Patiëntenvereniging Hoofd-Hals PVHH
"de Klinknagel" Deventer
Secretariaat: het Bij te 21 7413 RM Deventer

patiëntenvereniging HOOFD HALS

Nieuwsbrief Februari/ Maart 2023

Voorwoord

Hallo lieve mensen,

Nu komt het voorwoord van een andere kant. Omdat Dini Velderman ons als bestuurslid heeft verlaten en ook als waarnemend voorzitter mag ik (Nancy) het nu schrijven.

We hebben met zijn allen tijdens de bijeenkomsten een mooi jaar 2022 gehad met natuurlijk het jaarlijkse uitstapje. En het ligt vanzelfsprekend in de bedoeling om van 2023 ook een fantastisch jaar te maken. Een jaar, waarin jullie ook inspraak hebben op wat er georganiseerd gaat worden.

De eerste bijeenkomst hebben we al gehad en hierbij hebben we afscheid genomen van Dini Velderman, die zich jarenlang heeft ingezet voor onze vereniging, waarvoor onze dank.

Ik hoop dat iedereen weer volop aanwezig gaat zijn tijdens de bijeenkomsten. En u kunt natuurlijk altijd suggesties geven over wat we kunnen organiseren.

Ik wens iedereen namens het bestuur weer veel leesplezier met deze nieuwsbrief.

Nancy Braam

Voor uw agenda

De overige data voor dit jaar zijn:

4 maart 2023 Districtsbijeenkomst, zie verderop in deze Nieuwsbrief

7 juni 2023 het jaarlijkse reisje

2 september 2023 Districtsbijeenkomst

4 november 2023 Districtsbijeenkomst

“Mijn hond rook de tumor in mijn neus”

Augustus 2019 had ik, Jomaro Kooke (53), niet kunnen bedenken hoe mijn leven er nu uit zou zien. Iedere ochtend ben ik een half uur bezig om mijn prothese, een kunstneus, aan te brengen op mijn gezicht, ´s avonds dezelfde handeling in omgekeerde volgorde. En het schoonmaken van mijn holtes. Mijn leven staat volledig in het teken van mijn neus. Eigenlijk moet ik zeggen: in het teken van de neus die ik niet heb.

In Augustus 2019 ontdekte ik een klein puistje in mijn neus. Door mijn allergie, hooikoorts in een uitgebreide variant, was ik altijd al met mijn neus bezig. Dus een puistje viel al snel op. Voor de zekerheid bezocht ik mijn huisarts die mij met antibiotica-zalf naar huis stuurde. Na 2 weken gesmeerd te hebben zonder resultaat ging ik terug naar de huisarts. Deze moest overleggen met de KNO-arts en ’s middags kreeg ik een telefoontje van de assistente dat er een recept voor honingzalf klaar lag bij de apotheek.
Honingzalf? Als antibiotica-zalf al niet helpt wat moet ik dan met honingzalf? Dit nog een week geprobeerd en toen stuurde mijn huisarts mij door naar de KNO-arts van het Amstelland Ziekenhuis in Amstelveen. Deze arts vertrouwde het niet en nam een biopt. Het biopt raakte in eerste instantie zoek maar kwam uiteindelijk toch aan in het VUMC, waar ik naar door was verwezen door het Amstelland.

Biopt
Uit het biopt bleek dat het om een plaveisel-celcarcinoom ging. De KNO-arts en radioloog/oncoloog adviseerden bestraling waarmee ik in november 2019 begon. Het traject van 27 bestralingen viel mij zwaar. Al na een week kreeg ik last van bijwerkingen. Mijn slijmvliezen raakten verkleefd, ik had last van bloedingen, korstjes en veel pijn. Ik sliep slecht omdat ik mijn masker dat ik gebruik vanwege mijn slaapapneu, niet kon gebruiken. Gelukkig had ik veel steun aan Gerrit Blom, mijn radioloog-oncoloog. Een arts met oprechte belangstelling die echt verder kijkt dan de patiënt die voor hem zit. Hij kon mij op lastige momenten weer motiveren; hij hield mij voor dat opereren echt meer nadelen met zich mee zou brengen dan de bestralingen. Ook mijn partner Carl, met wie ik ruim 26 jaar samen ben, is een geweldige steun voor mij geweest en nog steeds! Ik moet er niet aan denken dat ik dit proces alleen door had moeten maken.

