



België - Belgique
PB
9660 Brakel
BC 10862

Stembandlozen

OOST - VLAANDEREN



www.stembandlozen-oost-vlaanderen.be

Zelfhulpgroep, vriendenkring, patiëntenvereniging voor
GELARYNGECTOMEERDEN

Met steun van
Kom op tegen Kanker



P 602 180

Driemaandelijks tijdschrift nr. 96
24 jaargang Nummer 4
oktober-november-december 2023
Afgiftekantoor: Brakel

Afzender & V.U.
Van Achter Ludo
Warande 110
9660 Brakel

Oost-Vlaamse Vereniging voor Gelaryngectomeerden



Contactadres & verantwoordelijke uitgever

Ludo Van Achter
Warrande 110
9660 Brakel
☎ 0477 44.43.64

ludo.vanachter@telenet.be

www.stembandlozen-oost-vlaanderen.be

De Liga voor Gelaryngectomeerden VZW (LvG) heeft een eigen website en e-mailadres.

www.ligavoorgelaryngectomeerden.be

info@ligavoorgelaryngectomeerden.be

De Kankerlijn van
Kom op tegen Kanker
kankerlijn.be - 0800 35 445



Het Kankermeldpunt van
Kom op tegen Kanker
kankermeldpunt.be - 0800 35 444



Koningsstraat 217 1210 Brussel

Tel: 02/227.69.69

Elke werkdag

van 9 tot 12 uur en van 13 tot 17 uur

www.kankerlijn.be

kankerlijn@komoptegenkanker

Nuttige Websites:

www.komoptegenkanker.be

www.ligavoorgelaryngectomeerden.be : (LvG)

www.laryngectomie-tracheotomie.be : gelaryngectomeerden Antwerpen (AVG).

www.stemband.be : gelaryngectomeerden West-Vlaanderen.

www.lzvg.be : gelaryngectomeerden Limburg (LZVG).

www.gelaryngectomeerden.be : gelaryngectomeerden Vlaams-Brabant

www.komoptegenkanker.be : onder de rubriek: zelfhulpgroepen voor gelaryngectomeerden.

www.kanker.be : stichting tegen kanker.

www.zelfhulp.be : zelfhulp.

www.pvhh.nl : patiëntenvereniging Hoofd en Hals (Nederland).

www.verderzonderstemanden.nl: een begeleid zelfzorgprogramma

www.tracheostoma.nl

www.vlaamspatientenplatform.be



Aarzel niet om onze vereniging te contacteren voor vragen of inlichtingen: mail naar het secretariaat Ludo Van Achter, gsm 0477 44.43.64, e-mail ludo.vanachter@telenet.be

Atos

Atos Medical **Your voice**

Pastoor Cooremansstraat 3

1702 Dilbeek

Tel : 02/218.55.50



Woordje van de voorzitter

De zomer zit er bijna op en het bestuur is druk geweest met patiëntenbezoeken. Er waren maar liefst 6 bezoeken aan personen in ziekenhuizen of thuis.

Onze eerste bijeenkomst in september was alweer een success zelfs in besloten groep.



En er zit een super Kerstfeestje in de planning!

Ambiance is meer dan muziek

Twee wereldvreemde broers, Willy en Walter, hebben hun hele leven ingewoond bij hun moeder.

Hun enige ontspanning was samen muziek spelen.

Na haar overlijden beslissen zij om hun droom waar te maken.

Met de mobilhome van nonkel Richard, trekken zij rond en kijken met "verwonderde blik" naar de wonderde wereld.

Met hun muziekjes brengen zij iedereen in trance.

Hun enige doel, ambiance!!!!!!!

Twee tweelingbroers :



zanger/keyboardspeler en accordeonist

Zij nemen je mee in hun verhaal. Meezingers en humor, er gebeuren onverwachte dingen .
Steeds ambiance.



