

Van de bestuurstafel:

Eén jaar later en nog steeds Corona.....

Het wordt er voor ons allemaal niet makkelijker op.

We willen als bestuur zo graag aan de slag en onze vrijwilligers willen zo graag weer groepen draaien, we willen elkaar weer ontmoeten.

Maar het mag nog even niet, alhoewel er natuurlijk wel licht aan de horizon is! Mensen worden inmiddels gevaccineerd en we hopen dat het einde van deze pandemie in zicht komt.....

We willen weer een dagje weg met de boot organiseren, maar dat gaat dit jaar nog niet lukken en we hopen op weer een Kerst bijeenkomst. Ook willen we voor al onze "jongeren tot 65 jaar" ergens deze zomer een BBQ organiseren in Friesland, bestemd voor alle jongeren binnen onze regio Noord! Gezellig elkaar ontmoeten, kletsen en horen wat jullie willen/zoeken binnen de regio!

We hebben 2 jonge mensen binnen het bestuur en zij zitten natuurlijk ook in de organisatie. En een BBQ kun je, als Corona het toelaat, snel organiseren! Vandaar de keus voor een BBQ.

Wel gaan we ons bezighouden met "De Onbeperkte Elfstedentocht" (zie verderop in dit blad).

Natuurlijk willen we ook snel weer de lotgenotengroepen en de hersenletsel trefpunten organiseren. Wanneer het precies door kan gaan weten we niet natuurlijk!

We zetten toch de data in de Nieuwsflits, maar de meeste mensen die een groep bezoeken worden uitgenodigd. Als u het niet zeker weet, neem even contact op met degene die de groep leidt.

Voor de hersenletsel trefpunten in Friesland: houd de website van de ziekenhuizen in de gaten.

ALLES IS ONDER VOORBEHOUD!

Ook hebben we alsnog afscheid moeten nemen van ons bestuurslid Peter Dijkema. Het lukte hem toch niet om zijn functie binnen het bestuur voort te zetten!

BEDANKT VOOR JE TOMELOZE INZET VOOR ONZE VERENIGING PETER!

We zullen van Peter en Brigitta als bestuur nog gezamenlijk afscheid nemen!

Ook voor al onze leden is Corona zwaar, maar we moeten met zijn allen nog even volhouden hoor!!

De vaccinaties zijn begonnen, dus er gloort licht aan het einde van de tunnel.

We hopen elkaar, in september, weer te zien als Corona weg is, of als het weer mag, vandaar een bloemetje voor al onze leden!

Een fleurige groet voor jullie allemaal namens het bestuur,

Jennette



patiëntenvereniging
hersenletsel.nl



THUIS ONDERWIJS GEVEN VALT NIET MEE EN HELEMAAL NIET ALS JE OOK NOG HERSENLETSEL HEBT!

Na de kerstvakantie mogen de kinderen weer online les en thuis onderwijs.
Met 3 kinderen begin ik hier vol goede moed aan.

Het begint goed,
We weten hoe dit moet.

Rustig en relaxed beginnen we met werk,
2 dagen school werk, wat voel ik me sterk.

Woensdag kinderen naar de noodopvang,
Ze komen thuis met blijdschap op de wang.

De juf zei dat ze volgende week de hele week mogen
komen,
Daar kan ik alleen maar van dromen.

Ik begrijp het niet zo goed,
Dit gaat toch heel goed?

Toch laat ik ze volgende week naar school gaan,
Thuiswerken en een baan dat kan ik blijkbaar toch niet zo goed aan.

Want de donderdag gaat het mis,
Ik kan wel zwemmen als een vis.
Een vis in de zee van tranen,
M'n hoofd kan dit niet meer aan,
Daar gaat nog een traan.

Begin deze week ging te goed,
Ik blijf rustig en houd moed.

M'n hoofd zit te vol,
Soms wordt ik te dol dan kan ik het niet aan.

Ik wil de school bedanken voor deze kans,
Spontaan doe ik een dans.

Ik ben blij dat de school mee denkt en het ziet, voordat ik het zelf in de gaten heb.
Ik kan ze fijn naar school brengen m'n rust pakken en s' middags nog leuk met ze spelletjes doen.

Groetjes een blije mem in corona tijd.

Wilma Adema



WORD JIJ OOK LID VAN DE VRIENDENLOTERIJ?