Blogs
20 december 2019 kreeg ik mijn laatste bestraling. Ik merkte dat de pijn minder werd en dat de buitenkant van mijn neus langzaam herstelde. Het wachten was op de MRI-scan die gepland stond voor eind maart ‘20, drie maanden na de laatste bestraling. Ik schreef in deze periode blogs die ik plaatste op Facebook. Ik was erg open over wat me was overkomen en nodigde de mensen om me heen uit om zoveel mogelijk vragen te stellen. Eerlijk gezegd schuilde hier wel de angst achter dat mensen me zouden vermijden door mijn veranderde uiterlijk. Mijn tijd ging daarnaast op aan de zorg voor mijn moeder die dementerend was. Op 12 maart 2020 is ze overleden, in de week waarin Nederland voor het eerst op slot ging als gevolg van de COVID-19 pandemie. Haar uitvaart werd gekenmerkt door beperkingen; we hadden haar graag een mooier en waardiger afscheid gegeven.

Kenzo
De MRI-scan van eind maart bleek minder duidelijkheid te geven dan gehoopt. Met de mededeling van het ziekenhuis dat er eind mei een nieuwe MRI zou volgen, ging ik niet akkoord. Met hulp van mijn huisarts kon er uiteindelijk toch een biopt genomen worden omdat ik vreesde dat de tumor nog actief was. Ik werd in dit idee gesterkt omdat Kenzo, één van mijn windhonden, constant aan de linkerkant van mijn neus rook. Ook wanneer ik mijn hoofd wegdraaide, zocht Kenzo de linkerkant van mijn neus op.
Eind april bleek uit het biopt dat de kanker nog actief was. Op de aanvullende echo was te zien dat er inmiddels ook een uitzaaiing zat in mijn lymfeklier in mijn hals. Met de KNO-arts was al eerder besproken dat er bij actief tumorweefsel een kleine operatie zou volgen. Helaas bleek nog de helft van de tumor aanwezig te zijn; de bestralingen hadden te weinig gedaan.

Tot onze ontsteltenis stelde de KNO-arts geen kleine operatie voor, maar een neusamputatie. Deze mededeling kwam keihard binnen, alle clichés zijn op zo'n moment waar. De arts probeerde me gerust te stellen met de opmerking dat een prothese een heel mooi resultaat zou geven.
In het Antoni van Leeuwenhoek (AvL) heb ik een second opinion gevraagd. Ook hier kreeg ik de bevestiging dat een amputatie nodig was. Ik werd in het AvL zo warm ontvangen dat ik besloot om me hier verder te laten behandelen.

Amputatie
Door de KNO-arts van het VUMC werd ik in contact gebracht met Els Captijn die circa 10 jaar voor mij een neusamputatie had ondergaan. Els heeft mij geweldig geholpen bij de voorbereiding op mijn operatie. Ze was bereid om haar neus eraf te halen tijdens een FaceTime-gesprek, zodat ik het verschil met en zonder neusprothese kon zien. Door haar hulp durfde ik uiteindelijk de operatie aan die op 14 mei 2020 plaatsvond. Met Els heb ik heel fijn contact gehad. We hoopten elkaar na de corona-crisis 'in het echt' te kunnen ontmoeten. (Helaas overleed zij juni 2021 en heb ik haar nooit meer kunnen ontmoeten.)
De avond voor de operatie heb ik bij wijze van afscheid een fotosessie gedaan, samen met Carl. Ik wilde nog één keer mét mijn eigen neus op de foto.
De operatie verliep zonder complicaties en duurde zeven uur. Mijn hele neus is geamputeerd en daarnaast zijn 41 lymfeklieren verwijderd. Van mijn rechterbovenbeen is donorhuid gehaald en geplaatst op de plek van de neuswond. De eerste twee nachten heb ik op de IC doorgebracht vanwege de medicatie die ik kreeg tegen de inzinking waardoor ik overmand werd na de operatie. De eerste nacht op de IC was al gepland vanwege mijn slaapapneu. Omdat de verpleging zag hoeveel steun ik aan Carl had, werd er voor hem een extra bed op mijn IC-kamer geplaatst. Dit is maar één van de vele voorbeelden waaruit bleek hoezeer de artsen en verpleegkundigen met ons meeleefden en meedachten in het AvL.

