't Kontakt

vereniging ReumaActief de Peel

Algemene ledenvergadering

Gek op Holland quiz

Kerststukjes maken Kerstviering

JAARGANG 31: SEPTEMBER 2025

activiteiten

lotgenotencontact

beweeggroepen

informatie

vereniging ReumaActief de Peel

Rabo Clubsupport

Leden van de Rabobank kunnen op ons stemmen
via
Rabo App
of op
rabobank.nl/clubsupport

van 1 tot 23 september

Steun Vereniging ReumaActief de Peel zodat wij in beweging kunnen blijven

vereniging ReumaActief de Peel

Hier had uw advertentie kunnen staan

Voor meer informatie neem contact op met Info@Reumadepeel.nl"

FIETSENMAKER AAN HUIS
Persoonlijke & vakkundige
service aan huis
06 - 173 172 81
Regio Helmond & de Peel
ZIJDENBOS FIETSEN.nl
Uw fietsenmaker aan huis & op locatie

't Kontakt

HALLO... DAAR ZIJN WE WEER

Ja, ons blad Kontakt ligt weer op de mat met veel info over alle activiteiten en mededelingen tweede helft 2025. Het was een gemis de afgelopen twee jaar zonder ons blad “Kontakt”, hoorden we van velen.

Door het wegvallen van de subsidie van Reuma Nederland waren we genoodzaakt om te stoppen met het Kontakt en gingen we over naar de digitale nieuwsbrief. Heel veel leden lieten ons weten de info per post van het Kontakt te missen, want dat leg je naast je stoel en lees je weer eens terug om te kijken: Wanneer is ook weer het Koffieuurtje of waar kan ik terecht als ik deel wil nemen aan een van de beweeggroepen.

Dankzij een genereuze gift van een van onze eerste oprichters, Friedy Dekkers en een subsidie van de Gemeente Helmond kunnen we nu weer ons blad laten verschijnen. In eerste instantie twee keer per jaar, maar we streven erna om te komen tot een uitgave van 4 x per jaar. Ondertussen zijn we als bestuur druk bezig om sponsoren te vinden voor onze club, zodat we nog lang kunnen blijven voortbestaan in het belang van onze leden. Want we zijn er voor U.

Wist u trouwens dat van de bijna 160 zelfstandige patientenverenigingen die door Reuma Nederland financieel gesteund werden, na het intrekken van de subsidie er veel verenigingen gestopt zijn, omdat ze het financieel niet bol konden werken. Wij willen en kunnen niet opgeven omdat we vinden dat we in een behoefte voorzien voor onze 260 leden in de Peel. Beweegactiviteiten, ontmoetingen, informatie en ondersteuning blijven onze kern activiteit.

We voelen ons gesteund door u als lid en deelnemer aan de activiteiten die wij organiseren, door alle personeelsleden van de Reuma afdeling van het Elkerliek ziekenhuis en door onze sponsoren en de subsidie van de gemeente Helmond. Veel dank daarvoor.
We hopen dat u weer van ons blad gaat genieten en de informatie gaat lezen. Tot slot zeg ik met al mijn andere bestuursleden:
Tot ziens bij een van onze activiteiten.
Teun van den Bosch, Voorzitter.

INHOUD

3	Van de voorzitter
4	Uitnodiging ALV en Bingo
5	Herdenking Frieda Agenda Bedankje
6	Gek op Holland Quiz
7	Kerststukjes maken
8/9	Beweeggroepen
10	Kerstviering Automaatje
11	Reuma Inn Koffie-uurtje
12	vacatures vrijwilligers
13	Terugblik creauurtje
14	Terugblik filmavond

UITNODIGING ALV EN BINGO

Graag willen we u uitnodigen voor de

Algemene Ledenvergadering van
"Vereniging Reuma Actief de Peel"

Deze wordt gehouden op: Dinsdag 30 september 2025.
Waar: Wijkhuis "Westwijzer" Cortenbachstraat 70, 5707 TH Helmond.