Het droevig verlies van een lotgenoot



De Clercq Willy

° 15/03/1935 + 13/08/2023

Bedroefd nemen we afscheid van

De Heer

Willy De Clercq

Echtgenoot van Lydia Van Doorslaer

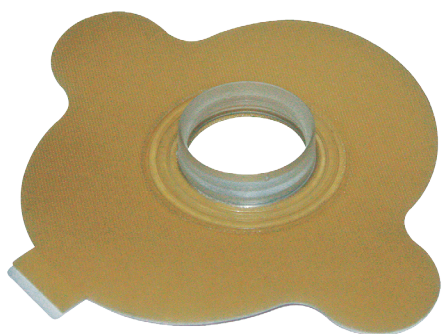
Geboren te Lokeren op 15 maart 1935
en er overleden op 13 augustus 2023.

U wordt vriendelijk uitgenodigd tot de plechtige uitvaart,
die zal plaatshebben in de kapel van de H. Engelen,
Brugstraat 123 te Lokeren
op zaterdag 19 augustus 2023 om 9.30 uur.

Samenkomst in de kapel om 9.20 uur.

De bijzetting van de urne vindt plaats in beperkte kring.

Fabrikant
Fahl (Duitsland)



Tape Comfort, zeer flexibel
en blijft tot 4 of 5 dagen
goed kleven



Fabrikant
Inhealth (USA)



SpeakFree HME, een
nieuw filtercassette met
een geïntegreerd, regelbaar
hands-free spreekventiel

ZIJN DE PRODUCTEN VAN TWEE VERSCHILLENDE FABRIKANTEN COMBINEERBAAR?

Ja, op voorwaarde dat de fabrikanten de aansluitdiameter van 22mm respecteren.

Door gebruik te maken van deze conventie die meerdere jaren geleden is vastgesteld, heeft dit bijgedragen aan de patiëntveiligheid en het gemak voor zowel patiënten als voorschrijvende medici.

Elke HME-cassette of handsfree spreekventiel kan zich aanpassen aan elke laryngectomiecanule of stoma klever. Behandelende artsen en patiënten kiezen steeds de beste combinatie, afhankelijk van elke situatie. Dit om steeds de beste en voordeligste combinatie voor de patiënt aan te bieden.

DE FABRIKANTEN DIE WIJ VERTEGENWOORDIGEN VERBINDEN ZICH ERTOE OM DE 22 MM CONVENTIE TE RESPECTEREN.

Voor meer informatie en stalen kan je ons steeds contacteren

T-STOMA

Akenkaai 69 - 19G • 1000 Brussel
Mail: info@t-stoma.eu • www.t-stoma.eu



Persbericht: Onbeschikbare geneesmiddelen: 3 patiënten op 4 kregen er al mee te maken.

Je gaat naar de apotheker voor een medicijn dat je al jaren neemt, maar deze heeft het niet op voorraad en kan het ook niet bestellen. Uit een bevraging van het Vlaams Patiëntenplatform blijkt dat drie patiënten op vier hier al mee te maken kregen. Ook wanneer je een alternatief geneesmiddel krijgt zijn de gevolgen voor patiënten groot. 542 personen namen deel aan de enquête.

In één situatie op vijf wordt er geen alternatief gevonden. De patiënt krijgt dus géén geneesmiddel. Mogelijke alternatieven zijn: een andere toedieningsvorm, een product uit het buitenland, een generiek middel, afhaling in het ziekenhuis Maar ook zo'n alternatief brengt veel gevolgen mee voor patiënten: verhoogde kosten, stress, verwarring

De impact op de levenskwaliteit van patiënten is groot.

70% van de bevroagden ervaart gevolgen door onbeschikbare medicatie. En die gevolgen wegen zwaar door. Zo zegt bijna de helft van de bevroagden een zeer grote impact te ervaren. Patiënten zoeken uren of dagen naar een apotheek met het laatste doosje. Of worden plots verwacht zich te verplaatsen naar het ziekenhuis. Heb je 'geluk' dan kan het product in het buitenland besteld worden of is er een alternatief zoals een generiek middel of een andere dosering. Maar de bijkomende kosten, symptomen die minder gecontroleerd worden of nieuwe bijwerkingen, moet je er bijnemen. Het is dan ook niet verrassend dat veel patiënten aangeven stress, onzekerheid of verwarring te ervaren. Ook het risico op fouten bij de inname stijgt.

