

LUCHTPOST

REGIO RIJNMOND



GOEDE VOORNEMENS

Bij een nieuw jaar horen de beste wensen en goede voornemens. Wij wensen u een heel goed 2019 toe met een zo goed mogelijke gezondheid! Hopelijk zien wij u weer bij de diverse Longpunten. Verder kijken we momenteel of we weer een gezellig uitje kunnen organiseren. Deze keer niet met een boot, maar met een speciale rolstoelbus. Zodra we meer weten laten wij u dat per brief weten.

COLLECTANTEN GEZOCHT

De nationale collecteweek van het Longfonds is dit jaar van 13 tot en met 18 mei. Collecteren kost u slechts zo'n twee tot drie uur. De meeste collectanten lopen in hun eigen wijk. Wilt u meer informatie? Bel dan naar (033) 43 41 287 of [meld u direct aan als collectant](#).

GULLE GIFTEN

In het najaar hebben de gezamenlijke apotheken van Hellevoetsluis en Fysiotherapie Ed van Bruggen uit Rotterdam activiteiten georganiseerd waarbij ruim €1500 resp. ruim €6100 aan het Longfonds gedoneerd. In één woord: Geweldig! Bedankt.

PROGRAMMA LONGPUNTEN IN DE REGIO

LONGPUNT ZUID-HOLLANDSE EILANDEN, ROZENBURG

Muziektheater De Ontmoeting, Koninginnelaan 9, Rozenburg
Woensdagmiddag, 14.00 - 16.00 uur. Zaal open vanaf 13.30 uur

6 maart **Is bewegen verzekerde zorg?**

Dhr. B. de Korte, fysiotherapeut

Tweede helft 2018

INHOUD

...

In deze Luchtpost vindt u nieuws over activiteiten in onze regio.

- Goeden voornemens
- Collectanten gezocht
- Gulle giften
- Het programma van de Longpunten in regio Rijnmond tot en met juni 2019
- Overzicht Longpunten in de buurt
- Een rookvrije generatie: een update uit de regio
- Rookvrij.nl
- Kies voor longen, stook geen hout

15 mei Longpatiënt en oud worden: over zorg in de laatste levensfase

Professor dr. H. Becker

LONGPUNT ZUID-HOLLANDSE EILANDEN, DIRKSLAND

Onder de Wiek, Ring 57, 3247BN, Dirksland

Woensdagmiddag, 14.00 - 16.00 uur. Zaal open vanaf 13.30 uur

7 februari Longaanvalplan: Omgaan met longaanvallen

Mw. E. Jordens, verpleegkundig specialist longziekten, mw. L. Alfing, longverpleegkundige, beiden Het Van Weel-Bethesda Ziekenhuis en dhr. P. de Vries, huisarts, Stellendam

11 april Longfunctie: wat zegt het eigenlijk over mijn longen?

Mw. A. Kieboom, longfunctie-analist en dhr. P. van Hal, longarts, beiden Het Van Weel-Bethesda Ziekenhuis

LONGPUNT NIEUWE WATERWEG NOORD

TouchFit, Hendrik Casimirstraat 151, Vlaardingen

Maandagmiddag, 14.00 - 16.00 uur. Zaal open vanaf 13.30 uur

11 februari Revalidatie bij de fysiotherapeut of in het ziekenhuis?

Dhr. B. Andeweg, fysiotherapeut Franciscus Gasthuis en Vlietland en mw. M. van der Lelij, fysiotherapeut Fysiodocwerk

8 april Dokter, is het mijn hart of zijn het mijn longen?

Dhr. J. Kappen, longarts Franciscus Gasthuis en Vlietland

3 juni Ziektelastmeter

Dhr. R. van der Putten, kaderarts astma/ COPD

LONGPUNT ROTTERDAM ZUID

Credokerk, Scherpenhoek 5, Rotterdam

Dinsdagmiddag, 14.00 - 16.00 uur. Zaal open vanaf 13.30 uur

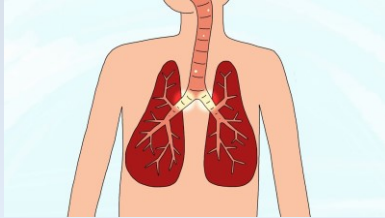
12 februari Als behandeling geen verbetering meer geeft

Mw. J. van Esch, specialist ouderengeneeskunde en mw. J. Tazmi, verpleegkundig specialist, beiden werkzaam bij Laurens

14 mei Bewegen en energie verdelen, hoe doe je dat?

Mw. T. Pakvis, fysiotherapeut en mw. M. Ramaekers, ergotherapeut, beiden werkzaam bij Laurens





LONGPUNT DORDRECHT

Verpleeghuis De Sterrenlanden, Minnaertweg 4, 3328 HN,
Dordrecht

Maandagmiddag, 14.00 - 16.00 uur. Zaal open vanaf 13.30 uur.