Aanvang: 19.30 uur, vanaf 19.00 uur is de zaal open.
U wordt ontvangen met koffie/thee en krijgt verder nog 2 consumpties aangeboden.

AGENDA:

1. Opening door de voorzitter Teun van den Bosch en terugblik 2024
2. Jaar thema: Het jaar van de verandering zet door!
3. Mededelingen en eventueel in te dienen agendapunten
4. Ingekomen stukken
5. Goedkeuren notulen ALV van dinsdag 16 april 2024 (zie notulen ook op www.reumadepeel.nl)
6. Financieel jaarverslag 2024, begroting 2025 en informatie beweeggroepen door penningmeester Jos van den Boomen
7. Verslag kascommissie van Marianne Loring en Lisette Welten (reserve Ine van der Heijden)
8. Benoeming nieuwe kascommissie 2025
9. Bestuur bestaat momenteel uit:
   Voorzitter Teun van den Bosch, Penningmeester Jos van den Boomen, Secretaris Bea Schepers, Beweegcoördinator Astrid van de Ven en Activiteitencoördinator Eva-Maria Bilbik. Dit zouden we graag willen uitbreiden! Mocht uzich ook kandidaat voor het bestuur willen stellen dan kan dit tot één week vóór de vergadering bij de secretaris (per mail: info@reumadepeel.nl)
10. Rondvraag
11. Sluiting

- Korte pauze en hierna volgt de bingo.

Namens het bestuur, Bea Schepers, secretaris

HERINNEREN MET EEN GLIMLACH

Dat stond er onder andere op de kaart die uitgereikt werd na de begrafenis van Friedy Dekkers-van den Nieuwenhof.

Friedy overleed op 24 oktober 2023en werd enkele dagen later begraven tijdens een indrukwekkende en zeer druk bezochte dienst.

Zij had bepaald dat er tijdens de dienst of in plaats van bloemen, geld gedoneerd kon worden aan onze verenging Reuma actief de Peel.

Friedy was namelijk 40 jaar geleden een van de initiatiefnemers en medeoprichter geweest van onze club. Zij had tijdens haar ziekte de wens uitgesproken met de woorden: Doe er iets moois mee voor de club.

Als bestuur hebben we lang na gedacht: hoe kunnen we deze gift besteden die in de lijn ligt met Friedys wens en persoonlijkheid.

Friedy was altijd een lid wat aanwezig was: gezellig en zeer communicatief. Daarom vonden wij het een goed idee om dit geld aan ons info blad “Het Kontakt” te besteden. We vinden dit ook een eerbetoon aan Friedy.

Friedy we blijven jou met een glimlach herdenken en gedenken, ook door dit blad.
Veel dank daarvoor.
Teun van den Bosch, Voorzitter.

vereniging ReumaActief de Peel

AGENDA

26 september	Koffieuurtje
30 september	ALV + Bingo
07 oktober	Reuma Inn
28 oktober	Gek op Holland quiz
31 oktober	Koffieuurtje
04 november	Reuma Inn
14 november	Vrijwilligersavond
28 november	Koffieuurtje
09 december	Kerststukjes maken
13 december	Kerstviering

BEDANKT

Een half jaar geleden hebben we via de nieuwsbrief gevraagd wie er eventueel bereid is om “het Kontakt” te bezorgen in zijn of haar buurt.

Hier kwamen een 8-tal aanmeldingen voor, maar helaas te weinig om daadwerkelijk gebruik van te maken, omdat ons verspreidingsgebied zo groot is. We hebben daarom besloten om, net als voorheen, het blad per post te laten bezorgen. Door de lagere prijs van de uitgever was dit relatief goedkoop.

Toch willen we als bestuur de mensen die zich opgegeven hadden bedanken voor hun bereidwilligheid om dit te gaan doen.
We voelden ons als bestuur zeer gesteund door jullie. Bedankt daarvoor!

Teun van den Bosch
Voorzitter.