Kijken
Op de vierde dag na mijn operatie was ik zover dat ik een stukje van mijn wond wilde zien. Tijdens de rit van de IC naar de verpleegafdeling hadden de verpleegkundigen de spiegel in de lift afgeplakt, zodat ik in mijn eigen tempo aan mijn nieuwe uiterlijk kon wennen. Er was een verpleegkundige op de afdeling die al eerder iemand verzorgd had met een neusamputatie. Zij werkte stapje voor stapje met mij toe naar het moment waarop ik de wond wilde zien. Eerst een stukje van de wond en een dag later de hele wond. Ik moet zeggen dat ik het minder heftig vond dan ik had verwacht. Natuurlijk was het erg confronterend, maar ik raakte er toen niet van overstuur. Ook Carl niet, die kijkt zonder blikken of blozen naar alles wat bloederig is. Dat kwam nu goed van pas. Al met al zijn we heel goed opgevangen in het AvL. Je bent er natuurlijk liever niet, maar als het dan toch moet, dan graag in dit ziekenhuis.

App-groepje
Eenmaal thuis begon het proces van acceptatie dat ik het de rest van mijn leven zonder neus zal moeten doen. Ik werd bijgestaan door een psycholoog; ik heb 24 gesprekken met hem gehad. Mijn gezicht is verminkt en daar moet ik mee leren leven. Ik vind mezelf niet meer mooi: dat zie ik twee keer per dag tijdens het aanbrengen en verwijderen van mijn prothese. Ook de praktische kant kost me veel energie. Ik ben bijvoorbeeld ´s morgens een half uur bezig om mijn neus goed vast te lijmen. Ik kan niet hup-uit-bed en even snel naar de bakker lopen. Er doen zich ook ander soort problemen voor. Zo heb ik veel ´gedoe´ gehad met mijn zorgverzekeraar over de vergoeding van schoonmaak-doekjes voor mijn prothese. Gelukkig heb ik veel steun aan een app-groep die inmiddels bestaat uit elf mensen die hetzelfde als ik hebben meegemaakt. We noemen ons de ´neuzen-maatjes´. Het is erg fijn om te communiceren met lotgenoten die aan één woord genoeg hebben. Hoezeer Carl en andere lieve mensen in mijn omgeving ook met me meeleven, ze begrijpen niet hoe het voelt om geen neus meer te hebben."

2020
2020 was een bewogen jaar waarin mijn uiterlijk drastisch veranderde en mijn moeder en zwager kwamen te overlijden. Door de corona-crisis waren Carl en ik erg op onszelf aangewezen. De wandelingen met onze honden Geisha en Kenzo hebben mij overeind gehouden. Ook kan ik veel kwijt in mijn liefde voor muziek. Ik maak voor een lokaal radiostation iedere donderdagavond een muziekprogramma. Ik ben erg perfectionistisch, dus ik besteed veel tijd aan de voorbereiding van het programma. ABBA, Donna Summer, Pointer Sisters, Stevie Wonder, Gregory Porter: 2 uur lang ben ik *on air* en in een andere dimensie. Bezig zijn met muziek doet me echt even alles vergeten. Een vorm van ontspanning die ik erg goed kan gebruiken.

Expositie
Onderdeel van de acceptatie van mijn nieuwe uiterlijk is ook de fotoserie die ik met mijn buurvrouw/vriendin Dolly Pieterson heeft gemaakt. Dolly heeft foto's gemaakt van mij mét en zonder neus. Op de foto's zijn verschillende emoties zichtbaar. Een aantal foto's is een weergave van de nieuwe werkelijkheid - namelijk Jomaro zonder neus. Maar er zijn ook foto's waar humor de boventoon voert. Kortom, een lach en een traan, zoals het hele leven is. De foto's hebben deel uitgemaakt van een expositie in Emmen. De galeriehouder heeft zelf op zesjarige leeftijd een zwaar ongeluk gehad. Hij is zelf gefotografeerd met dit zichtbare letsel. Zo kwam hij op het idee om een expositie te organiseren met foto's van vijf mensen die na een operatie of ongeluk in hun meest pure vorm gefotografeerd én geschilderd gaan worden, bijvoorbeeld zonder prothese. Ik heb mezelf flink blootgegeven; dat brengt me hopelijk weer een stapje verder in mijn acceptatieproces. Ik doe het overigens niet alleen voor mezelf; ik hoop ook dat andere mensen geïnspireerd worden om zichzelf te laten zien zoals ze zijn. En de overtuiging hebben of krijgen dat ze daar trots op mogen zijn.

