit aangeven bij Kathinka Eekhout.
kathinkarpvdelft@gmail.com
of via WhatsApp op tel; 06-13173603



Partycentrum Onder Ons

Volgens Ons moet uw feest onvergetelijk worden

Onze unieke, landelijk gelegen locatie is het perfecte decor voor uw feest of partij, geschikt voor 35 tot 300 gasten, goed bereikbaar tussen de A4 en A13, met ruime parkeergelegenheid speeltuin voor de kinderen, groot terras, podium en ruime dansvloer.

Kortom, alle ingrediënten voor een onvergetelijk evenement

www.onderons.nl

Kerkpolderweg Delft tel. 015-256 97 08 info@onderons.nl

DE SPREEKKAMERKAART SJÖGREN

Een afspraak met een arts kan soms anders lopen dan u verwacht. Je bent even kwijt wat je wilde vertellen. Of er is tijdens het gesprek geen tijd om de goede vragen te stellen. Je komt de spreekkamer uit met het gevoel dat je niet alles hebt kunnen vertellen. Dit is een kaart die je mee kunt nemen naar het volgende bezoek aan je reumatoloog. Je kunt op de kaart aangeven waar en hoeveel klachten je ervaart/hebt. Het is een soort geheugensteuntje voor jezelf. Het kan helpen als je vóór je afspraak deze kaart uitprint, invult en meeneemt.

Het spinnenweb van positieve gezondheid

Dit klinkt ingewikkeld, maar dat is het niet. Het zogenoemde “spinnenweb” laat je zien hoe je goed kunt leven. En hoe je je leven zou kunnen verbeteren. Je hebt Sjögren, maar je leven hoeft daar niet door bepaald te worden. Met “het spinnenweb van positieve gezondheid” kunt je namelijk ook zien wat wel goed gaat in je leven. Bij het spinnenweb hoort een vragenlijst. De vragen gaan over 6 belangrijke onderwerpen van je leven:

- Lichaam
- Gevoel en gedachten
- Zinvol leven
- Kwaliteit van leven
- Meedoen
- Dagelijks leven

Kies bij elke vraag het antwoord dat bij je past. Pak daarna het spinnenweb erbij. Zet bij de onderwerpen een rondje om het cijfer dat je gegeven hebt. Nu kunt je een figuur gaan tekenen door van rondje naar rondje een lijn te trekken in het spinnenweb.

In het spinnenweb ziet je nu hoe het met je gaat. Wat gaat goed? En wat gaat minder goed? En wat zou je willen veranderen? En wat kunt je daar zelf aan doen? Wie zou je kunnen helpen daarbij?



CURSUS STERK MET PIJN



Heb je chronische pijn en kun je een steuntje in de rug gebruiken? De laagdrempelige cursus **'STERK MET PIJN'** van de Fybromyalgie patiëntenvereniging F.E.S. helpt mensen op weg naar het beter omgaan met chronische pijn.

Onderwerpen die aan bod komen zijn onder andere: de meest voorkomende klachten, oorzaken en herkenning, balans tussen draaglast en draagkracht, communicatie met uw omgeving, huisarts en jezelf.

Wat kan ik zelf doen en hoe ga ik na de cursus verder?

Het is een interactieve cursus, dus men vraagt u om actief mee te doen.

Bij voldoende belangstelling zullen we proberen om een cursus in Delft op te starten, anders wordt het Rotterdam of Gouda. De kosten zijn €99,-.

Sommige ziektekostenverzekeringen vergoeden de cursus of een deel hiervan.

Bron; Lidia Dubbelman
Fibromyalgie en Samenleving

Nationale Vereniging Sjögrenpatiënten

Geef op een schaal van 0 tot 10 aan hoeveel last je ervan hebt.
0 = geen last 10 = veel last

Datum: _____

Ik heb last van:

vermoeidheid
0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

ogen
0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

neus
0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

mond - keel - slokdarm
0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

longen
0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

buik: maag - alvleesklier - darmen - lever
0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

huid - fenomeen van raynaud - vasculitis
0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

blaas
0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

vagina of prostaat
0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

spielen - gewrichten
0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

neurologische klachten - neuropathie
0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

overige klachten:
0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

WWW.NVSP.NL

spreekkamerkaart

Voor meer informatie zie het filmpje op NVSP, tevens zijn daar spreekkamerkaarten, het spinnenweb en een vragenlijst te downloaden.

<https://www.nvsp.nl/winkel/informatiekaarten/product/de-spreekkamer-kaart>

Wanneer u hulp nodig heeft dan kunt u die vragen aan het secretariaat (secretariaat.rpvdelft@gmail.com)

bron; Nationale vereniging Sjögren Patiënten (NVSP)

ALTERNATIEF MEDICIJN MOGELIJK BIJ SPIERREUMA

Patiënten met spierreuma hebben vermoedelijk geen of veel minder prednison nodig wanneer ze eenmalig een ander reuma-medicijn krijgen toegediend. Daardoor hebben ze waarschijnlijk minder last van bijwerkingen.

