



**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](mailto:jozef.erckens@home.nl)**

## **Inhoud**

In deze brief treft u de volgende onderwerpen aan:

1. Voorwoord.
2. Activiteiten augustus 2020 tot januari 2021.
3. Contactpersonen zwemgroepen.
4. Afgelaste activiteiten
5. Publicatie Glanerbrook te Geleen.
6. Barbecue donderdag 27 augustus 2020
7. Eerstelijns Zorg.
8. Vaat onderzoek bij huisarts
9. Blijf fit en gezond.
- 10 Weetjes
11. Wijnproeverij op woensdag 16 september 2020.

### **1. Voorwoord van onze voorzitter.**

2020 hebben we al weer 6 maanden achter ons gelaten, na de voorjaarsvergadering heeft de coronapandemie voor ons allemaal veel roet in het eten gegooid. Een nieuw normaal, 1,5 meter afstand, thuis blijven, geen echt contact met onze geliefden, alles op afstand. Als belangenvereniging van hart- en vaatpatiënten hebben we ook moeten besluiten om al onze activiteiten even on hold te zetten. Wandelen, Jeux des Boules en wijnproeverij, alles kon niet meer. Afgelopen week hebben we als bestuur weer bij elkaar gezeten en hebben we samen met de uitbater van Merode gekeken wat we konden regelen. Wanneer het coronavirus de komende periode niet opnieuw opflakkert, willen we weer activiteiten op gepaste manier, 1,5 meter afstand, oppakken. We vragen natuurlijk wel dat wanneer iemand koorts heeft verkouden is of keelpijn heeft ook bij inschrijving niet te komen. Veiligheid voor ieder zelf maar ook onze leden is van belang. Ik hoop dat we elkaar weer snel kunnen zien en op gepaste afstand weer samen kunnen zijn. Tot ziens en blijf gezond.

## **2. Activiteiten augustus 2020 tot januari 2021.**

- **Donderdag 27 augustus 2020.** Barbecue. Deze zal plaatsvinden in zaal Merode te Stein. Aanvang 14:00 uur, met uitloop tot 17:00 uur Adres: Merodestraat 31 6171 XM Stein. Organisatie Huub Schols tel. 06-11608441.
- **Woensdag 16 september 2020.** Wijnproeverij. Deze zal plaatsvinden in zaal Merode te Stein. Aanvang 14:00 uur, met uitloop tot 17:00 uur Adres: Merodestraat 31 6171 XM Stein. Organisatie dhr. Stassen. Tel:0475-309051
- **Donderdag oktober 2020.** Wandeling in voorbereiding.
- **Zaterdag 7 november 2020.** Contactmiddag BHV regio Zuid Limburg., bij Merode te Stein Merode te Stein. Aanvang 14:00 uur, Adres: Merodestraat 31 6171 XM Stein. Organisatie bestuur regio Zuid Limburg.
- **Woensdag 9 december 2020.** Wandeling in omgeving Stein. Aanvang 14:00 uur. Adres: Platijkweg 2 6171 XA in Nieuwdorp/Stein. Organisatie Jozef Erckens Tel: 046 4374013

## **3. Contactpersonen zwemgroepen.**

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

Zwembad het Anker te Born op woensdag groep 1	10:30 uur - 11:15 uur
Zwembad het Anker te Born 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 Born	Dhr. Sjra Beurskens,	tel. 046-4512248
Groep 2 Born	Mw. Margriet Lipsch,	tel. 046-4854939
Groep 3 Geleen	Mw. Truus Pijnenburg,	tel. 046-4742062

## **4. Afgelaste activiteiten.**

Als gevolg van het de genomen maatregelen door de Overheid ter bestrijding van het Corona virus kunnen wij U geen jaarlijkse busreis aanbieden. Tevens is de Jeu de Boules in juni door Ummer d'r Bie geannuleerd. De Jeu de Boules gepland in september vindt ook geen doorgang.

**EXPLOITATIE**

# Interesse Petit in Glanerbrook

**GELEEN**

DOOR SJAK PLANTHOF

**Zakenman Joop Petit, eigenaar van sportcampus Watersley in Sittard, heeft interesse in overname van de exploitatie van sportcomplex Glanerbrook.**

Petit wil het gehele complex gaan uitbaten, met binnen- en buitenzwembad, sporthal, schaatsbaan en wielervedbaan. Hij zegt in informele gesprekken met de gemeente te hebben aangegeven bereid te zijn in het complex te willen investeren als de gemeente ook een investeringsbijdrage levert. De gemeente laat weten geen mededelingen over gegadigden te doen. Met de exploitatie van de accommodatie wil Petit een link leggen met Watersley. Daar zijn jonge sporttalenten uit diverse sportdisciplines gehuisvest op een sportcampus „Die kunnen gebruikmaken van Glanerbrook.”