GEK OP HOLLAND QUIZ 28 OKTOBER 2025

Dit is een uitnodiging voor een **gek op Holland pubquiz**. Laat zien dat jullie die ultieme kenners zijn tijdens deze quiz.
Met vragen over verschillende onderwerpen is er voor iedereen een uitdaging.

Aan het einde van het spel wordt de score opgemaakt en krijgen de winnaars een toffe prijs!!!

Wees voorbereid op een avond vol Hollandse humor en kennis.

Locatie: Wijkgebouw “Westwijzer”
Cortenbachstraat 70, Helmond

Wanneer: dinsdag 28 oktober 2025
19:30 uur tot ongeveer 22:00 uur
(zaal open 19:00 uur)

Kosten: € 12,50 voor leden
€ 15,00 voor introducés

Van de vereniging worden jullie 1 gratis consumptie en lekkere snacks aangeboden.

Opgeven graag vóór 14 oktober a.s.
bij Eva-Maria Bilbik
via activiteiten@reumadepeel.nl
of appen/bellen naar 06-13 19 78 81.

OPROEP AAN ONZE LEDEN!!

Al jaren zijn wij als bestuur elk jaar bezig om wat leuke activiteiten voor onze leden te organiseren.

Nou valt ons de laatste tijd steeds vaker op dat wij maar weinig aanmeldingen voor de activiteiten binnen krijgen, en zeker na de coronapandemie.

Wij weten helaas niet wat de redenen daarvoor zijn. Misschien vinden jullie de activiteit niet leuk, past het tijdstip niet of het heeft ergens anders mee te maken.

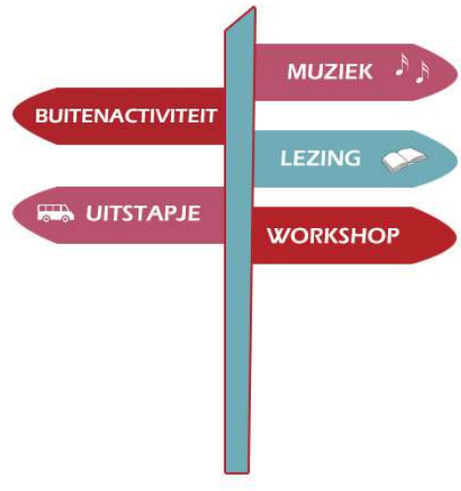
Daarom hebben wij besloten om deze oproep te plaatsen met de vraag om wat ideeën en suggesties aan ons door te geven, welke activiteiten jullie een keer leuk zouden vinden en waar misschien wat meer belangstelling binnen de vereniging voor is.

De activiteiten moeten wel betaalbaar blijven voor iedereen met het oog op het wegvallen van de subsidie door Reuma Nederland sinds 1 januari 2024.

Wij hopen dat jullie ons willen helpen met wat leuke ideeën voor het organiseren van de activiteiten in de toekomst.

Jullie kunnen deze doorgeven aan
Eva-Maria Bilbik
via activiteiten@reumadepeel.nl
of appen naar 06-13 19 78 81.

IEDEREEN ALVAST BEDANKT !



CREATIEVE BLOEMSCHIKKERS VERZAMELEN!

Ook dit keer in december gaan we samen een kerststuk maken. Het wordt weer een origineel stuk, dat we nog niet eerder gemaakt hebben. Helaas is dit voor Sjan en mij (gerrie) de laatste workshop is die wij gaan organiseren.

Wat gaan we doen? Vanuit een houten basis werken we met perentakken, kerstgroen en een mooie grote amarylisbol. En wellicht is er nog plek voor een paar extra bloemen, die op een creatieve manier worden verwerkt.

Wij gaan er wederom voor zorgen dat er genoeg hulp geboden wordt, zodat iedereen weer met een mooi stuk naar huis kan gaan.

Waar: Wijhuis "de Westwijzer",
Cortenbachstraat 70, Helmond.