Dat blijkt uit onderzoek van de Sint Maartenskliniek in Nijmegen. Volgens reumatologen van die kliniek is het middel rituximab vermoedelijk een effectief alternatief voor prednison. Dat middel wordt al voorgeschreven bij andere vormen van reuma, maar nog niet bij spierreuma. Deze ziekte treft jaarlijks ongeveer negenduizend mensen van boven de 50 jaar (tweederde vrouw en eenderde man). Tot nu toe kregen patiënten met spierreuma het ontstekingsremmend middel prednison voorgeschreven. Tweederde van de patiënten ondervindt hiervan hinderlijke bijwerkingen, zoals botontkalking, ontwikkeling van suikerziekte, een verhoogd infectierisico, dunner wordende huid, slapeloosheid of gewichtstoename. Bovendien duurt de behandeling met prednison vaak lang, zo'n twee tot drie jaar.

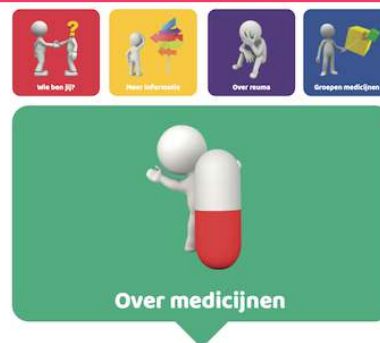
Patiënten die eenmalig via infuus rituximab krijgen toegediend, zijn al na een jaar veel minder afhankelijk van prednison, zo ontdekten de onderzoekers. De helft van de patiënten kon zelfs helemaal stoppen met prednison. Het onderzoek werd uitgevoerd onder een kleine groep patiënten waarbij de helft een placebo (nepmedicijn) kreeg toegediend. Nu de proef veelbelovend is verlopen, beginnen de reumatologen van de Sint Maartenskliniek een bredere studie onder een grote groep patiënten.
Bron; de Gelderlander, Maarten Reith



**NATUURLIJK IS ER DIT JAAR WEER EEN
SINTERKLAASBINGO
KOM ALLEN NAAR DE GEZELLIGE
BIJEENKOMST IN. DE LINDENHOF**



KEUZES ROND REUMA-MEDICATIE



Donderdag 26 oktober hebben Charlotte Jonker en Silvia van der Windt, reumaverpleegkundigen van het Reinier De Graaf Gasthuis, de avond ingevuld met een presentatie.

Ondanks dat de opkomst teleurstellend was, was het een informatieve interactieve en gezellige bijeenkomst. De avond draaide om de "Keuzes rond reumamedicatie". Er is onder andere gesproken over de verschillende soorten medicatiegroepen, het omgaan met problemen met de medicatie, zelfmanagement bij medicatie, leefstijl. Op de website van ReumazorgNederland kunt u gesprekskaarten downloaden die over medicatie gaan. Deze kunnen behulpzaam zijn in het gesprek samen met je arts. Kun je samen kijken welke medicijnen er zijn en welk medicijn het beste bij je past. Dit noemt men "Samen Beslissen".

Medicijnen hebben voordelen en nadelen. Om de juiste keuze voor een medicijn te kunnen maken, zijn een aantal vragen belangrijk om te bespreken: Wat is reuma?, Welke soorten medicijnen zijn er tegen reuma?, Wat weten we over medicijnen tegen reuma?, Wie ben jij? en Hoe sta je tegenover medicijnen? Voor iedere vraag hebben we een gesprekskaart gemaakt. In deze kaart gaat het 'Over medicijnen' tegen reuma. Hoe je ze gebruikt en waar je op moet letten. <https://reumazorgnederland.nl>
Bron; reumaverpleegkundigen RDGG & Reumazorg Nederland

Zorg goed voor uw voeten

Maak een afspraak voor een **gratis voetcheck**

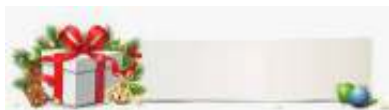
Onze voetzorg bij reuma is gericht op:

- Het zoveel mogelijk verminderen van pijn;
- Het bieden van de best passende oplossingen bij vormafwijkingen;
- Oplossingen voor nagel- en huidproblemen.

Laat onze specialist de conditie van uw voeten controleren.
U ontvangt een vrijblijvend persoonlijk advies.

Wacht niet langer en maak eenvoudig een afspraak via
T 015-2626234
Reinier de Graafweg 1 Delft
www.pendersvoetzorg.nl

Penders Voetzorg
beweeg je vrij



5 TIPS bij Reuma

1. Houd rekening met weersvoorspellingen bij reuma

Het KNMI geeft betrouwbare weersvoorspellingen, waarbij ook vaak gesproken wordt over lage- of hogedrukgebieden. Een lagedrukgebied, of depressie, betekent dus een lage luchtdruk en deze gaat vaak samen met koudere temperaturen, wind en regen. Heeft u een barometer in huis? Deze geeft de luchtdruk exact weer. Is de luchtdruk laag, dan weet u dat de kans bestaat dat uw pijn kan opvlammen. Als u alert bent op de weersomstandigheden kunt u uw dagelijkse activiteiten daar op afstemmen.