Bovendien wil hij de faciliteiten die er zijn nieuw leven inblazen. „Ik wil investeren in aanpassingen. Wat er

alligt, moet je niet zomaar afbreken. Je moet kijken wat je ermee kunt. Daarover wil ik met de gemeente in gesprek. Opknappen kost substantieel minder dan afbreken.”

Petit zou de derde gegadigde zijn die zich bij de gemeente heeft gemeld. Eerder al gaven de huidige exploitant Laco van Glanerbrook, en Sportfondsen, exploitant van Sportplaza Het Anker in Buchten, aan belangstelling te hebben in de locatie die door de gemeente is aangewezen om als centraal zwembad voor de gemeente te gaan fungeren. De gemeenteraad besloot eind 2017 dat Glanerbrook de beoogde locatie is voor één centraal door de gemeente gesubsidieerd zwembad. Dat zou in 2025 moeten openen. Wat dat betekent voor de toekomst van de overige twee zwembaden in de gemeente, de Nieuwe Hateboer en Het Anker, is nog onduidelijk. De gemeente is bezig met het uitwerken van het plan voor de voorkeursvariant van de nieuwe zwem-/schaatsvoorziening in Geleen. Dat plan moet in april op tafel liggen.

## 6. Barbecue.

**In zaal Merode. Adres: Merodestraat 31 6171 XM Nieuwdorp/ Stein  
Op donderdag 27 augustus 2020.**

De eigen bijdrage voor de barbecue bedraagt:

Voor leden €10-

Voor niet leden €14,45.

Exclusief de genoten consumpties

Te betalen bij aanmelding **vóór 20 augustus** 2020, 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 Barbeque.**

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

Ondergetekende schrijft in **voor deelname** aan de barbeque op  
donderdag 27 augustus 2020.

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

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

Naam en adres-----

Handtekening

## **7. Eerstelijns Zorg. perifeer arterieel vaatlijden (P.A.V).**

Zoals wellicht bekend gaan uit kostenoverwegingen taken van de tweedelijnszorg (ziekenhuizen) over naar de eerstelijnszorg de huisartsen.

Het is dus niet verwonderlijk dat in veel gevallen bij de huisartsen/praktijk bloedvaten onderzoek kan worden verricht. Dit geschiedt veelal door assistentes of praktijkondersteuner. Hoe dit in zijn werk gaat kunt U lezen in onderstaand artikel. In het geval dat de huisarts oordeelt, dat u mogelijk etalagebenen heeft, zal deze U doorverwijzen naar de vaatchirurg in het ziekenhuis. In de meeste gevallen zal deze u terugverwijzen naar een fysiotherapeut om loopoefeningen te doen, om uw spieren te versterken. In ernstige gevallen zal de vernauwing chirurgisch dienen te worden verwijderd en worden er een of meer stents geplaatst.

## **8. Vaat onderzoek bij huisarts.**

### **Bloedvatenonderzoek, Doppler**

Wanneer de huisarts twijfel heeft over de doorstroming van de slagaders in de benen, dan kunt u in aanmerking komen voor een bloedvatenonderzoek, doppler. Dit onderzoek kan nagaan of u een vernauwing heeft in uw bloedvaten in de benen. Dit heet perifeer arterieel vaatlijden, in de volksmond ook wel bekend als "etalagebenen".

Tijdens dit onderzoek zal de bloeddruk zowel aan de armen als de benen gemeten worden. Dit gebeurt mbv een bloeddrukmeter en een doppler apparaat en gel. Het doppler apparaat is een stoort staafje dat we op de huid zetten. Dit is een soort echo van de bloedvaten.

De bloeddrukband komt om de bovenarm en kuit te zitten. Daarom vragen wij u hiermee rekening te houden en geen te strakke kleren aan te doen.

Het onderzoek neemt ongeveer 20-30 min in beslag.

Na het onderzoek zal de assistente de uitslag bespreken met de huisarts.

Rookt U? Dan vragen wij u om minimaal 2 uur voor het onderzoek NIET te roken. Roken verstoort namelijk de meting.

Datum onderzoek;

Tijdstip:

Bron.:Uitgave Huisartsen praktijk

## 9. Blijf fit en gezond

### Beweegrichtlijnen



#### Hoeveel bewegen?

- Minimaal 150 minuten per week matig of zwaar intensief bewegen, verspreid over meerdere dagen.
- Twee keer per week bot- en spierversterkende activiteiten in combinatie met balansoefeningen.
- Voorkom veel zitten.



