



**Belangenvereniging  
Hart & Vaatpatiënten-partners  
Regio Zuid Limburg  
Secretariaat: dhr. J. Erckens  
Dross. Banensstraat 4  
6181 EP Elsloo (LB)  
tel:046 4374013  
jozef.erckens@home.nl**

### **Inhoud**

In deze brief treft u de volgende onderwerpen aan:

1. Voorwoord.
2. Gezonde voeding.
3. Publicaties in de Limburger.
4. Ontwikkelingen Glanerbrook en het Anker in Buchten.
5. Contactpersonen zwemgroepen.
6. Activiteiten BHV regio Zuid Limburg.
7. Aanmeldingsformulier barbecue.

### 1. Voorwoord.

Beste leden.

De versoepelingen van de corona maatregelen zijn afgelopen weken erg snel op ons afgekomen. Dit is natuurlijk geweldig positief nieuws.

Afgelopen week zijn wij als bestuur van de BHV regio Zuid Limburg bij elkaar geweest. Onder voorbehoud hebben wij een activiteitenlijst samengesteld, zie verder in de nieuwsbrief.

Wij hopen dat de positieve ontwikkelingen rondom het corona virus zich de komende periode zullen doorzetten. Als dat gebeurt, kunnen de geplande activiteiten doorgang vinden.

Ik wens u allen gezonde en zomerse maanden toe.

Riet Collaris.

## 2. Gezonde voeding.

Bron: Hartnieuws april 2021

Wat levert het onderzoek van de Hartstichting op? Deze rubriek toont actuele voorbeelden.

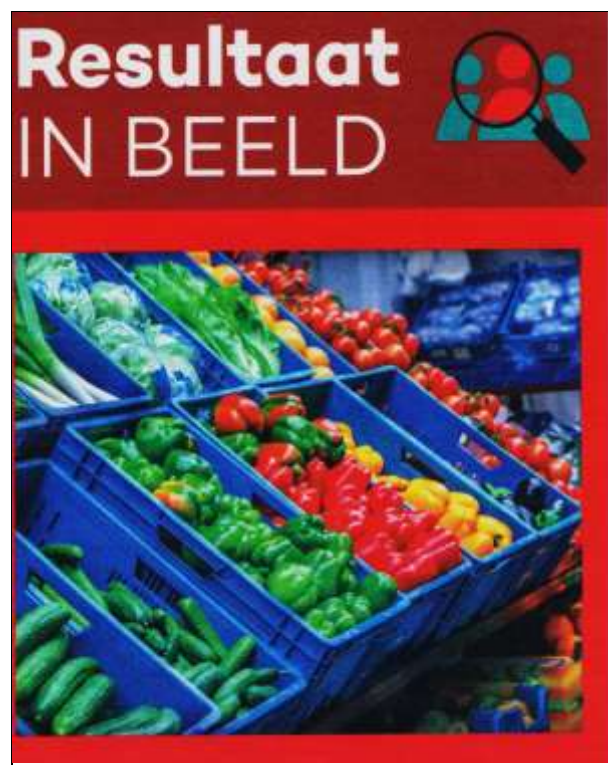
Deze keer.

**Veranderingen in supermarkt helpen bij het maken van een gezonde keuze.**

Hoe kan je mensen stimuleren om meer gezonde producten te kopen in de supermarkt? Dat onderzoeken wetenschappers onder leiding van het Amsterdam UMC. De Hartstichting wil mensen helpen een gezonde leefstijl lang vol te houden, en steunt het onderzoek. De onderzoekers lieten 350 mensen vijf keer boodschappen doen, in een supermarkt op de computer. In deze virtuele supermarkt brachten de onderzoekers veranderingen aan. Zo lieten ze gezonde producten meer opvallen en veranderden ze de prijzen. Mensen bleken de meeste gezonde producten te kopen als gezonde producten opvallen, en als ongezonde producten duurder én gezonde producten goedkoper te zijn.

Zoals aangegeven kunnen deze tussentijdse veranderingen in de supermarkt de consument helpen om voor gezonde producten te kiezen.  
De onderzoekers gaan in verschillende

Coöp filialen testen of deze ook in het echt werken.



Gezonde voeding.



Een voorbeeld van een smakelijk gezond tussendoortje of ontbijt.

Echter zolang de prijzen van ongezonde producten, niet omlaag zullen gaan ten opzichte van de veel gezondere, zullen zeker de minder bedeelden hier geen gebruik van willen/kunnen maken.

Ook zal er een grote omslag in het produceren van gezonde producten in de land en tuinbouw moeten plaatsvinden. Om over te gaan van de traditionele productie naar de biologische, is nog een lange weg te gaan. Bovendien zal er veel afhangen van medewerking van de supermarkten en beleid van de overheid. Zonder een omslag in mentaliteit van de producenten, supermarkten, overheid, en gebruikers zal dit mijn inziens niet zo snel gebeuren.