Wanneer: Op dinsdag 9 december.
Ook deze keer kunt u weer kiezen tussen 2 mogelijkheden:

- In de middag van 14.00u - 16.00u
- In de avond van 19.30u - 21.30u

Belangrijk om te weten dat we dit jaar meer gereedschap vragen om mee te nemen, namelijk:

- een scherpe snoeischaar
- een scherp mesje
- een scherp tangetje om ijzerdraad mee te kunnen knippen
- een goed te hanteren hamer

zorg er aub voor dat de tangetjes en messen scherp zijn. Met handen die al niet zo soepel kunnen bewegen, is het uiterst belangrijk dat je materiaal goed en scherp is!!!!!

wat zijn de kosten?
voor leden 17,50 en voor niet leden 20.00 euro.

inschrijven kan tot uiterlijk 25 november
bij Eva Maria Bilbik:
activiteiten@reumadepeel.nl of
bellen/appen naar 06-13 19 78 81.

Geef duidelijk aan of je 's middags of 's avonds wilt komen.
wees er snel bij want vol is vol.

Sjan en Gerrie

VERANTWOORDING

De redactie van ’t Kontakt houdt zich op generlei wijze verantwoordelijk voor de inhoud van, op verzoek van derden, geplaatste artikelen en evenmin voor de inhoud van de advertenties. Advertenties in ’t Kontakt houden geen automatische aanbeveling in door Vereniging ReumaActief de Peel. Zelfmedicatie kan risico’s inhouden, raadpleeg daarom eerst uw arts.

BEWEEGGROEPEN

(Aangepast voor reumapatiënten)

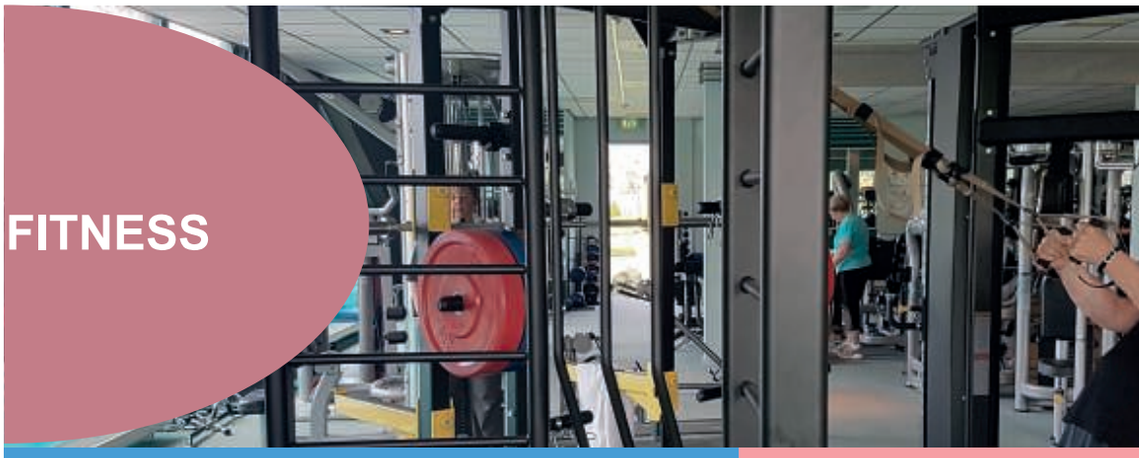
Al onze beweeggroepen zijn geschikt voor mensen met reuma en er wordt rekening gehouden met ieders belastbaarheid. Tijdens het bewegen wordt u begeleid door gediplomeerde instructeurs.