14 januari **Bewegen en oefeningen**

Fysiotherapie Het Spectrum

11 februari **De rol van de verpleegkundig specialist bij longziekten**

Mw. N. de Graaf, verpleegkundig specialist longziekten ASz, Dordrecht

11 maart **Luchtweginfecties bij chronische longziekten en antibiotica-resistentie**

Mw. E.G.W. Huijskens, arts-microbioloog ASz Dordrecht

8 april **Nieuwe ontwikkelingen in de longgeneeskunde**

Dhr. O. Balak, longarts ASz, Dordrecht

13 mei **Inhaleren doe je zo: de nieuwste inzichten**

Mw. T. Vastenburg, transmuraal verpleegkundige, Beatrixziekenhuis Gorinchem

LONGPUNT GORINCHEM

Nieuwe locatie! Bannehof, Voermanstraat 169, 4204 RH,
Gorinchem, Grand Café, 1e verdieping

Dinsdagmiddag, 14.00 - 16.00 uur. Zaal open vanaf 13.30 uur

15 januari **Nieuwe ontwikkelingen in medicatie en behandeling**

Dhr. M.D. Saboerali, longarts Beatrixziekenhuis

19 februari **WMO: Ziek zijn, wie betaalt wat?**

Mw. J. Versluis-ten Caat, gemeentelijk ambtenaar

19 maart **Hoe gezond is alternatieve voeding?**

Mw. N. de Jong, diëtist Rivas

16 april **Nederland verandert, de zorg verandert mee**

Rivas Advies

21 mei **Wat kan het Longfonds voor u betekenen?**

Mw. J. van Essen, Longfonds



Eventuele wijzigingen in het programma vindt u op

<http://rijnmond.longfonds.nl/actueel/agenda>

OVERZICHT LONGPUNTEN IN DE BUURT

Het programma van de Longpunten **DELFT, DEN HAAG** en **ZOETERMEER** vindt u op www.haaglanden.longfonds.nl

ALLE ACTIVITEITEN VAN REGIO RIJNMOND VINDT U OP
WWW.RIJNMOND.LONGFONDS.NL

EEN ROOKVRIJE GENERATIE

ROOKVRIJE SCHOOLTERREINEN

Zien roken, doet roken. Daarom willen we heel graag alle speel-, sport- en schoolterreinen rookvrij maken. De helft van alle rokers rookt zijn eerste sigaret op het schoolplein. Vanaf 2020 moeten schoolterreinen volgens de wet rookvrij zijn. Veel scholen zijn gelukkig al volop bezig om dit voor elkaar te krijgen. U kunt daarbij ook helpen! Kom ook in actie en maak zo snel mogelijk het schoolterrein en de ingang van het schoolterrein van uw (klein)kind(eren) rookvrij. Speciaal voor scholen zijn er een stappenplan, hulpmiddelen en materialen beschikbaar via rookvrijschoolterrein.nl

Mocht u eens in de regio willen helpen om een rookvrije generatie te realiseren, meldt u dan aan bij onze coördinator, Josien van Essen: josienvanessen@longfonds.nl

ROOKVRIJ.NL

Op de website rookvrij.nl is het mogelijk sportverenigingen schoolterreinen aan te wijzen die u graag rookvrij wilt zien. Bij spelende kinderen horen immers geen rokende mensen! U wilt toch ook niet dat kinderen meeroken of het later zelf gaan doen. Teken daarom voor rookvrij kinderspel! Hoe? Dat is heel eenvoudig. Zoek een specifieke sportvereniging, schoolplein of teken voor alle plekken in een bepaalde plaats. Vul je naam en emailadres in en teken het formulier. Dat is alles. De Alliantie Rookvrij, met o.a. het Longfonds, informeert de betrokken besturen.

KIES VOOR LONGEN, STOOK GEEN HOUT

Nederland telde in 2011 bijna een miljoen kachels en open haarden en dit aantal neemt toe vanwege het duurzame en goedkope imago van houtstook. Als u ziek wordt van houtrook in uw omgeving, dan kunt u gebruik maken van het 'stappenplan voor de gehinderde' dat te vinden is in de toolkit '[Houtstook door particulieren, hoe voorkom je overlast](#)'. Een van de eerste stappen is het gesprek aangaan met uw burens. Het Longfonds neemt actief deel aan het Platform Houtrook en Gezondheid.

*Waar wil
je
kinderen
rookvrij
laten
spelen?*



COLOFON

Regiopunt Rijnmond

www.rijnmond.longfonds.nl

Contact

rijnmond@regio.longfonds.nl

Secretariaat

h.burgbro@xs4all.nl

of tel. 010-4679693

Coördinator

josienvanessen@longfonds.nl

of tel. 033-4341275 (ma-di-do-woensdag (ochtend)) óf 06-13955334