"Ik had veel stress en angst door het ontbreken van medicatie. De apotheker, arts en ik deden veel moeite, maar zonder resultaat. Het komt zo vaak voor dat ik er niet meer op kan vertrouwen. Wat als dit met mijn levensnoodzakelijke medicatie gebeurt?"

– getuigenis van één van de respondenten in de bevraging

Gebrekkige informatie

In zo'n situatie wil je uiteraard weten waarom je geneesmiddel niet beschikbaar is, hoelang dat zal duren en wat je ondertussen kan doen. Toch kregen 2 bevrageden op 3 daar geen informatie over. Nochtans werd daarvoor de website farmastatus.be ontwikkeld. Alle onbeschikbaarheden staan er vermeld met reden en duur. 86% van de patiënten kent deze website niet.

Vlaams Patiëntenplatform vraagt dringend doeltreffende maatregelen

Onbeschikbaarheden zijn een groot probleem. Het VPP vraagt daarom dringend een oplossing. Ook wanneer alternatieven beschikbaar zijn, zijn er negatieve gevolgen voor de patiënt en is de impact groot. Op Europees niveau, maar ook in België moet dit blijvend hoog op de agenda gezet worden. Maatregelen mogen zich niet beperken tot geneesmiddelen waarvan de tekorten als kritiek worden beschouwd.

Ter Zake maakte een mooie reportage met onze bevraging als kapstok. Daarin komen onze directeur, Else Tambuyzer, en 2 patiënten (van Melanoompunt vzw en Hepatotransplant-Gent vzw) aan bod.



Lise Dehouwer

Vlaams Patiëntenplatform vzw

Lise Dehouwer, coördinator perswerking

016 23 05 26 of 0468 17 86 07

lise.dehouwer@vlaamspatientenplatform.be

www.vlaamspatientenplatform.be

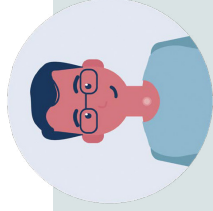
Ben je geïnteresseerd in de studie van het Vlaams Patientenplatform. Deze is te verkrijgen bij het OVG bestuur.

De reportage van Ter Zake kan je herbekijken op VRT Max

De laryngectomie site.

Krijg toegang tot waardevolle informatie, vind hulp en leer van anderen.

www.laryngectomie.be →



Staat u of iemand in uw omgeving op het punt een laryngectomie te ondergaan?

U bent niet alleen.



1

Vóór een totale laryngectomie



2

De operatie



3

Het ziekenhuis



4

Thuis



5

Leven na een laryngectomie



Scan de QR-code of ga naar:
www.laryngectomie.be

Gesponsord door Atos Medical

Wat bewaar je in de koelkast?

Sommige mensen bewaren zoveel mogelijk producten in de koelkast. Maar van sommige producten gaat de kwaliteit dan juist sneller achteruit. Over het algemeen geldt: wat in de supermarkt wordt gekoeld, bewaar je thuis ook in de koelkast.

Arjen Oving Expert Woning & Huishouden



Koel of gekoeld bewaren?

Controleer bij verpakte producten het bewaaradvies op de verpakking. Let op: er is een verschil tussen 'koel bewaren' en 'gekoeld bewaren'. Producten die je 'gekoeld' moet bewaren berg je op in de koelkast. Producten met het advies 'koel bewaren' bewaar je tussen de 12 en 15°C.

Welke groenten en fruit in de koelkast?

De meeste groenten kun je in de koelkast bewaren, net als het meeste fruit. Kiwi's, peren en appels, kun je bijvoorbeeld prima in de koelkast bewaren. Net als asperges, broccoli en bloemkool. Maar voor veel producten is het niet nodig om ze in de koelkast te bewaren. Of zelfs af te raden.