STEUN HERSENLETSEL.NL REGIO NOORD!

Hoe word je lid van de vriendenloterij?

Je kunt dat zelf doen en aangeven dat je mee wilt spelen voor Hersenletsel.nl regio Groningen/Drenthe, de naam zal nog veranderen in regio Noord!

Je kunt ook onderstaand formulier invullen en via de mail sturen naar: regionoord@herenletsel.nl

Als we allemaal 1 nieuw lid binnen brengen, meer mag natuurlijk ook, dan hebben we weer een mooie buffer aan het einde van het jaar! Mocht u al meespelen, maar nog niet voor herenletsel.nl? Dan kunt u dat altijd nog veranderen door dit aan te geven bij de vriendenloterij!

U speelt mee met uw 06-nummer. Hebt u geen 06 nummer? Dan krijgt u een fictief nummer. U kunt dus altijd meespelen!

Voorletter:	Voornaam:	m/v*
Voorvoegsel:	Achternaam:	
Geboortedatum:		Aantal loten: 1 2 3 (omcirkelen)
Straatnaam:	Huisnummer :	Toevoeging:
Postcode:	Plaats:	06-nummer:
E-mailadres:		
IBAN Bankrekening nummer:		

NIEUWE CONTACTGEGEVENS NIEUWSFLITS!!!

Vanaf nu heeft de nieuwsflits ook een eigen mailadres. Het verzoek aan een ieder om hier alle mail voor de Nieuwsflits naar toe te sturen: contactregionoord@herenletsel.nl

Voor de Nieuwsflits van september 2021 de kopij graag uiterlijk **vóór 7 augustus** bij ons binnen.

Namens de redactie,
Elly Meijering en Jennette Mooibroek

Dus heb je mail voor het bestuur,
mail naar: regionoord@herenletsel.nl

Heb je mail voor de Nieuwsflits, of geef je je op voor de bootreis, Kerst, BBQ enz.
mail dan naar: contactregionoord@herenletsel.nl

Heb je mail voor de penningmeester,
mail dan naar: regiopenningmeesternoord@gmail.com

Jullie ontvangen allemaal nog een nieuw declaratie formulier, met het juiste mailadres.

BEZOEK JIJ EEN LOTGENOTENGROEP? DAN WILLEN WIJ GRAAG DAT JE LID WORDT VAN DE PATIËNTENVERENIGING HERSENLETSEL.NL

Dat je lid wordt van de voetbalvereniging is vanzelfsprekend. Dus als je een lotgenotengroep bezoekt, is het ook de bedoeling dat je lid wordt van de patiëntenvereniging Hersenletsel.nl. Wij hopen ook dat dit voor iedereen net zo vanzelfsprekend is...

Als regio ontvangen wij weer een deel van het lidmaatschapsgeld van de landelijke vereniging. Hiervan kunnen wij verschillende kosten betalen. De vrijwilligers die de groepen draaien, ontvangen bijvoorbeeld reiskostenvergoeding. Soms moet de zaal van de locatie gehuurd worden en ook worden er verschillende leuke activiteiten georganiseerd, waarbij de eigen bijdrage niet altijd kostendekkend is.

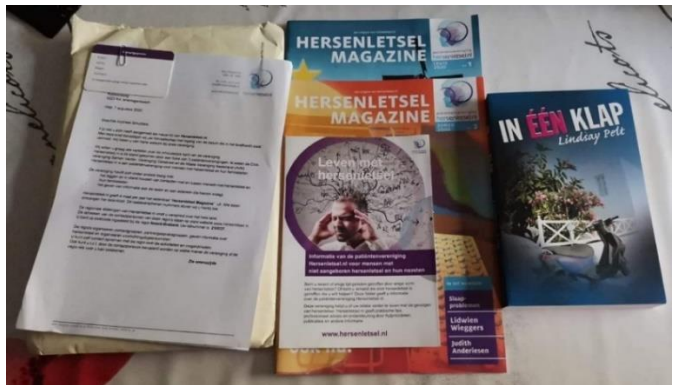
Dus in de regio Noord verzoeken wij de mensen die een groep bezoeken om lid te worden. Op bijna al onze groepen is dat al zo, maar er zijn een paar groepen die daar helaas nog niet helemaal aan voldoen. Wij als bestuur vinden het binnen onze regio niet wenselijk dat je op de ene groep lid moet worden en op de andere groep niet. Dus per 1 januari 2021 willen wij graag dat iedereen die een groep bezoekt lid wordt.