Heden
Begin 2022 leek ik toch weer last te krijgen van een “dip”. Het accepteren van zo’n verminking doe je niet van de één op de andere dag. Ik had al gelezen over EMDR-therapie en via mijn arts in het AvL ben ik doorverwezen naar de afdeling psychiatrie binnen het ziekenhuis.
Hier heb ik 7 behandelingen van EMDR-therapie gekregen. Het was heel ingrijpend maar heeft mij uiteindelijk ontzettend goed geholpen. Het trauma, want dat mag je dit noemen, is als het ware naar de achtergrond van mijn herinneringen gegaan. Het is er wel maar niet meer zo dominant.

Inmiddels ben ik patiëntenvoorlichter voor het AvL en de PVHH voor mensen die hetzelfde als ik gaan meemaken of hebben meegemaakt. Afgelopen september heb ik meegedaan met de Make Sense Campagne van de PVHH en 8 oktober stond ik op de landelijke ontmoetingsdag met een Neuzen-maatje.

Zie ook: "Het is niet vanzelfsprekend dat ik kan zoenen" | PVHH

De PVHH is ook op Facebook te vinden:

We willen jullie attenderen op de Hoofd-Hals Facebookgroep. Dit is een besloten Facebookgroep waar ruim 425 mensen, geraakt door Hoofd-Halskanker, dagelijks met elkaar in gesprek zijn.
Je hoeft niet actief deel te nemen, alleen meelezen is uiteraard ook prima.
Deze groep is alleen bedoeld voor patiënten en hun naasten.

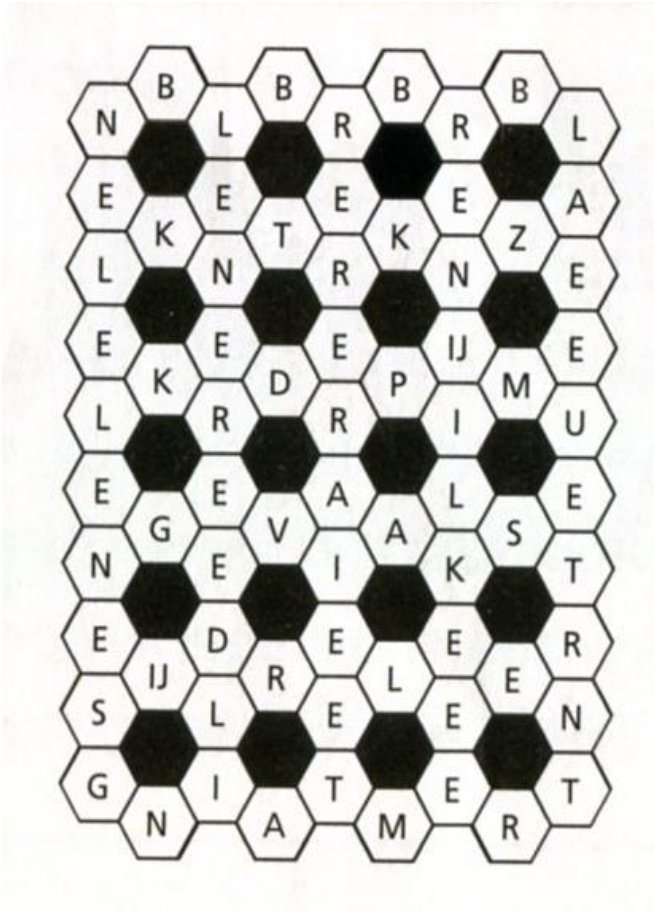
Zie: https://www.facebook.com/groups/262950898274800

SPREUKEN VAN LOESJE:

- **Bezuinigingen in de gezondheidszorg. Ik kom gratis de oren van het kabinet uitspuiten.**
- **Opwarming van de aarde: red de ijsjes en de beren.**
- **Klimaatontkenners: dankzij die eikels is het al herfst.**
- **Als de politici nou eens armoede bestrijden in plaats van elkaar.**
- **Rutte: regeren is vooruitschuiven….**

Nieuwe Puzzel

Oplossing vorige puzzel



In de volgende nieuwsbrief komen de antwoorden te staan en dan ook weer een nieuwe puzzel.