Stevige groenten zoals aubergine, komkommer en courgette hoef je niet in de koelkast te bewaren, als je ze niet langer dan een paar dagen laat liggen.

Bewaar je groenten en fruit buiten de koelkast? Doe dit dan wel het liefst op een koele, donkere plaats. Heb je geen kelder, gangkast of een koel keukenkastje? Controleer dan op het overzicht of je iets beter wel of niet in de koelkast bewaart.

Zacht fruit

Zacht fruit zoals aardbeien, bessen, frambozen en bramen berg je het beste op in de groentelade van de koelkast. Laat een zakje openstaan. Fruit uit warme landen, zoals ananas, mango en citrusfruit kun je meestal prima buiten de koelkast bewaren. Bananen leg je ook niet in de koelkast, ze worden dan van buiten bruin.

Gebruik de groentelade
















































Bewaar groente en fruit in de groentelade van de koelkast. Daar is het vaak minder koud en vochtig dan in de rest van het koeldeel. Hierdoor voorkom je zoveel mogelijk dat groente en fruit uitdroogt in de koelkast of kwaliteit verliest door koudebederf.



Eieren

Eieren staan in de supermarkt buiten de koeling, maar thuis kun je ze beter in de koelkast bewaren. Ben je bang voor vieze koelkastluchtjes die door de poreuze schaal van het ei kunnen dringen? Bewaar ze dan mét doos in de koelkast.

Sauzen

Veel mensen bewaren geopende flessen en potjes met sauzen en smaakmakers, zoals ketchup, sojasaus en sambal, in de koelkast. Heb je een koele, donkere ruimte, dan is dat niet echt nodig. Deze producten zitten meestal vol natuurlijke of kunstmatige conserveringsmiddelen. En de kou van de koelkast kan ook de smaak of structuur van sommige producten veranderen.

GEKOELD  (4 tot 7°C)				KOEL  (12 tot 15°C)					
Groente	Aantal dagen te bewaren	Fruit	Aantal dagen te bewaren	Groente	Aantal dagen te bewaren	Geen koele plek?	Fruit	Aantal dagen te bewaren	Geen koele plek?
 Champignons	3	 Aardbeien	1 - 3	 Avocado	6		 Banaan	6	
 Taugé	3	 Kaki	3	 Aubergine	6		 Mango	5 - 7	
 Bospeen met loof	4	 Kersen	3 - 5	 Courgette	6		 Mandarijn	5 - 10	
 Sla (krop)	3 - 5	 Nectarine	5 - 7	 Tomaat	7		 Sinaasappel	7 - 21	
 Paksoi	5	 Perzik	5 - 7	 Paprika (rood, oranje, geel)	7				
 Asperges	7	 Druiven	7	 Paprika (groen)	7				
 Broccoli	7	 Kiwi	7 - 21	 Komkommer	7 - 14				
 Bloemkool	10	 Peer	14 - 21	 Ui	28				
 Bospeen zonder loof	10	 Appel	14 - 28	 Winterpeen	28				
 Prei	14 - 21								

 Kamer-temperatuur
 Koelkast

Bron: Consumentenbond.nl

Vandaag start nieuwe vaccinatiecampagne tegen corona, maar meteen naar huisarts of apotheek lopen heeft weinig zin

15 september 2023



Een nieuwe vaccinatiecampagne

Het aantal covidbesmettingen zal de komende weken en maanden weer stijgen, dat is normaal in de herfst- en winterperiode. En omdat de bescherming van een coronavaccin na enkele maanden afneemt, kan het interessant zijn om je ook dit najaar opnieuw te laten vaccineren.

Wie laat zich het best vaccineren?

Mensen die ouder zijn dan 65, zwangere vrouwen, mensen die kwetsbaar zijn door een onderliggende ziekte, lijden aan obesitas, een verzwakt immuunsysteem hebben of in de zorg werken wordt aangeraden om zich te laten vaccineren.

Het is de bedoeling dat mensen uit deze groepen eerst een vaccin krijgen. Dat zijn zo'n twee miljoen mensen.