**Mocht je nieuw zijn op de groep dan mag je 2x komen om te kijken of het wat voor je is.
Daarna word je lid!**

De kosten zijn 32,50 euro per jaar, dat is nog geen 3 euro in de maand.
Als je partner of naaste ook lid wordt dan betaalt hij/zij 15 euro!

Lukt het echt niet om het te betalen, dan mag je contact opnemen met de voorzitter of even mailen.
Er zijn altijd oplossingen te vinden.

Als je lid wordt van de vereniging ontvang je folders, hersenletselmagazines en een boek!
Het bestuur hoopt op uw begrip.



**Het welkomspakket dat je ontvangt
wanneer je lid wordt van Hersenletsel.nl**

Doordat het in deze Corona tijd best moeilijk is voor verenigingen, hopen we dat u/jullie toch lid blijven van Hersenletsel.nl en dat nieuwe leden ook gewoon lid gaan worden van onze mooie vereniging.

Wij als patiëntenvereniging zijn er voor de patiënten en hun naasten. Wij bieden graag een luisterend oor en we hopen elkaar snel weer te ONTMOETEN!

U/Je kunt en mag altijd contact opnemen met onze contactpersoon, we hebben elkaar nodig, vooral om er voor elkaar te zijn en om gehoord te worden.

**KOM EN BEZOEK ÉÉN VAN ONZE GROEPEN!
DOEN HOOR!!**



BOOTREIS 2021, WORDT BOOTREIS 2022!

Hoe graag we het ook willen, maar de bootreis gaat **NIET** door dit jaar!

We moeten dit nl. binnenkort al beslissen en dat kunnen we nog niet.

Je moet nog 1,5m afstand houden, dat is op de boot niet te doen, helemaal niet bij slecht weer!

Maar.... Als we wel weer met meer mensen bij elkaar mogen komen, gaan we iets anders organiseren, bijv. een BBQ, of een high tea enz.

WIJ VINDEN DIT OOK ERG VERVELEND, MAAR MOETEN ER NIET AAN DENKEN DAT ER IEMAND BESMET WORDT DOOR CORONA TIJDENS ONS UITJE!

Groetjes van het bestuur.

INTERESSE PEILING BBQ JONGEREN IN DE REGIO NOORD! (ELKAAR BETER LEREN KENNEN VANUIT ALLE 3 PROVINCIES)

Hallo allemaal!

Mochten de coronaregels het te zijner tijd toestaan, dan willen wij proberen om op **4 september 2021** aanstaande een BBQ te organiseren voor jongeren tot 65 jaar.

De BBQ zal plaatsvinden van **15:00 uur tot 17:00 uur** en de locatie en de kosten worden nader bekend gemaakt. Zoals het nu staat zal de BBQ plaatsvinden in Friesland. Natuurlijk ben je ook welkom als je woonachtig bent in de provincie Groningen of Drenthe!

In ieder geval willen we vooraf graag weten of er überhaupt interesse is in een BBQ, vandaar een interessepeiling!

Dus heb je zin in een, hopelijk, zomerse BBQ (om weer even een paar uurtjes gezellig bij te kletsen met lotgenoten) dan kun je mailen naar contactregionoord@hersenletsel.nl

Geef in de mail ook even door met hoeveel mensen je ongeveer van plan bent te komen.

Dus heb je interesse, stuur ons dan **vóór 31 mei 2021** a.s. een mail.

Let op!! Het betreft nog **géén** aanmelding voor de BBQ. Het gaat alleen om een peiling om te bepalen hoeveel interesse er is voor een BBQ!! Een aanmeldingsformulier zal later online komen.

We horen het graag van je!

Met vriendelijke groet,

Het bestuur Regio Noord

PS Zoals gezegd is dit alles onder voorbehoud.
Het gaat natuurlijk alleen door wanneer de coronaregels het toestaan te zijner tijd.