Bij elke beweeggroep kunt u gratis een proefles bijwonen. Neem hiervoor contact op met onze bewegingscoördinator:
cbg@reumadepeel.nl of Tel: **06 295 33 388** of kijk op onze website: **www.reumadepeel.nl**

BEWEGEN IN WARM WATER

€ 72,50 per kwartaal

Zwembad De Braak (Optisport) **Rembrandtlaan 16** **Helmond**	• **Woensdag 13.15 - 14.00 uur**
Zwembad de Abeel **Dorpsweg 16** **Someren**	• **Maandag 19.00 - 19.45 uur** • **Zaterdag 8.45 - 9.30 uur**
Zwembad de Kuip (Rijtven) **Loop 5** **Deurne**	• **Dinsdag 12.15 - 13.00 uur** • **Woensdag 19.15 - 20.00 uur**



FITNESS

€ 78,00 per kwartaal

Sportschool Move your body
Nobisweg 1a
Asten

- **Donderdag**
  13.30 - 14.30 uur

STOELYOGA

€ 35,00 per kwartaal

Gymzaal Elkerliek ziekenhuis
Wesselmanlaan 25
Helmond

- **Maandag**
  19.15 - 20.15 uur

LIDMAATSCHAP OPZEGGEN

voor het lidmaatschap dient u 1 maand voor het verstrijken van het jaar schriftelijk op te zeggen.
Voor de beweegactiviteit dient u 1 maand voor het einde van het kwartaal schriftelijk op te zeggen.

Bij te late opzegging of annulering kan géén restitutie van betalingen plaatsvinden i.v.m. reeds gemaakte kosten.

INSCHRIJVEN EN VOORWAARDEN

Voor deelname aan een of meer van onze beweegactiviteiten, kunt u zich inschrijven via onze website: **www.reumadepeel.nl**
Hier kunt u ook onze voorwaarden lezen en vindt u meer informatie over onze beweeggroepen.
Of neem contact op met
onze beweegcoördinator:
cbg@reumadepeel.nl of bel 06 295 33 388

KERSTVIERING 2025

Héél graag willen we onze leden weer uitnodigen voor de jaarlijkse kerstviering op zaterdag 13 december 2025.

We hebben gekozen voor een héérlijke High Tea in de middag. Zeer uitgebreid, dus gezellig samen tafelen.

Locatie: Strabrechtse Hoeve,
Aardborstweg 19,
5731 PS Mierlo.

Aanvang: 13.00 uur. Zaal open om 12.45 uur

Ontvangst met een alcoholvrije “bubbel”.
Daarna gaan we genieten van al het lekkers, zoet en hartig, dus voor elk wat wils.
Thee, koffie en 2 consumpties zijn inbegrepen.

Daarna hebben wij een zeer sfeervol muzikaal optreden dat oog en oor streelt.

De kosten voor deze middag: €. 35,00 p.p
U mag 2 introducees meebrengen.

Graag aanmelden vóór 1 december a.s. bij Eva Maria Bilbik via activiteiten@reumadepeel.nl of bellen/appen naar 06-13 19 78 81

Om het zeker niet te vergeten mag u zich NU ook al opgeven.

We hopen op een grote opkomst om samen met ons deze speciale middag te vieren.
Wij hebben uiteraard weer ons best gedaan…

De kerstcommissie,
Marianne Loring en José Damen

KENT U AUTOMAATJE?

Beste leden,
Wilt u graag meedoen aan een van onze activiteiten, maar u heeft geen eigen vervoer? Dan kijken we graag samen met u of er iets geregeld kan worden.

Stuur een e-mail naar
activiteiten@reumadepeel.nl of naar info@reumadepeel.nl
Of bel/app naar 06-48571220
met de volgende vermelding:

- De datum en de activiteit waarin u wilt meedoen
- Uw adres

Samen kijken we naar de mogelijkheid dat u mogelijk fijn met iemand kunt meerijden.

Naast dat we binnen de vereniging naar evt mogelijkheden kijken, bent u al bekend met Automaatje? Automaatje is een initiatief van de ANWB waarbij vrijwilligers hun eigen auto gebruiken om voor minder mobiele mensen vervoer mogelijk te maken, zoals naar de huisarts, familiebezoek of om toch deel te kunnen nemen aan onze activiteiten.

