

Kerstsfeer op het Munsterplein



**'De Leuning', nieuwsbrief van de
Reuma Patiënten Vereniging Roermond e.o.**

In deze extra lange nieuwsbrief:

- Intro
- De agenda begin 2025
- Hydrotherapie
- Lotgenotencontact

- Kerstverhaal van Lisa Naus
- Gedicht van Lotte Kahlert
- Voor je gezien op sociale media
- Afscheid Rogier Madou en Wiel van Rijn en de samenstelling bestuur



Dankbaarheid

Terugkijken op het afgelopen jaar is voor velen een gewoonte in de maand december. Wat levert die terugblik op? Zijn er veel mooie dingen gebeurd of overheersen de negatieve? Ons brein is erop ingesteld om vooral de nare, de moeilijke en vervelende dingen te onthouden, omdat die er voor zorgen dat je voorzichtiger bent in de toekomst. Helaas, de meeste niet zo prettige gebeurtenissen overkomen ons. De uitdaging is om, dwars door alle narigheid de positieve dingen te blijven zien. Het zijn vaak hele kleine lichtpuntjes: een lieve kerstkaart, een complimentje, iemand die naar jou glimlacht, een vogeltje in je tuin. Als je jezelf leert om naar positieve dingen te blijven zoeken, gaat dat over een tijdje hopelijk vanzelf en kun je daardoor nare dingen wat beter aan.

Dit is voor de één wat makkelijker dan de ander. Er zijn mensen die, doordat er minder daglicht is, vanzelf wat negatiever en soms zelf depressiever worden. En je zal maar heel veel op je bordje gekregen hebben dit afgelopen jaar, dan is dat best een uitdaging. Begin dan met hele kleine stapjes. Eén ding per dag bijvoorbeeld en breid dit langzaam uit.

Hopelijk was je er bij, bij de eindejaarslunch (want er waren 102 leden!!!) en is die lunch één van de dingen waar je dankbaar voor bent. Wij in elk geval wel. We zijn

blij dat er zoveel mensen genieten van het samenzijn tijdens zo'n mooie activiteit van onze vereniging.



De planning voor begin 2025:

- 15 januari 2025 Incasso contributie 2025 € 22,00
- 26 maart 2025 Algemene Leden Vergadering 2025



Hydrotherapie

Geen hydrotherapie:

- Kerstvakantie van 21 december 2024 tot en met 5 januari 2025
- Carnaval van 3 t/m 7 maart 2025



Wij heten de volgende leden van harte welkom en hopen dat jullie je snel thuis voelen bij onze vereniging:

- Mevr. van Dusschoten

- Mevr. Heijnen

Wij wensen je hele fijne feestdagen (gezellig maar op z'n tijd ook rustig) en een zo gezond mogelijk 2025



'T IS 'N MEISJE!

Zuid-Limburg, Kerstavond 1960. Jef en zijn vader gaan naar de nachtmis in de kloosterkapel, ma en de meisjes naar de basiliek. Oma blijft thuis. Zij moet Klaartje in de gaten houden, de jonge zwart wit gevlekte melkkoe, die over ca. drie maanden voor 't eerst gaat kalven. Ze is al dagen onrustig. Herman, haar zoon, maakt zich zorgen; zes maanden is erg kort, al zou het kalfje het kunnen overleven. Zo'n eerste bevalling is altijd afwachten. Er ligt een briefje met telefoonnummers klaar. Het eerste van de burens, het tweede – in geval van nood! – van de koster. Die weet ervan.

In de stal staan de koeien dampend van de warmte naast elkaar, gescheiden door hekken. Klaartje vertoont geen tekenen van een aanstaande bevalling, is wel

onrustig. Oma loopt terug naar de keuken, zet de klompen naast het warme fornuis en zakt zelf op de stoel ernaast. Op het aanrecht staat alles klaar voor het eten, straks. Ook daar heeft ze instructies voor gekregen. Langzaam vallen haar ogen dicht.

Ze wordt gewekt door het gerammel van kettingen, maar als het geluid afzwakt valt ze opnieuw in slaap. Schrikt een poos later weer wakker, er is meer lawaai. Moeizaam komt ze overeind, slaat de wollen omslagdoek om, schiet in de klompen en kleppert in het donker naar de stal. Klaartje drementelt nu heen en weer, met de staart omhoog, dus ze is begonnen. Oma reikt naar voren om haar een paar klopjes op de stugge vacht te geven. 'Rustig maar, alles komt goed', praat ze Klaartje én zichzelf moed in.