NAH LOTGENOTENGROEPEN IN DE REGIO NOORD GRONINGEN FRIESLAND EN DRENTHE

**LET OP!! LUISTER VOORAL NAAR DE ADVIEZEN IN DE PERSCONFERENTIE.
WEGENS CORONA GAAN DE GROEPEN NOG NIET DOOR!
MOCHT U TWIJFELEN OF GROEPEN ALWEER ZIJN BEGONNEN?
NEEM DAN CONTACT OP MET DE CONTACTPERSOON VAN UW GROEP!**

Provincie Groningen



Trefpunt Delfzijl: Woonzorgcentrum Betingestaete, Ede Staalstraat 1.

Contactpersoon: Jacob van der Linde, jvanderlinde59@gmail.com / 0596-591717

TOT 1 JUNI GEEN BIJeenKOMSTEN IN DELFZIJL!

Jong Groningen: leeftijd tot 65 jaar in Talentencentrum Corpus den Hoorn 110 TIJD: 14.00 – 16.00

Contactpersoon: Nienke Hartman, nahgroningendrenthe@gmail.com

Op de zaterdagen: 1 mei, 4 september en 6 november

Jong Stadskanaal: leeftijd tot 65 jaar, in de Spont, Gandhiplein 3 TIJD: 14.00 – 16.00 uur

Contactpersoon: Jetty Bentlage jetty.bentlage@gmail.com

Op de zaterdagen: 8 mei, 11 september en 13 november

Trefpunt Stadskanaal: de Spont, Gandhiplein 3 voor 60+ TIJD: 10.00 – 12.00 uur

Contactpersoon: Ilse Hilde de Jager Welstadt 06 – 365 376 02

De bijeenkomsten voor 2021 zijn nog onzeker, kijk voor info op de website: www.welstad.nl

Trefpunt Groningen: Zijn nog op zoek naar een locatie dus nog geen data

Contactpersoon: Wim Stadman, w.stadman@kpnmail.nl 050 – 541 33 16

**Trefpunt Groningen: THL (jong en traumatisch hersenletsel) Talentencentrum Noorderbrug,
Laan Corpus den Hoorn 110 TIJD: 19.30 – 21.30 uur**

Contactpersoon: Corine van der Kamp, corinekamp69@gmail.com

Op de maandag: 17 mei en 21 juni

LET OP!! LUISTER VOORAL NAAR DE ADVIEZEN IN DE PERSCONFERENTIE WEGENS CORONA GAAN DE GROEPEN NOG NIET DOOR! MOCHT U TWIJFELEN OF GROEPEN ALWEER ZIJN BEGONNEN, NEEM DAN CONTACT OP MET DE CONTACTPERSOON VAN UW GROEP OF KIJK OP DE WEBSITE VAN DE ZIEKENHUIZEN!

Provincie Friesland:



Jongereengroep Beetsterzwaag tot en met 65 jaar TIJD 14.00 – 16.00 uur
Revalidatie Friesland: Hoofdstraat 3, Beetsterzwaag

Contactpersoon: koosengreetje@gmail.com
Op de zaterdagen: 15 mei, 18 september en 20 november

Trefpunt Harlingen: Ziekenhuis MCL, Achlumerdijk 2 (info receptie) TIJD: 15.00 – 16.30 uur

Op de donderdagen: 17 juni, 19 augustus, 21 oktober, 16 december

Trefpunt Heerenveen: Ziekenhuis Tjongerschans, Thialfweg 44, Abe Lenstra Zaal (1^e etage)
TIJD: 9.45 – 11.15 uur

Op de dinsdagen: KIJK OP DE WEBSITE VAN HET ZIEKENHUIS!

Trefpunt Leeuwarden: Abbingaheim (tegenover MCL) Jansoniusstraat 4 (restaurant)
TIJD: 15.00 – 16.30 uur

Op de dinsdagen: 18 mei, 15 juni en 20 juli

Trefpunt Sneek: Noorderbrug Talentencentrum de Werkwinkel, Gravinneweg 3 TIJD: 14.30 – 16.00

Op de dinsdagen: 1 juni

Partnergroep: Partners delen lief en leed, ze ondersteunen elkaar of ondernemen iets gezelligs!

Denkt u dat dit iets voor u zou kunnen zijn, neem dan contact op met:

Annie Edens: annaedens@kpnmail.nl of bel: 0513-682015

LET OP!! LUISTER VOORAL NAAR DE ADVIEZEN IN DE PERSCONFERENTIE WEGENS CORONA GAAN DE GROEPEN NOG NIET DOOR! MOCHT U TWIJFELEN OF GROEPEN ALWEER ZIJN BEGONNEN, NEEM DAN CONTACT OP MET DE CONTACTPERSOON VAN UW GROEP!