Waar kan ik me laten vaccineren?

Voor een prik tegen corona kan je een afspraak maken bij een apotheek in de buurt of bij je huisarts. Je kan een kijkje nemen op de website van je huisartsenpraktijk of op [apotheek.be](https://www.apotheek.be) om een afspraak te maken.

Artsenvereniging Domus Medica vraagt wel om nog even geduld te hebben en niet meteen vandaag te bellen voor een afspraak. Je wacht best de communicatie van je arts of apotheek af.

Bewoners en medewerkers van woonzorgcentra en zorginstellingen zullen intern terecht kunnen voor hun vaccin. Sommige steden (zoals Antwerpen) organiseren een centraal vaccinatiepunt.

Welk vaccin wordt er gebruikt?

Het vaccin dat je hoogstwaarschijnlijk zal krijgen is dat van Pfizer/BioNTech. Het vaccin richt zich specifiek tegen de omikron-subvariant XBB.1.5.

Heeft het nog zin om me te laten vaccineren?

Als je deel uitmaakt van een risicogroep, laat je je het best vaccineren omdat je nog altijd het risico loopt om ernstig ziek te worden of gehospitaliseerd te worden. Als je niet in een van de risicogroepen zit, is het niet meteen nodig.

Hoeveel kost het om me te laten vaccineren?

Het vaccin tegen corona is en blijft gratis. Als je je laat vaccineren bij je huisarts, zal je mogelijk wel het remgeld moeten betalen.

Kan ik mijn griepvaccin combineren met een vaccin tegen corona?

Dat kan, maar voor een betere bescherming spreid je de inenting best. Een piek in de coronabesmettingen wordt midden oktober verwacht. Het vaccin tegen corona moet je voor de piek krijgen. De piek voor griep valt later.

Als je toch twee prikken wil krijgen op hetzelfde moment, krijg je in je rechterarm het coronavaccin en in je linkerarm het griepvaccin. Hou er wel rekening mee dat de bijwerkingen, zoals misselijkheid en lichte hoofdpijn, feller kunnen zijn als je beide vaccins op hetzelfde moment laat toedienen.

Bron: Vrt.be



Wist je dat ...

Heet water befrist sneller dan koud water.



De olifant is het enige dier dat niet kan springen.

Arnold Schwarzenegger is de 'dodelijkste' acteur aller tijden met in totaal 369 mensen die hij in zijn films heeft gedood.



Mag je elke dag een ei eten?



Jarenlang werd ons ingepompt dat we maximum drie eieren per week mogen eten omdat ze veel cholesterol bevatten. Maar intussen weten we dat verzadigde vetten de boosdoener zijn. Zijn eieren dan gezond? En hoeveel mag je er eten?

Cholesterol in eieren

Vroeger ging men ervan uit dat inname van **cholesterol** in de voeding kon leiden tot een hoger cholesterolgehalte in het bloed, wat op zijn beurt een grotere kans op hart- en vaatziekten inhoudt. Het advies luidde dan ook dat men best niet meer dan drie eieren per week at.

Intussen brachten verschillende studies aan het licht dat er geen verband is tussen de inname van eieren en de kans op **hart- en vaatziekten** en **beroerte**. Dagelijks een ei eten zou dus geen negatieve invloed hebben. Tenzij je gezondheidsproblemen hebt, zoals bijvoorbeeld diabetes of een hoge cholesterol die erfelijk is.

Hoeveel eieren mag je eten?

De Belgische Hoge Gezondheidsraad adviseert om niet meer dan 300 mg cholesterol per dag in te nemen via de voeding. In één eidooier zit ongeveer 200 mg cholesterol. Aangezien andere dierlijke producten en eibereidingen ook nog wat cholesterol bevatten, kan je het best niet overdrijven, maar een eitje per dag is in principe geen probleem. Volgens het Vlaams Instituut Gezond Leven is er ruimte voor zes eieren per week in een gezond dieet.