Als u eerder wilt weten wat de antwoorden zijn klik dan na 22 februari op de volgende link

https://pvhh.nl/informatie/organisatie/districten/deventer/

Vriendelijke groet,

Uw bestuur van het district Deventer PVHH

Verslag District bijeenkomst PVHH d.d. 14 januari 2023.

Voor het eerst kwamen we gelijk als voor Corona gebruikelijk was weer in grote getale bijeen. De verwachtingen waren hoog gespannen: niet alleen zou er weer een muzikaal optreden zijn maar ook zou die dag afscheid genomen worden van ons jarenlange 'boegbeeld' waarnemend voorzitster Dini Velderman. Voor deze gelegenheid fungeerde bestuurslid Coen Bakker als spreekstalmeester: hij reeg alle dagdelen aaneen tot een flitsend geheel.

De morgen werd ingeluid met een optreden van het Golden Oldies Duo en al snel wipten de voetjes op de vloer en werd er meegeklapt op echte Oldies die eenieder nog zo bekend waren.

In de Pauze kon iedereen vervolgens een Nieuwjaarsattentie ophalen: Bestuurslid Nancy Braam had voor iedereen een voor dat doel leuk ingepakte eeuwigdurende kalender in 3D gemaakt. Dat liet dan ook niemand zich ontgaan en al snel had iedereen voor zover mogelijk een kalender in de door haar of hem gewenste kleur.

Na de pauze gooiden de Golden Oldies er nog een schepje bovenop en tot spijt van de aanwezigen was na "kom van dat dak af…." de muzikale koek voor die dag wel op en werd het tijd voor de winterlunch: erwtensoep met roggebrood en spek.

Goed gevuld kon men vervolgens aan het middagdeel van de bijeenkomst beginnen. De scheidende waarnemend voorzitster Dini Velderman had van te voren geprobeerd de regie nog in handen te houden maar die was haar al eind vorig jaar ontnomen. Met allerlei uitvluchten en smoesjes hadden we haar hulp nu afgewezen. Dus ze wist niet c.q. kon ook niet weten, dat de overige bestuursleden veel contact met haar kinderen gehad hadden en met het aanleveren van enorm veel papierwerk een koninklijk besluit hadden bewerkstelligd om haar "een Lintje" te bezorgen.

Op haar vraag of er wat kinderen mochten komen hebben we even met antwoorden gewacht en prompt kwam enkele uren later al een mailtje of haar bericht wel doorgekomen was…. Toen hebben we positief geantwoord: "ja Dini, dat kan wel. We zetten er wel wat stoelen bij en die paar consumpties kunnen er nog wel af hoor". En ook bood ze aan nog de plantjes voor de verloting te halen. Nee Dini, nu even niet, daar hebben we nu al een andere oplossing voor bedacht… Ze voelde wel, dat er wat gaande was maar had totaal geen idee.

Dat echter niet alleen haar kinderen, maar ook de klein- en achterkleinkinderen na enig wachten in grote getale binnenkwamen verraste haar volkomen. En dat daar ook nog een loco-burgemeester van de gemeente Voorst met secretaresse bij aanwezig was verblufte haar totaal.

Ook waren er twee personen van het hoofdbestuur van onze vereniging maar daarvan had ze min of meer wel iemand verwacht. Dini houdt graag de regie in eigen hand en die regie was haar nu even ontnomen! Coen Bakker opende dit middagdeel met een Twello's gedicht in dialect waarna hij het woord aan De loco-burgemeester Peter Wormskamp gaf.

Deze memoreerde de vele jaren (23) die Dini aan de PVHH (vroeger NSVG) gewijd had en ook de verenigingen, waar ze nog meer in de loop der jaren haar medewerking aan verleend had: De lagere school De Hagewinde, muziekvereniging Cresendo en nog vele andere hand en spandiensten bij Groei en Bloei, een ponyvereniging enz., enz..

Teveel om op te noemen. Waar hulp nodig was werd Dini gevraagd en dat was nooit tevergeefs! Tijd dus om dit Koninklijk te waarderen en via het opspelden van de onderscheiding werd ze daarmee Lid in de Orde van Oranje-Nassau. Een grote koningsblauwe doos van de Kanselarij der Nederlandse Orden met verdere papieren en een mooi boeket maakte die verrassing compleet.