### **3.Publicaties in de Limburger**

#### **ONDERZOEK**

# **Smoothie goed tegen diabetes en hartziekten**

#### **MAASTRICHT**

DOOR HENNIE JEUKEN

Iedere dag een smoothie van groenten en fruit drinken verhoogt, bij gezonde mensen, de weerstand tegen diabetes en hart- en vaatziekten. Dat blijkt uit onderzoek door de Universiteit Maastricht. In deze zogeheten MiBlend studie wordt het effect van drinkbare groenten- en fruitmixen op de gezondheid onderzocht. De onderzoekers gebruiken daarvoor foto's van het netvlies. Aan de hand daarvan wordt met

name de verhouding tussen aders en slagaders bepaald. Een vernauwing van de slagaders en een verwijding van de aders is gerelateerd aan hoge bloeddruk. Deelnemers aan het onderzoek kregen gedurende twee weken, elke dag een smoothie. In totaal werd het effect van zeven verschillende groenten- en fruitmixen onderzocht. Bijna allemaal lieten ze een positief effect op de bloedvaten zien, blijkt uit de eerste resultaten van het onderzoek. De MiBlend studie wordt ondersteund door de provincie Limburg.

**Bron: De Limburger 15 april 2021**

## TRANSPLANTATIE

# Hart klopt in machine

ROTTERDAM

DOOR ONZE VERSLAGGEVER

Nederlandse artsen hebben voor het eerst een hart van een overleden donor getransplanteerd met behulp van een nieuwe techniek. Daarbij wordt het stilstaande hart in een speciale machine geplaatst waar het weer gaat kloppen na toevoer van zuurstof en bloed. Vervolgens wordt het hart getransplanteerd.

Voorheen was hartdonatie alleen mogelijk bij een hersendode donor van wie het hart nog klopte.

De nieuwe transplantatieprocedure is al uitgevoerd in een aantal landen. Vanwege een landelijk tekort aan donorharten besloten het Erasmus MC, UMC Utrecht en UMC Groningen om deze techniek ook in Nederland in te zetten. Momenteel staan er rond de 120 hartpatiënten op de wachtlijst voor een donorhart.

Cardiologie grote stappen voorwaarts worden gezet.

In een video opname te is zien hoe het koude hart van een geslacht varken buiten het lichaam van dit varken weer gaat kloppen. Dit zonder prikkel vanuit de hersenen De demonstratie werd verzorgd door Sjoerd Tuijl wetenschappelijk onderzoeker. Dit onderzoek is een samenwerkingsverband tussen Live Tech Eindhoven en het UMC Utrecht.

In een andere video opname werd getoond, dat uit eigen weefsel van de hartspier en stamcellen, van de hartpatiënt, een weefselmatje wordt geprint, Dit matje kan worden gebruikt ter reparatie van een beschadigd hart. Omdat het eigen weefsel betreft zijn de afstotingsverschijnselen hierbij miniem. Pieter Doetichem werkzaam bij het UMC te Utrecht lichtte bovenstaande in een vraaggesprek toe.

De uitzending van dit wetenschappelijk programma kunt u nog volgen via uitzending gemist van de NPO.

Jaarlijks krijgen ongeveer 40 hartpatiënten een donor hart van een hersendode. Met mogelijk gebruik van de hartklop machine, kunnen er naar verwachting jaarlijks in totaal 80 harttransplantaties plaatsvinden, waardoor de wachttijd voor het verkrijgen van een donorhart aanzienlijk wordt verkort. Er gloort hoop voor alle hartpatiënten die op de wachtlijst staan voor een donor hart.

---

**Bron: De Limburger 7 mei 2021**

In het wetenschappelijk programma Atlas van de NPO uitgezonden op 5 mei 2021 is te zien, dat bij het onderzoek op

## 4. Ontwikkelingen bij Glanerbrook en het Anker in Buchten.

Informatiebijeenkomst voortgang ontwikkelingen van Het Anker in Born op donderdag 22 april 2019 om 20:15 uur.

Aanwezig namens de BHV regio Zuid Limburg Huub Schols en Jozef Erckens.

Namens de zwemgroepen was Lilian Marx de contactpersoon. De bijeenkomst ging over de ontwikkelingen voorgesteld door de exploitant van het zwembad.

Er zijn een groot aantal gebruikers van het zwembad, waaronder wedstrijd zwemmers, duikclub, onze vereniging, en het gebruik door particulieren.

Drie zwembaden in de gemeente drukken zwaar op de begroting. De gemeente Sittard-Geleen heeft de voorkeur gegeven om zwembad Glanerbrook open te houden en te moderniseren. Het Anker in Buchten en de Hateboer in Sittard dreigen daardoor buiten de boot te vallen.