Terug in de keuken belt ze de burens: geen gehoor. Wat nu. Weer naar Klaartje, die 't zichtbaar zwaarder heeft. De andere dames snuiven luidruchtig; ze ruiken dat er iets gaande is. Ze moet de koster bellen, uitgerekend tijdens de nachtmis! Hij weet ervan, dat scheelt. Ze draait het nummer en wacht; even later de koster aan de lijn: hij begrijpt het en zal het doorgeven.

Gespannen zit ze te wachten, tot ze eindelijk iemand hoort roepen, gehaaste voetstappen. Kleinzoon Jef komt hijgend binnen. 'Oma, ik moet me omkleden, ik ga helpen.' Hij rent de trap op, is in een oogwenk terug in ouwe kleren. Een slok melk en weg. Oma rakelt 't vuur nog eens op, pakt de rozenkrans.

Wanneer ma en de meisjes thuiskomen, is er teleurstelling: geen warme worstenbroodjes, geen chocolademelk, hoezo? Wanneer oma vertelt wat er gaande is, beent ma naar de stal. Daar valt nog niks te zeggen over het verdere verloop; er worden wel voorbereidingen getroffen. 'Beginnen jullie maar met eten,' luidt de boodschap.

Zodra ze alleen zijn, knikt pa naar Jef. 'Goed. Vertel maar eens wat je ziet.' De jongen moet even slikken, maar warmt zich aan de rust die zijn vader uitstraalt. Hij bekijkt het punt waar zagezegd alles om draait. 'Volgens mij eh beweegt er iets.' 'Oké', zegt pa, 'wat denk je?' 'n... Pootje?' 'Je mag nooit meer raden', lacht hij. 'Hup, ga je handen schrobben met zeep, daarna smeer je je arm in met vaseline. Jij gaat Klaartje helpen dat kalfje op de wereld te zetten.'

Compleet overdonderd doet Jef wat hem gezegd wordt. Meestal voelt hij zich 'n hele Piet, als oudste, nu staat hij niet meer zo stevig in zijn schoenen. Klaartje helpen... Na al die jaren op de boerderij weet hij heus wel hoe het er rond zo'n bevalling aan toe gaat, maar altijd was de veearts erbij. Wat, als... verder durft hij niet te denken.

'Niet nadenken', zegt ook zijn vader. 'Gewoon doen wat ik zeg. Eerst 'ns diep ademen, en dan... je hand erin. Goed zo. Niet op de rest letten, dat kleintje, daar gaat 't om.' Jef weet niks, voelt zich ziende blind. 'Je voelt nu of zich één of meer pootjes naar jou uitstrekken.' Zijn vader blijft op hem inpraten. 'Is 't er één, of zijn het er meer?' Jef knikt. 'Eén.' 'Oké, rustig aan, je doet het prima. Strijk 'ns over dat pootje en ga verder. Niet bang zijn, luister maar naar mij. Rustig blijven, vooral

rustig blijven. Voel je 't andere pootje, is 't misschien nog gebogen? Ah kijk! Voorzichtig 'n beetje mee spelen, dan buigt 't hopelijk vanzelf. Is 't gelukt? Maar jongen toch, fantastisch!' Jef gloeit van trots. Hij pakt nu - zoals pa zegt - beide pootjes vast en helpt, telkens wanneer er 'n verkramping door 't enorme koeienlijf gaat, mee om 't kleintje iets verder te brengen. Dan 'n paar keer flink kracht zetten – pa telt mee: 1-2-3! – en opeens floept 't eruit, zo snel dat Jef in paniek raakt. Gelukkig is pa naast hem om 't pasgeboren beestje mee op te vangen. Samen stappen ze ermee naar Klaartje, leggen 't kalfje naast haar in het stro. Zien hoe Klaartje haar eerstgeborene schoonlikt. De spanning is uit de lucht.