Daarna kwam Pauline Roelfzema (waarnemend voorzitster van het hoofdbestuur van de PVHH) aan het woord, die de voorgaande woorden nog eens bevestigde. Een erepenning van de vereniging had Dini al in het verleden uitgereikt gekregen dus nu bleef het nu bij een toespraakje en een mooi opgemaakt bloemstuk.

Ook het District liet zich niet onbetuigd en vertelde hoe men op Dini kon bouwen. Ze werd ook wel de moeder van het District genoemd: altijd bereid om mee te werken en dat met een geheugen van alle jaren PVHH/NSVG: geen enkele administratie kon daar nog tegenop!

En ook in de toekomst, zo heeft ze al aangegeven, zal ze graag nog hand- en spandiensten verrichten maar de bestuursverantwoordelijkheid laat ze nu aan de anderen.

Dini nam, even overmand door emotie, nog het woord en dankte iedereen voor dit gebeuren.

Waarna ook dit deel van de bijeenkomst opnieuw met een gedicht voorgedragen door Coen Bakker werd afgesloten. Daarna was er nog gelegenheid om nog even na te praten onder het genot van een hapje en een drankje. Daar hadden de aanwezigen wel oren naar, maar niet nadat ze allemaal in rij eerst Dini feliciteerden met de uitreiking van deze waardering. Beduidend later dan normaal gebruikelijk vertrokken de aanwezigen met een **tot ziens in maart**!

En Dini? Nog steeds een beetje onwezenlijk en beduusd, werd na afloop door haar familieschaar begeleid naar huis. Pas ’s avonds kon ze mailen: Dit had ik nooit kunnen dromen, dat het zo’n dag zou worden. Het was geweldig! En dat vonden wij ook. Onze missie om een fijn mens blij te maken was geslaagd.

En op de facebooksite van de gemeente Voorst vind u de gemeentelijke reactie. Zie gemeente Voorst - zoekresultaten | Facebook https://www.facebook.com/search/top/?q=gemeente%20Voorst

Bedankje van Dini.

Lieve mensen,

Iedereen bedankt voor jullie aanwezigheid op zaterdag 14 januari.
In het bijzonder een woord van dank aan het Districtsbestuur.
Coen heeft de aanzet gegeven met wat mij overkwam met de uitreiking van de Koninklijke onderscheiding.
Ik heb achteraf wel gehoord, dat daar samen met mijn kinderen veel werk aan is vooraf gegaan .
Het is een onvergetelijke dag geworden.
Maar ik hoop iedereen nog vele malen te mogen ontmoeten op de bijeenkomsten.

Groetend Dini Velderman

Komende Districtsbijeenkomst op zaterdag 4 maart 2023.

Op deze bijeenkomst zal in kort bestek eerst even een jaarvergadering gehouden gaan worden. We zijn immers voorzitter loos. Ons bestuurslid Nancy Braam heeft te kennen gegeven die functie wel te willen aanvaarden. Wij ondersteunen als bestuur dit uiteraard van harte en zien dat dan ook graag bevestigd door de dan aanwezige leden.

Ook zullen we even de financiële positie doornemen. De kascontrolecommissie (Evert van den Hoorn en Arnold Stuut) hebben de financiële verslaglegging al geaccordeerd, maar u als leden willen we daarvan uiteraard ook in kennis stellen.

Verder zoeken we dan naast oud bestuurslid Dini Velderman nog een nieuw kascontrole lid voor de overgang 2023/2024. En mocht zich nog iemand melden om uw bestuur te versterken, dan horen we dat uiteraard ook graag. Dit hopen we in een stief kwartiertje zoals men hier zegt even door te nemen, waarna het woord aan de voor deze bijeenkomst uitgenodigde Imker:

Imker Wim Smallegoor.

De BIJENSTAL VAN WIM SMALLEGOOR staat OP het LANDGOED KLARENBEEK van de fam Kreppel.

Op het mooie Landgoed Klarenbeek staat sinds 3 jaar een mooie bijenstal van Wim Smallegoor. Wim is al 40 jaar imker en maakte voor het eerst kennis met deze nuttige insecten toen hij als kind een boek over bijen mocht lenen van zijn buurman, die leraar was. Zijn oom was ook boswachter en had meerdere bijenvolken in korven.