De ontwikkelingen op een rij:

De gebruikers willen uit overwegingen van synergie en kostenbesparing centraal gebruik maken van de kantine en de nabijgelegen sportvelden bij het zwembad. De kantine zou dan in beheer komen van de deelnemende verenigingen.

Hoewel de exploitant hierin aanvankelijk niets zag, heeft hij de plannen toch omarmd, maar wil wel de exploitatie van de kantine zelf overnemen.

De Gebruikers Organisatie Het Anker (GOHA), hebben namens een 18-tal van het Anker gebruik makende verenigingen uitgebreid input en kennis aan de exploitant van Het Anker aangereikt, rondom zaken die een voor de gebruikers zo optimaal mogelijke sport- en verenigingsomgeving zouden opleveren. Dit ter ondersteuning van zijn planvorming m.b.t een 'nieuw Anker'.

Binnenkort heeft de exploitant een afspraak met de gemeente. Echter aan de gebruikersorganisatie heeft hij verder over het hoe en wat geen mededelingen gedaan. Men is dus in het ongewisse. Na maandenlang overleg tussen hem en de verenigingen een zorgelijke situatie.

Naar aanleiding van bovenstaande heeft het GOHA besloten een schrijven te richten aan het College van B&W van de gemeente Sittard-Geleen. De brief is gedagtekend 24 april 2021. Het vervolg van de ontwikkelingen zal via mail plaatsvinden. Men houdt ons op de hoogte.

### Ontwikkelingen bij Glanerbrook.

Uittreksel verslag bijeenkomst verenigingen – Glanerbrook, Deze vond plaats op woensdag 19 mei 2021. Aanwezig waren voornamelijk sportverenigingen die gebruik maken van Sportpark Glanerbrook, en een afvaardiging namens de Gemeente Sittard-Geleen

Afgevaardigden waren: Watervrienden Geleen, Reddingsbrigade watervrienden, Stichting top ijshockey, Duikclub Robben, Genius V&L, Limburgse schaatsvrienden,

Handbalvereniging Sittard, Wielerbaan, en vertegenwoordigers van de gemeente Sittard Geleen. Door miscommunicatie was de BHV niet aanwezig.

Tijdens de vergadering werden een aantal stellingen naar voren gebracht, waarbij aandachtspunten urgentie, en prioriteit door de verenigingen/stichtingen werd aangegeven. Het spreekt voor zich dat de prioriteiten bij de sportverenigingen anders liggen dan bij de overige gebruikers.

Toelichting op het project Glanerbrook.

Het geheel is een ambitieus plan. Veel van de plannen verkeren in de voorfase van het ontwerpplan. Grofweg kan worden gesteld dat de financiering van het 50 meter bad in 2017 door de gemeente van Sittard Geleen is goedgekeurd. De financiering van de andere projecten is nog niet rond. Daarbij zijn extra inkomsten die verkregen kunnen worden door sponsoring extra welkom. Eerst wordt het 50 meter zwembad gerealiseerd voordat aan de renovatie van de overige baden wordt begonnen. De sporthallen zullen na elkaar worden gerenoveerd. Waarbij eerst de nieuwe ijshockeyhal zal worden gebouwd voordat de oude wordt gesloopt. De wielerbaan en ijsbaan verkeren in de vóór ontwerpfase. De aanbestedingen kunnen ter inzage bij B& W in Sittard Geleen worden ingediend. Voor het Burgemeester Damenpark, wordt door de architect een landschapsplan opgesteld om dit te integreren, met Glanerbrook in een ambitie document. Projecten hierbij zijn de accommodaties, waarvan de ambities nog moeten meegenomen worden in het plan. Te denken valt om een wandelpark te maken van het Burg. Damenpark eventueel aangevuld met een waterpartij. De volgende vergaderring zal zijn op 15 juli 2021 waarbij wij als de BHV regio Zuid Limburg ook zijn uitgenodigd. Deze zal plaatsvinden in Glanerbrook. Thema van de avond het [aanbestedingsplan](#).

De verwachte realisatie van het plan einde 2024.

Hoe zal dit er uit gaan zien?

## **Sportpark Glanerbrook**

**In 2025 opent het nieuwe Sportpark Glanerbrook zijn deuren. Een complex met 4 zwembaden, een ijshockeyhal, 2 sporthallen en een overdekte wieler- en schaatsbaan.**

Verenigingen, omwonenden, medewerkers en bezoekers kunnen hier meedenken over het ontwerp van de gebouwen en de omliggende openbare ruimte. [Lees meer over het project.](#)

Belanghebbenden:

- Gebruikers
- Buurtverenigingen
- Sportverenigingen



- Omwonenden
- Medewerkers
- Gemeente

De ontwikkelingen zijn te volgen via de mail: [glanerbrook@sittard-geleen.nl](mailto:glanerbrook@sittard-geleen.nl)

## **5.Contactpersonen zwemgroepen.**

Naast het wandelprogramma, Jeu de Boules, contactmiddagen en ons jaarlijk uitstapje kunnen hart en vaatpatiënten onder deskundige begeleiding in groepsverband nog deelnemen aan zwemmen en/of warmwater gymnastiek.