Provincie Drenthe



Jong Assen 1: leeftijd tot 65 jaar, Wilhelminaziekenhuis, Europaweg zuid 1 TIJD: 14.00 – 16.00

Contactpersoon: Jennette Mooibroek, jennette1608@gmail.com
0591 – 635 301 / 06 – 103 578 17
Op de zaterdagen: 12 juni, 9 oktober en 12 december

Jong Assen 2: leeftijd tot 65 jaar, Wilhelminaziekenhuis, Europaweg zuid 1 TIJD: 14.00 – 16.00

Contactpersoon: Jennette Mooibroek, jennette1608@gmail.com / 06 – 103 578 17
Op de zaterdagen: 15 mei, 11 september en 13 november

Trefpunt Hoogeveen: Bethesdaziekenhuis, Dr G.H. Amshoffweg 1 in de kerkzaal TIJD: 14.00 – 16.00

Contactpersoon Dick Blok, dickenhennieblok@gmail.com, 0528 – 271 494
Op de vrijdagen: 14 mei

Jong Hoogeveen: leeftijd tot 65 jaar, dagcentrum de Weide van de Noorderbrug Talentencentrum de Venne, De Ploeger 1 of het zwembad TIJD: 14.00 – 16.00 uur

Contactpersoon: Agnes Hiemstra, jonghoogeveenmeppel@gmail.com
Op de zaterdagen: 12 juni, 9 oktober en 11 november

Trefpunt Meppel: Reggersoord Reggersweg 1 TIJD: 14.00 – 16.00 uur

Contactpersoon: Jenny Boer en Jaap de Jonge 0528 – 272 687/0528 – 266690
jeheboer@kpnmail.nl of jac-de.jonge@home.nl
Op de vrijdagen: **NOG NIET BEKEND!**

Trefpunt Westerbork: Derkshoes, Marsdijk 1 BIJEENKOMSTEN NOG NIET BEKEND

Contactpersoon: Jenny Boer en Jaap de Jonge 0528 – 272 687/0528 – 266690
jeheboer@kpnmail.nl of jac-de.jonge@home.nl

Afasiegroep Emmen: Verpleeghuis de Horst (verjaardagskamer) Rondweg 97 TIJD: 13.30 – 15.30

Contactpersoon: Jos Hemelt, hemeltjos@gmail.com 06 – 443 005 92
Op de woensdagmiddagen: 12 mei en 9 juni

Trefpunt Emmen: Zeierhuuf, Geelgors 100 TIJD: 14.00 – 16.00 uur

Contactpersoon: Joke van Diepen info@bijoke.nl / 06 - 13289501
Op de zaterdagen: 29 mei

Word jij onze nieuwe vrijwilliger voor de regio Noord?

- Door Corona is het nu best moeilijk om groepen op te zetten. Maar we willen natuurlijk wel erg graag 65+ groepen, groepen voor alle leeftijden of jongerengroepen opzetten in Friesland...

Maar: daar hebben we ook vrijwilligers voor nodig die zich in zetten om dit te realiseren!

- Ook willen we een oproep doen om te horen van jullie, of er nog mensen zijn die **AMBASSADEUR** van onze vereniging willen worden in Friesland, Drenthe of Groningen, tijdens de ambassadeurs training leer je waar onze vereniging voor staat en kun je er over na gaan denken wat JIJ wilt betekenen voor onze vereniging.

Wil je een lotgenotengroep draaien, wil je voorlichting geven of wat dan ook? Er is altijd wel iets te doen binnen de vereniging!

Interesse? Mail naar: regionoord@hersenletse.nl

NIEUW BESTUURSLID ELLEN STELT ZICH VOOR

Hallo, ik ben Ellen Jager 56 jaar.

Ik woon samen met mijn man, dochter, 4 katten en 1 hond in Assen. Mijn zoon woont tegenwoordig in Amsterdam.

Mijn hobby's zijn lezen, puzzelen, tuinieren en wandelen.

Ik ben parttime werkzaam in het onderwijs en geef met heel veel plezier les aan kinderen in groep 3. Vooral het leren lezen geeft mij veel voldoening. Ook mijn man was werkzaam in het onderwijs maar na een herseninfarct 3 jaar geleden, is onderwijs niet meer mogelijk.