Hij heeft ongeveer 13 bijenvolken en in de zomer een aantal meer. De bijen zijn van het raszuivere Carnica ras. Deze bijen zijn zachtaardiger en steken daardoor minder snel. Wim werkt bewust met dit ras, omdat er ook regelmatig schoolklassen bij zijn stal komen en dit voor de kinderen erg leuk en leerzaam is als ze de bijen van dichtbij kunnen bekijken. Wim gaat ook regelmatig met zijn observatiekast naar scholen of andere instellingen

Imker Wim Smallegoor zal ons meenemen in de natuur van de bijen.
En in het bijzonder hoe het met de bijenstand is gesteld.
Zijn vrouw Dini laat ons honing proeven en deze is na afloop ook te koop.
Het is altijd nog zo dat alles wat leeft en groeit en bloeit ons altijd weer boeit

In de namiddag vindt dan de (gebruikelijke) verloting plaats, waarvoor we mede dankzij Nancy een aantal leveranciers bereid vonden om ons van wat leuke items te voorzien.

Deze bijeenkomst begint als gebruikelijk om 11.00 uur (zaal open 10.30 uur) en vindt plaats in de Lindeboom in Schalkhaar. We hopen jullie allemaal weer daar te ontmoeten. TOT ZIENS OP ZATERDAG 4 MAART.

Opgave mogelijk tot uiterlijk 25 februari a.s. bij het secretariaat.

KEUZEMENU jaarlijkse Reisje……

Naar aanleiding van de onlangs gehouden enquête hebben we een aantal reisdoelen uitgezocht, waaruit een keuze gemaakt kan worden. Gelijk als al uit de enquête bleek zullen ook hierover de meningen verschillen, maar wellicht komen we gezamenlijk toch tot de het meest gewenste uitje.

Onze gedachten gaan uit naar één van onderstaande doelen. Laat u ons even via mail (jocoba2008@live.nl) weten wat uw voorkeur heeft.

Graag voor 25 februari doorgeven want de ervaring heeft ons geleerd, dat sommige reizen snel volgeboekt zijn.

Horen we nog even wat uw voorkeur heeft?

Emailadres jocoba2008@live.nl

A. De Orchideeënhoeve in Luttelgeest:

Flamingo's spotten, geheime junglepaden ontdekken en shoppen op die leuke vakantiemarkt: voor een dagje tropen hoeft u de grens helemaal niet over. Droom weg in de 'Zwevende' Bloementuin, spot duizenden kleurrijke vlinders in de grootste vlindertuin van Europa en voer zelf de clowneske papegaaitjes in de Lorituin. Schrik ondertussen niet van voorbij roetsjende aapjes, roodstaartmeervallen en de loslopende leguaan. Aldaar koffie met gebak, een koffietafel met kroket en een Jungleboxje met chocolaatjes als cadeautje. Buffet in de Lindeboom Schalkhaar.

B. Tin en Varen:

's Morgens vroeg rijden we rechtstreeks naar Zeewolde. Bij Flevotin wordt u ontvangen met een kopje koffie en gebak. Daar krijgt u een korte uitleg over het familiebedrijf en de historie van tin. Hierna volgt een rondleiding door het atelier met uitleg en demonstraties. Vervolgens rijden we naar Biddinghuizen, waar u van een goed verzorgde koffietafel met kroket gaat genieten. Dan rijden we naar Elburg, waar u aan boord gaat voor een 50 minuten durende rondvaart over het Veluwemeer. Terug in Elburg heeft u vrije tijd in het centrum. Na het bezoek aan Elburg rijden we weer huiswaarts.

C. Ontdek Hanzestad Doesburg per paardetram:

We rijden rechtstreeks naar Doesburg. Aldaar koffie en boerenappelgebak in de Orangerie. Vervolgens stapt u, voor de deur, in de paardentram voor een rondrit van een uur door het buitengebied van Doesburg. De trams zijn verwarmd en uitgevoerd met prettige zitplaatsen. Na de rondrit wordt er in de Orangerie een lunch geserveerd. Na de lunch loopt u 150 meter naar de Doesburgse mosterd- en azijnfabriek waar u een rondleiding krijgt. Na de rondleiding heeft u even vrijaf alvorens wij huiswaarts keren. Koud en warm buffet in de Lindeboom Schalkhaar.