Contactgegevens:
ANWB Automaatje Helmond
Telefoon: 0492-75 17 35
E-mail: anwbautomaatjehelmond@levgroep.nl
LEV Groep Helmond
Telefoon: 0492-59 89 89
LEV Groep Deurne
Telefoon: 0493-44 14 05
Onis Asten/Someren
Telefoon: 0493-44 12 66
E-mail: automaatje@oniswelzijn.nl

Voor meer informatie kunt u ook kijken op de website:
https://www.levhelmond.nl/lokaal-aanbod/zorgen-voor-elkaar/anwb-automaatje

Of u kunt bij uw eigen gemeente naar lokale vervoersmogelijkheden informeren.
Zo kan iedereen deelnemen aan onze mooie activiteiten!

Met vriendelijke groet,
Geran Rooijackers

De eerstvolgende ReumaInn na onze zomervakantie vindt plaats op dinsdag 7 oktober.

Onze gastspreker:
Tandarts Chris dekker en assistente Martine.
Zij zijn beide werkzaam in tandartspraktijk CWH in Helmond.

Het thema van deze bijeenkomst:
Reuma en Mondverzorging.

EEN MOOI EXTRAATJE

De eerste 35 aanwezigen bij de Reuma Inn van 7 oktober maken kans op een goody-bag (natuurlijk zonder zoetigheid).

Alle Reuma Inn bijeenkomsten zijn van 20.00u tot 22.00u en vinden plaats in zaal Roosevelt van “Het vergadercentrum” (ligt naast grote fietsenstalling) van het Elkerliek ziekenhuis, Wesselmanlaan 25 te Helmond.

De entree is gratis voor iederee die geïnteresseerd is, u hoeft geen lid te zijn. De koffie en thee staat voor u klaar. Vooraf aanmelden is niet nodig.

Meer info:
Vereniging ReumaActief de Peel organiseert ongeveer maandelijks een Reuma Inn, met telkens een ander thema.

Voor meer info zie www.reumadepeel.nl of Email naar:
Pr.cvh@reumadepeel.nl
of
jkdekker@outlook.com

Noteert u alvast de datum van onze laatste de Reuma Inn van dit jaar in uw agenda:
Op dinsdag 4 november is Mw. Christel Dekker van "Uw Verzuimregiseur" onze gastspreker.

Wij hopen u graag te ontmoeten bij onze Reuma Inn.

KOFFIE-UURTJE

Gewoon een gezellig samenzijn.
Misschien voor een luisterend oor of een gezellig gesprek.

En dat onder het genot van een kopje koffie of thee.
(de eerste 2 kopjes koffie of thee zijn voor de leden gratis)

Waar:
Wijkhuis de Westwijzer
Cortenbachstraat 70, Helmond

Wanneer:
Vrijdag 26 sept
Vrijdag 31 okt
Vrijdag 28 nov
Vrijdag 26 dec is er geen koffie-uurtje, ivm Kerstmis

Het koffie-uurtje is van 10.00 u tot 11.30 u
Vooraf opgeven hoeft niet. U kunt gewoon binnen wandelen

Het koffie-uurtje is op elke laatste vrijdag van de maand en iedereen is welkom. Ook als u geen lid bent.
Komt u liever niet alleen, breng dan gerust iemand mee.

ReumaActief de Peel vraagt Vrijwilligers en Bestuursleden

Patiëntenvereniging ReumaActief de Peel is een actieve vereniging met zo'n 300 leden. Een actieve vereniging die de nadruk legt op lotgenotencontact en wat mensen kunnen en waar ze plezier in hebben.

De vereniging besteedt o.a. samen met de afdeling Reumatologie aandacht aan de medische, maatschappelijke en sociale aspecten van reuma.

Daarnaast biedt zij de mogelijkheid tot bewegen, het bijwonen van lezingen en deelname aan leuke activiteiten.

Met een zeer mooie groep vrijwilligers wordt dit alles mogelijk gemaakt!!