2. Draag thermo onderkleding

Als u reuma heeft dan weet u als geen ander dat verandering van temperatuur invloed heeft op de klachten in uw gewrichten en spieren. In de winter is door de kou onze doorbloeding wat slechter, waardoor spieren en gewrichten eerder pijnlijk aanvoelen. Het is vanzelfsprekend dat wij ons in de winter lekker warm aankleden. Maar voor mensen met reuma is het nog meer van belang.

Sommige gewrichten, zoals de knie, zijn extra kwetsbaar. Het kniegewricht wordt niet warmgehouden door spieren en vetweefsel. Laat uw knieën dan ook niet nat worden als u buiten in de regen loopt. Er bestaan ook kniewarmers van wol, die u om uw kniegewricht kunt dragen. Draag in ieder geval (thermo)onderkleding die u warm houdt en goede lange dikke (ski)sokken of een warme broek als u er op uit gaat.

3. Gebruik warme crèmes of een kruik bij reuma

Er zijn verschillende manieren om de spieren rondom uw gewrichten warm te houden. U kunt bijvoorbeeld gebruik maken van verwarmende zalfjes of crèmes; deze verzachten het gevoel van pijn in de spieren of het gewricht. Het gebruiken van warme olie tijdens het masseren van de spieren en gewrichten kan ook relaxerend werken. Hierdoor worden de spieren en gewrichten versoepeld. Houdt u niet zo van die smeerseltjes? Dan kunt u natuurlijk ook een warme kruik of een pittenkussen gebruiken om uw gewrichten te verwarmen. Een pittenkussentje kunt u makkelijk in de magnetron opwarmen.



KLEIN SEINPOST pannenkoeken & poffertjes

Telefoon: 05-7200809

E-mail: info@klein-seinpost.nl

Adres: Martinus Nijhofflaan 476, 2624 MH Delft

Dagelijks open van 9 t/m 22 uur

4. Let extra op uw voeding in de winter bij reuma

Doordat het in de winter kouder is, heeft uw lichaam meer energie nodig om op te warmen. Het is dus verstandig om goed te eten, geen maaltijden over te slaan en producten te eten die goed voor u zijn en uw gewicht in balans houden. Er worden op internet heel veel voedingsadviezen gegeven die reuma zouden verminderen. Op dit moment zijn daar nog geen wetenschappelijke onderbouwingen voor. Ons advies is om net als iedereen gezond te eten volgens de Schijf van Vijf en goed te letten op uw gewicht. Dat is namelijk wel van groot belang: overgewicht is slecht voor bijvoorbeeld artrose!

5. Blijf bewegen in de winter met reuma

Blijf ondanks de kou goed in beweging. Bewegen zorgt er namelijk voor dat uw spieren en gewrichten soepel en 'gesmeerd' blijven. Kleedt u warm aan en ga lekker wandelen of fietsen. Bij regenachtig en winderig weer kunt u natuurlijk ook binnen bewegen. Er zijn genoeg beweegprogramma's op televisie of op YouTube te vinden. Of gebruik de Join2Move App die speciaal is ontwikkeld voor mensen met artrose, maar ook zeer geschikt is voor mensen met andere vormen van reuma. De app biedt u oefeningen aan, waarbij u stapsgewijs meer kunt bewegen.

Bron: Fysiotherapie Lansingerland



1 JARIG BESTAAN
ONTMOETINGSCENTRUM
HET VENSTER



Het bestuur van de RVP is uitgenodigd om op 4 november het éénjarig bestaan van Het Venster te vieren. Het Venster is een ontmoetingsplaats voor mensen die te maken hebben of krijgen met een chronische ziekte, een onzichtbare aandoening of meer ingrijpend, licht of zwaar.

Elke dinsdag en donderdag zal van 10 tot 13 uur een inloop zijn waar je welkom bent in de tuinkamer van de pastorie in de Franciscus en Clarakerk, Raamstraat 78 te Delft, voor thee, koffie of een ontmoeting. Het Venster is een laagdrempelige inloop voor mensen die in het dagelijks leven de impact ervaren van een onderliggende chronische aandoening.

Het Venster staat los van de kerk. Je kunt dus gewoon binnenlopen in de tuinkamer!

Speculaas en hulst,
kerstballen en lichten,
geur van gebakken appel
en blijе gezichten.
Zoveel cadeautjes onder de
boom en een constante
gedachte stroom,
dat deze Kerstmis,
zonder twijfel hallucinerend is.
De vreugde van het geven,
het hart wordt wijd.



KOM NAAR ONZE SINTERKLAASBINGO OP
30 NOVEMBER 2023
LINDENHOF, CORT V.D. LINDENSTRAAT

FIXT KAPPERS