#### En hoe doe je dat?

- Fietsen / hometrainer
- Zwemmen
- Dansen
- Tuinieren
- Traplopen
- Stofzuigen
- Wandelen



Goed om te weten dat koken, pianospelen en darten licht intensieve activiteiten zijn.

Verspreid de huishoudelijke klussen door de dag/week heen.

Zit niet te lang en probeer door de dag heen licht intensieve activiteiten te doen.

Meer informatie over de beweegrichtlijnen of over bewegen vindt u op [www.allesoversport.nl](http://www.allesoversport.nl)

Bron: Uitgave Huis voor de Sport

## **10. Weetjes**

In 2020 gaan de vrijstellingen voor de erf- en schenkbelasting weer iets omhoog. Hieronder geven wij u een overzicht van de bedragen.

### **Vrijstellingen voor schenkbelasting - 2020**

- De jaarlijkse vrijstelling voor schenkingen van ouders aan kinderen is € 5.515.
- De vrijstelling voor schenkingen aan alle anderen is € 2.208.
- Wilt u een kind tussen de 18 en 40 jaar eenmalig een groot en vrij te besteden bedrag schenken, dan is de vrijstelling € 26.457.
- Wilt u een kind tussen de 18 en 40 jaar eenmalig een groot bedrag voor een dure studie schenken, dan is de vrijstelling € 55.114.
- Wilt u een kind tussen de 18 en 40 jaar eenmalig een groot bedrag voor de eigen woning schenken, dan is de vrijstelling € 103.643.

Meer informatie over belastingvrij schenken aan de kinderen [vindt u op de website van de Belastingdienst](#).

### **Vrijstellingen voor erfbelasting – 2020.**

- Partners: € 661.328
- Kind, pleegkind, stiefkind: € 20.946
- Kind met een beperking: € 22.830, kijk voor de bijzondere voorwaarden op [de website van de Belastingdienst >>](#)
- Kleinkind: € 20.946
- Achterkleinkind: € 2.208
- Ouders (samen): € 49.603
- Alle anderen: € 2.208

## **Gevolgen uitbreken corona virus voor de BHV regio Zuid Limburg**

Medio maart 2020 werd Nederland getroffen door een uitbraak van het Corona virus, en ging de economie voor een groot gedeelte op slot. Ook voor onze activiteiten. Op 25 mei 2020 zouden we een bezoek brengen aan schoenenfabriek Smeets te Sittard, zoals vermeldt in voorgaande nieuwsbrief onder activiteiten. Dus ook het bezoek aan de schoenenfabriek evenals andere op het programma staande activiteiten gingen niet door. De excursie naar de schoenfabriek is verzet naar volgend jaar. Voor andere activiteiten hebben we als bestuur van de BHV regio Zuid Limburg na de versoepeling van de corona maatregelen van de overheid besloten, dat met inachtneming van deze regels we weer activiteiten op touw kunnen zetten, welke U onder punt 2 activiteiten kunt vinden. Hopelijk steekt het virus de kop weer niet op. Wij houden ons aan de regels en voor U, blijf gezond!

## 11. Wijnproeverij

**In zaal Merode. Adres: Merodestraat 31 6171 XM Nieuwdorp/ Stein  
Op woensdag 16 september 2020.**

De eigen bijdrage voor het wijn arrangement bedraagt:

Voor leden €5

Voor niet leden €10

Te betalen bij aanmelding **vóór 9 september** 2020, ( in verband met aankopen flessen wijn) door bijgevoegd aanmeldingsformulier in te zenden 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** (Rabobank)

t.n.v. BHV-regio. Zuid Limburg.

Scalaplein 34 6365 BP Schinnen.

Indien U niet deelneemt, maar wel aanwezig wilt zijn bij de wijnproeverij, geldt voor U ook bovenstaande eigen bijdrage. Op de wijnproeverij ontvangt U dan 3 consumptiebonnen.

Ontvangst met een gratis kop koffie/thee.

---

Hierlangs afknippen

### **Aanmeldingsformulier wijnproeverij.**

Aan: BHV afd. Zuid Limburg.

Scalaplein 34 6365 BP Schinnen.

Ondergetekende schrijft in **voor deelname** aan de wijnproeverij op woensdag 16 september 2020.

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

Neemt **niet deel** aan de wijnproeverij.

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

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

Naam en adres-----

Handtekening.