Zwembad het Anker te Buchten op woensdag groep 1	10:30 uur - 11:15 uur
Zwembad het Anker te Buchten op woensdag groep 2	11:15 uur - 12:00 uur
Zwembad Glanerbrook te Geleen op maandag	13:30 uur - 14:30 uur

Bij volgende personen kunt U zich aanmelden voor deelname:

Groep 1 Buchten	Mw. Lies Pecher.	tel. 06-44474035
Groep 2 Buchten	Mw. Margriet Lipsch.	tel. 046-4854939
Groep 3 Geleen	Mw. Truus Pijnenburg.	tel. 046-4742062

## **6.Activiteiten.**

Op de onlangs gehouden vergadering van 7 juli 2021 hebben we als bestuur (onder voorbehoud) besloten weer een aantal activiteiten in te plannen. Het kan en mag weer.

**- Donderdag 2 september 2021.** Barbecue. Plaatsvinden in zaal Merode te Stein.

Aanvang 14:00 uur, met uitloop tot 17:00 uur.

Adres: Merodestraat 31 6171 XM Nieuwdorp/Stein.

Organisatie Huub Schols

**- Donderdag 21 oktober 2021.** Jeu de Boules. Bij Ummer d,r Bie.

Adres Platijkweg 2 6171 XA Stein. Aanvang 14:00 uur.

Organisatie Huub Schols tel. 06-11608441.

**- Zaterdag 13 november 2021.** Jaarvergadering/contactmiddag BHV regio Zuid

Limburg. bij Merode te Stein. Aanvang 14:00 uur.

Adres: Merodestraat 31 6171 XM Stein.

Organisatie bestuur regio Zuid Limburg.

**- Donderdag 9 december** Speculaaswandeling in omgeving Stein.

Aanvang 14:00 uur. Adres: Merodestraat 31 6171 XM in Nieuwdorp/Stein.

Organisatie Jozef Erckens tel: 046 4374013

**- Donderdag 23 december** Kerstbrunch bij Merode.

Aanvang 12:00 uur. Adres: Merodestraat 31 6171 XM in Nieuwdorp/Stein.

Organisatie Jozef Erckens tel: 046 4374013

Ps. Zoals U mogelijk al is opgevallen is er dit jaar geen uitstapje (busreis) als activiteit. In het openbaar vervoer geldt nog steeds de draagplicht van mondkapjes. Hoewel de meesten onder ons wel gevaccineerd zullen zijn, lijkt het ons ongeschikt en vervelend om ze gedurende mogelijk enige uren achter elkaar in de bus te moeten dragen. We hopen echter dat we komend jaar wel weer een busreis kunnen organiseren.

## 7.Barbecue.

**In zaal Merode. Adres: Merodestraat 31 6171 XM Nieuwdorp/ Stein  
Op donderdag 2 september 2021.**

De eigen bijdrage voor de barbecue bedraagt:

Voor leden €10-

Voor niet leden €15,00.

Exclusief de genoten consumpties

Te betalen bij aanmelding **vóór 20 augustus 2021**, door bijgevoegd  
aanmeldingsformulier en uw gemaakte keuze voor op de barbecue in te sturen  
naar onderstaand adres, of per e mail, [penderssweyk@hetnet.nl](mailto:penderssweyk@hetnet.nl) onder  
gelijktijdige betaling van de eigen bijdrage op: rekeningnummer:  
**NL 79 RABO 01668.94.117 t.n.v. BHV-regio. Zuid Limburg. Scalaplein  
34 6365 BP Schinnen.**

Vlees (of vegetarisch)

- barbeque worst.
- gemarineerde  
halscarbonade.
- gemarineerde hamlap.
- gemarineerde kipfilet.
- gemarineerde speklap.
- shaslik.
- hamburger.
- vegetarisch.



Maak Uw keuze  
3 stuks aankruisen.

Inclusief salades, fruit, sauzen,  
stokbrood en koude schotel

### **Aanmeldingsformulier barbecue.**

Aan: BHV afd. Zuid Limburg.  
Scalaplein 34 6365 BP Schinnen.

Ondergetekende schrijft in **voor deelname** aan de barbecue op  
donderdag 2 september 2021.

Met----- personen wel lid en----- personen niet lid.

Ik heb de bijdrage €---- -- overgemaakt op ----- (datum)

Naam en adres-----

Handtekening