Om dit te continueren en uit te breiden zijn wij op zoek naar extra vrijwilligers en bestuursleden:

- **Bestuursleden**
  2 tot 3 vrijwilligers voor extra uitbreiding van het bestuur voor zowel algemene zaken, maar ook voor het overnemen van huidige functies in 2026.

- **Notulist**
  1 vrijwilliger voor het mede maandelijks notuleren van
- de bestuursvergaderingen.

– **Acquisitie Sponsoring**
  2 vrijwilligers die het bestuur willen ondersteunen met het opzetten van sponsoring.

– **PR**
  1 vrijwilliger voor uitbreiding van de PR afdeling, voor oa het samenstellen van de nieuwsbrief en het verenigingsblad. Tevens zoeken we iemand die gek is op Social Media.

– **Vrijwilligers algemeen**
  Vrijwilligers zijn altijd meer dan welkom! Vind je het leuk om een bijdrage aan de vereniging te leveren en heb je een leuk idee, laat het ons ook zeker weten!

Om u op te geven hoeft u geen lid te zijn van de vereniging.

We kijken uit naar uw reactie!!

Voor meer informatie over de vereniging: **www.reumadepeel.nl**
Voor vragen en contact: **Info@reumadepeel.nl** of **voorzitter@reumadepeel.nl**
Telefonisch: **06-48571220**

(tip; maak een foto met uw GSM van deze flyer)

CREAMIDDAG

Op dinsdagmiddag 15 april werd er met een aantal dames een dienblad gemozaïekt.

Sommigen hadden thuis al bedacht wat ze wilden maken, en wat voorwerk gedaan. En sommigen mozaïekten uit de vrije hand.

We hadden allemaal een andere kleur steentjes in gebruik. Dat was heel fijn, zo was er voor ieder genoeg. Anita had het voorwerk gedaan. Zij had al veel steentjes klein gemaakt en op kleur in potjes gedaan.

Alles was goed voorbereid, geweldig dames!
Zo konden we in de 2 uurtjes allemaal ons kunstwerk af hebben. Het inwassen konden we thuis doen, waar we het materiaal voor mee kregen.

Teun kwam nog even gezellig langs om te kijken hoe we het deden.
Het was een geweldig leuke en gezellig middag, met mooie creaties.

Bedankt Anita en Anita

ALLE FOTO'S BEKIJKEN

Wist u al dat alle foto's te zien zijn op onze website?
https://reumadepeel.nl/01-paginas/06-Fotos&Verhalen.php

FILMAVOND

Op dinsdagavond 13 mei werd er, speciaal voor onze leden, een mooie film gedraaid in de Cacao-fabriek in Helmond.

De film "Burgemeestersmoord" vertelt het waargebeurde verhaal van de moord op burgemeester Piet Smulders (Someren) en burgemeester Willem Wijnen (Asten) ten tijden van de tweede wereldoorlog. Beiden zaten in het verzet en hebben er alles aan gedaan om het de bezetter zo lastig mogelijk te maken.

Wanneer je dan zo'n film zit te bekijken, besef je je weer wat dit toch een verschrikkelijke tijd moet zijn geweest. Ik vond het zeer indrukwekkend.

Na de film kregen we nog de gelegenheid om gezellig wat na te kletsen onder het genot van een drankje.
Voor mij was het echt een avondje uit. En ik had de film eigenlijk al eerder willen gaan kijken, maar ik was te laat! Nu kreeg ik zomaar een nieuwe kans in de schoot geworpen.

Groetjes Lisette Welten

VOOR MEER INFORMATIE

In dit blad vindt u een mooi overzicht van alle activiteiten en beweeggroepen.

Bent u dit blad nu aan het lezen en lijkt het u wel iets om bij onze vereniging aan te sluiten?
Misschien om te bewegen of om lotgenoten te ontmoeten?

Dan kunt u altijd meer informatie vinden op onze website
https://reumadepeel.nl/
Daar vindt u informatie over de beweeggroepen, alle activiteiten en over de Reuma Inn en het koffie-uurtje.