'Weet je hoe je berensterk wordt?' Pa geeft zelf antwoord: 'Door dit kalfje, pakweg dertig kilo, elke dag even op te tillen. Zo deden wij dat vroeger.' Hij knipoogt. 'En als je het niet gelooft...' Jef lacht. '... dan maak je me iets anders wijs.' 'Trouwens, hoe ga je 't noemen?' Lang hoeft Jef niet na te denken. 'Christa'. Zijn kalfje, geboren op Eerste Kerstdag, kan geen Betsie of Katrien worden. 'Sjiek', zegt pa en moet, wijzend op hun kleren, lachen. 'Sjiek? Ha! We zien eruit als varkens, met honger als 'n paard! Kom, we gaan Kerst vieren.' Na 'n laatste blik op Klaartje en Christa lopen ze de frisse buitenlucht in en daarna de wasruimte binnen, waar een kuip warm water staat en schone kleren klaarliggen.

Wanneer ze de keuken binnenkomen, is iedereen stil. 'Nou, Jef, zeg jij het maar', moedigt pa hem aan. Jef voelt hoe zijn gezicht gloeit van trots. 'Ik heb Klaartje geholpen, alles is in orde met haar en het kalfje. 't Kerstkindje is dit jaar 'n meisje: Christa.' De vette complimenten en gelukwensen maken hem verlegen. Zijn vader zegt. 'Jij hebt een worstenbroodje extra verdiend!' Iedereen lacht. Jef is in gedachten weer bij wat er gebeurd is. 't Liefst zat hij nu bij Klaartje en Christa in 't stro en dan gewoon in slaap vallen. Maar dat kan niet. Christa hoort bij Klaartje. En toch is ze voor altijd en eeuwig zijn Kerstkindje.

Lisa Naus, december 2024

Een passend gedicht van Lotte Kahlert



Onzichtbaar ziek

Onzichtbaar ziek zijn is niet onzichtbaar
Voor wie kan kijken met het hart
Want zij ziet het leed verstopt in rimpels
Of een oogopslag die eigenlijk niet lacht
Zij ziet de spanning in een opgetrokken schouder
Of gebalde vuist die geen moment verzacht

*De ogen van het hart
Kunnen daadwerkelijk zien
Het is deze liefdevolle blik
Die ieder mens verdient*

wdh



-Als je meer wilt weten over de achtergronden van de gebruiken rond kerst is het Yule feest een mooie bron van inspiratie [Yule jaarfeest](#)

-De kracht van kunst! Meer informatie vind je als je klikt op deze link naar een artikel van Reuma Magazine [de helende kracht van kunst](#)

-Het is altijd fijn en leuk om te weten wat er in andere culturen gevierd wordt in de maand december. Hier lees je er over [december feesten over de hele wereld](#)



Afscheid van Rogier Madou en Wiel van Rijn

Na een periode van 19 maanden kwamen zowel Rogier als het bestuur tot de conclusie dat er op bepaalde punten onvoldoende cohesie was en Rogier heeft dan ook besloten zich als bestuurslid terug te trekken. Wij danken hem voor de inzet voor onze vereniging in de genoemde periode.

Wiel van Rijn heeft, na 16 jaar penningmeesterschap en een lange periode van ziekte en moeizaam herstel, ook aangegeven zijn functie neer te leggen. Na zoveel jaren zijn we hem zeer erkentelijk voor alle inspanningen die hij zich getroost heeft om deze functie naar behoren te vervullen. We hopen dat hij nu van zijn vrije tijd zal genieten.

Bestuursleden:

Henk Langeweg	voorzitter	0475-311793
Monica van Lier	secretariaat	06-44058215
Jan Schreurs	penningmeester	0475-581727
Annelies Hermans	bestuurslid redactie	06-12318995
Rini Mestrom	coördinator hydrotherapie	0475-486496
Inge Cillekens	bestuurslid activiteiten	0475-463280

Correspondentieadres: Bergerweg 63A 6063BP Vlodrop
e-mail: secrrpvroereo@outlook.com
website: [website RPV Roermond e.o.](http://website.RPV.Roermond.e.o.)
IBAN: NL44 RABO 0184 1263 12

De nieuwsbrief van de Reuma Patienten Vereniging Roermond en omstreken 'De Leuning' ontvang je om je als lid van onze vereniging regelmatig van actuele informatie te voorzien.

Wil je deze nieuwsbrief niet meer ontvangen, stuur dan een email naar

secrrpvroereo@outlook.com met de tekst: 'geen nieuwsbrief meer'

Wilt u geen nieuwsbrieven meer van ons ontvangen? Klik dan [hier](#) om u af te melden.

Deze nieuwsbrief is **gratis** verstuurd met [Inboxify](#)