Na het herseninfarct had ik vooral behoefte aan contact met lotgenoten, meer dan mijn man. Ik vroeg mij o.a. vaak af of anderen (zoals partners van mensen met een herseninfarct) ook zo'n enorme verandering zagen in hun partner en vooral hoe ervaren zij dit. Na veel zoeken kwam ik in contact met de lotgenotengroep en zijn mijn man en ik hier heen gegaan. Voor mijn man was dit een eye opener en kreeg hij direct veel tips zoals over hoe hij kon gaan beginnen met het verwerken van wat hem was overkomen.

Toen Jennette vroeg of ik het bestuur wilde versterken voor de provincie Drenthe, hoefde ik niet lang na te denken, ik ga graag helpen als partner van een herseninfarct patiënt.



BEZOEKT U NOG GEEN LOTGENOTENGROEP? KOM GERUST EENS LANGS!

Het zijn vaak waardevolle bijeenkomsten, waar u her- en erkenning krijgt voor de problemen waar u tegenaan loopt na Niet Aangeboren Hersenletsel.

Neem gerust uw partner en/of kinderen mee, zodat ook zij weten wat er gebeurt met mensen die Niet Aangeboren Hersenletsel hebben.

In het schema van de lotgenotengroepen kunt u kijken welke groep het dichtst bij is, of welke groep het beste bij u past.

Voor vragen kunt u terecht bij de contactpersoon van hersenletsel.nl REGIO NOORD

Mail: contactregionoord@hersenletsel.nl

Voor Groningen is dat Elly Meijering 0599 - 750265

Voor Friesland is dat Koos Postmus 06 - 41386603

Voor Drenthe is dat Jennette Mooibroek 0591 - 635301

Telefoonnummer Hersenletsel.nl landelijk is: 026 – 3 512 512

“We hebben elkaar nodig om verder te groeien”

“Reik elkaar de hand en ga samen op pad”



“Samen staan we sterk”

“Samen staan we niet alleen”

MELD JIJ JE AAN OM DEEL TE NEMEN AAN DE ONBEPERKTE ELFSTEDENTOCHT? LAAT JE DAN SPONOREN VOOR HERSENLETSEL.NL!

Gezocht: HELDEN!

De inschrijving voor de Onbeperkte Elfstedentocht 2021 is NU open. Doe ook mee en help zowel jezelf als Hersenletsel.nl!

De tocht is voor iedereen met een beperking, welke dan ook. Mensen met een chronische aandoening leven als een topsporter. Zij leveren elke dag een topprestatie. Zij zijn helden die óók een podiumplek verdienen.

De Onbeperkte Elfstedentocht biedt iedereen met een beperking de kans om deel te nemen. Niet meer aan de zijlijn staan, maar zelf de uitdaging aangaan.

Bepaal jouw eigen doel en geef aan op welke manier jij wilt deelnemen. Wandelen, fietsen, rollen..... Of het nu op één dag 100 meter (of minder) is, of ruim 200 kilometer in vijf dagen tijd.

Laat jezelf sponsoren voor Hersenletsel.nl en ga de uitdaging aan!

Alle deelnemers die voor Hersenletsel.nl meedoen krijgen van de vereniging een prachtig shirt om in mee te doen.

Langs de route vinden jullie vrijwilligers van de regio Noord, ook daar kun je je voor opgeven!

Kijk op de website voor informatie en schrijf je nu in op www.onbeperkteelfstedentocht.nl.

Jij bent de held die het applaus en een medaille verdient!

Je wilt het, je kunt het, je doet het. Jij hebt de regie!



2e editie

Onbeperkte Elfstedentocht

15-19 september 2021



Programma:

- wo 15/9 Leeuwarden - Dokkum
- do 16/9 Dokkum - Franeker
- vr 17/9 Franeker - Workum
- za 18/9 Workum - Sloten
- zo 19/9 Sloten - Leeuwarden

Kosten: 10 euro per dag, 2,50 euro (van finish naar start) en 5 euro voor de opslag van een vervoersmiddel.

Contact: info@onbeperkteelfstedentocht.nl

Schrijf je nu in op: www.onbeperkteelfstedentocht.nl

Je wilt het, je kunt het, je doet het. Jij hebt de regie!