Kortom: we zijn benieuwd en horen graag!

Voor een ieder die geboren is voor 1945.

Wij zijn de "overlevers". Kijk eens naar de veranderingen, die we hebben meegemaakt. Wij werden geboren voor de: Televisie, penicilline, polioprikken, diepvriesvoedsel, kopieerapparaten, plastic, contactlenzen en vooral niet te vergeten: de pil.

We trouwden eerst en woonden dan samen. O!!...wat ouderwets.
We werden geboren voordat er huismannen waren, computerspelletjes en tweelingbanen, groepstherapieën voordat de eerste mens op aarde liep.
In onze jeugd waren kevers insecten en geen Volkswagens. En een ontsteking had nog iets te maken met de elektronica van een motor.

We hadden nooit gehoord van: CD, FM radio, CNN, video, magnetrons, draadloze telefoons, Biogarde, Emulgatoren en jongens met oorringen, hippies, yuppies, drinks en BOM vrouwen.
We waren er voor de A27, E9, N34, de GTV en de Oecumene.
Voor de AOW, WAO, WW of de VUT.
Toen betekende made in Japan namaak dus rommel.
En made in Germany stond voor kwaliteit. Nou….Dat hebben we geweten.
Wij hadden nooit gehoord van Pizza's, Macdonalds en Instantkoffie.

In onze tijd betekende HEMA Hollandsche Eenheidsprijzen Magazijn, een zakhorloge kostte daar toen één gulden en ijsco's 3 tot 5 cent. Een brief kon je voor 5 ½ cent versturen.
Een nieuwe auto kostte 2000 gulden, benzine 10 cent per liter maar bijna niemand kon dat betalen. En in die tijd was roken chic en interessant. Een Pot was om in te koken. Aids was het Engelse woord voor helpen. Een relatie had te maken met zaken doen, niet met een bed. Lat en Last relaties kenden we niet. De kleur roze had met baby's te maken en Home betekende een Mens. Wij wisten het onderscheid tussen seksen maar over het veranderen van sekse hadden we geen besef.

Wij moesten het doen met wat we hadden….Of waren. Wij zijn van de laatste generatie, die nog dacht, dat er een man bij moest zijn om een baby te krijgen.
Geen wonder, dat wij soms zo in de war zijn en dat er een generatiekloof is, maar wij hebben het overleefd!!!!! Reden genoeg om het dagelijks te vieren.

Bestuurssamenstelling District Deventer PVHH:

Voorzitter:	Vacant
Secretaris/ Penningmeester:	Joke Bakker-Stok Het Bijltje 21 7413 RM DEVENTER ☎ Tel. 0570 628032 💻 E-mail: jocoba2008@live.nl
Bankrekeningnummer:	NL69 RABO 0322 3350 51 t.n.v. Patiënten Vereniging Hoofd Hals Deventer
Bestuursleden:	Coen Bakker Het Bijltje 21 7413 RM Deventer ▪ Tel. 0638748002 💻 E-mail: jocoba2008@live.nl
Bestuursleden:	Nancy Braam, Beugelskamp 7 7414CR Deventer ▪ Tel. 06-28891796 💻 E-mail: n_braamroos@hotmail.com
Locatie Districtsbijeenkomst:	Restaurant De Lindeboom Lindeboomweg 1a 7433 BH SCHALKHAAR

Activiteiten van het District Deventer:

- Informatie verstrekken aan hoofd- hals kanker patiënten waaronder stemband lozen
- Organiseren van lotgenotencontact d.m.v. districtsbijeenkomsten

Voor meer informatie over het District Deventer en de data van de districtsbijeenkomsten kunt u kijken op onze website www.pvhh.nl of www.facebook.com/Hoofdhals/

Het verdient de aanbeveling uw hulpmiddelen te bestellen bij de 2e Stemwinkel. De verdiensten van de 2e Stemwinkel komen ten goede aan de vereniging Hoofd Hals. De 2e Stemwinkel levert alle in Nederland voorgeschreven hulpmiddelen voor tracheotomie. Dit kan ook via telefoon 030-2321483, e-mail info@2estemwinkel.nl of via de website

Voor vragen kunt u ook terecht bij het infocentrum van Hoofd-Hals

Vredenburg 24, 4e etage

3500 AA UTRECHT

Tel. 030-2321483

E Mail info@pvhh.nl