U kunt ons ook vinden op facebook
https://www.facebook.com/Reuma Actief de Peel

vereniging ReumaActief de Peel

RECEPT

KLIEKJES TORTILLA PIZZA

Een makkelijke en budgetvriendelijke pizza met oneindig veel variaties. Door een tortilla te gebruiken hoef je niet te kneden!

Besmeer een tortilla met 2 eetlepels tomatensaus en beleg met hetgeen je in de koelkast tegenkomt.

Wat lekker kan zijn:
plakje salami, parmaham, mozzarella, olijven of overgebleven groenten...

Voor deze pizza gebruikten we:
grof gesneden uienringen
halve tomaatjes
gele paprika
rucola.

Bereidingswijze:

- Verwarm de oven tot 180 graden onder-warmte.
- Verhuis de pizza na 10 minuten naar de bovenste verdieping en zet de grill aan.
- Verwarm daarna nog een minuut of 5. Houd het wel een beetje in de gaten.
- Haal uit de oven, bestrooi met basilicum en/ of Parmezaanse kaas.

Dit is een van de favoriete recepten van Anita Witzier uit „Anita's Kookboek"
Bron: ReumaNerland

Martens Schoenen
en Orthopedie
info@martensschoenen.nl - www.martensschoenen.nl

- Modieuze confectieschoenen
- (Semi-)Orthopedische schoenen
- Verbandschoenen
- Steunzolen en supplementen
- Elastische kousen en aantrekhulpmiddelen
- Reparatie

Heistraat 87
5701 HJ Helmond
Tel. 0492 - 524580

@martensschoenen Martens Schoenen

Fysiotherapie
Leonardus
www.fysiotherapieleonardus.nl
fysiotherapie@gcleonardus.nl
0492 508080

revalide
Helmond
SAMEN WERKEN
AAN UW HERSTEL
www.revalidehelmond.nl
helmond@revalide.nl
0492 508081

Wethouder Ebbenlaan 131
5701 AH Helmond

Contact

Voor meer informatie of aanmelden als lid, kunt u onze vereniging bereiken via onderstaande gegevens

Postadres: Dolomieten 35, 5706 RK Helmond
Email: info@reumadepeel.nl
Telefoon: 06-48571220
Website: https://reumadepeel.nl/

Vereniging ReumaActief de Peel is ingeschreven bij KVK te Eindhoven onder nummer 40237870

Bestuur

Voorzitter	Teun van den Bosch	voorzitter@reumadepeel.nl
Secretaris	Bea Schepers	info@reumadepeel.nl
Ledenadministratie	Bea Schepers	leden@reumadepeel.nl
Penningmeester	Jos van den Boomen	penningmeester@reumadepeel.nl
Beweegcoördinater	Astrid van de Ven	cbg@reumadepeel.nl
Activiteitencoördinater	Eva Maria Bilbik	activiteiten@reumadepeel.nl

Lid worden

U kunt zich inschrijven via onze website.
Om in te schrijven of voor informatie kunt u ook contact opnemen met info@reumadepeel.nl of telefonisch via 06-48571220

De contributie bedraagt **€27,50 per kalenderjaar**. (Bij aanmelding gedurende het lopende kalenderjaar wordt een korting toegepast op het jaarbedrag)
IBAN-nummer van de vereniging: **NL 70 RABO 0115 4051 27**

We zijn aangesloten bij:
Nationale vereniging ReumaZorg Nederland(www.reumazorgnederland.nl)
En werken samen met de poli Reumatologie van het **Elkerliek ziekenhuis**

Colofon

Redactie Kontakt	Lisette Welten Astrid van de Ven	pr.lw@reumadepeel.nl cbg@reumadepeel.nl
Public Relations	Lisette Welten Christ van Hout	pr.lw@reumadepeel.nl pr.cvh@reumadepeel.nl
Drukwerk	Editoo Veenendaal	

DIT BLAD IS MEDE TOT STAND GEKOMEN DOOR FINANCIËLE STEUN VAN SPONSOREN