Bij diabetespatiënten is er mogelijks wel een verband tussen eieren eten en het risico op hart- en vaatziekten. Wie genetisch belast is met een hoog cholesterolgehalte zal meer cholesterol opnemen uit de voeding. Maar het is nog niet duidelijk of dit invloed heeft op het cholesterolgehalte in hun bloed.

Hoe gezond zijn eieren?

Eieren zijn heel voedzaam. Ze bevatten maar liefst acht gram hoogwaardige proteïne. Daarnaast hebben ze een gebalanceerd aminozurenprofiel. Eieren zijn ook rijk aan de vitamines A, D, E en K en mineralen zoals fosfor, selenium, ijzer en zink. Ook vind je in eieren de stof choline die nodig is voor diverse stofwisselingsprocessen.

Daarnaast zijn eieren rijk aan hoogwaardige vetten. De hoeveelheid enkelvoudig onverzadigde en meervoudig onverzadigde vetzuren is groter dan de hoeveelheid verzadigde vetten. Van oliezuur, linolzuur en omega 3 weet men dat ze heel goed zijn voor onze gezondheid.

Ten slotte zijn eieren ook een bron van antioxidanten, zoals luteïne en zeaxanthine. Deze stoffen zouden onder meer aandoeningen van het centrale gedeelte van het netvlies (maculaire degeneratie) en hersenaandoeningen voorkomen.

Te veel rauwe eieren eten, is dan weer niet goed. Rauw eiwit bevat avidine: een stof die de opname van B8 (biotine) blokkeert en dus kan leiden tot een tekort van de vitamine. Bovendien loop je door het eten van rauwe eieren risico op een voedselinfectie met salmonella.

Bronnen: <https://www.voedingscentrum.nl>, <https://www.nice-info.be>

Handige wistjedatjes voor in de keuken: hoe maak je een perfect gekookt eitje?



Zorg ervoor dat de eieren die je wilt koken op **kamertemperatuur** zijn. Wanneer ze te koud zijn, gaan ze barsten in het kookwater door het grote temperatuurverschil. Om dezelfde reden moet je de bolle kant van het ei - waar het luchtreservoir zit - ook een prikje geven met een eierprikker of een naald zodat er wat lucht kan ontsnappen. Breng ondertussen voldoende water aan de kook, de eieren moeten helemaal onder staan wanneer ze je straks in het water dompelt.

Leg de eieren een voor een op een lepel en laat ze voorzichtig zakken in het kokende water. Zet het vuur meteen wat lager zodat het water iets minder borrelt en de eieren niet tegen elkaar aanbotsen.

Haal de eieren na de juiste kooktijd (zie hieronder) uit het water en laat ze meteen schrikken onder koud water om het kookproces te stoppen en het pellen te vergemakkelijken.

Wat is de juiste kooktijd voor een ei?

- een zachtgekookt eitje: 3 à 4 minuten, afhankelijk van de grootte van het ei.
- een halfhard gekookt eitje: 5 à 6 minuten
- een hardgekookt eitje: 8 à 9 minuten

Hoe bak je een perfect spiegelei?



Een spiegelei, dat is niet alleen superlekker, het is ook 'een eitje' om het te maken!

Maar toch kan je het verknoeien als je het niet op het juiste moment kruidt met peper en zout. We leggen uit hoe je het beste resultaat krijgt.

1. Smelt een klontje boerenboter in een pan en strooi er een snufje zout over zodra de boter begint te schuimen. Laat dan onmiddellijk het ei (dat je eventueel vooraf in een kommetje hebt gedaan) erin glijden. Op die manier blijft het zout op de onderkant van het eitje zitten.

Strooi je het zout rechtstreeks op het eiwit, dan wordt het rubberachtig.

2. Laat het spiegelei op laag vuur bakken tot het eiwit net gaar is. Bedek de pan eventueel met een deksel dat hoog genoeg is en de dooier niet beschadigt.

3. Leg het spiegelei op het bord en doe er dan pas peper op. Zo behoudt de dooier perfect zijn smaak.



GEEN HONGER MET KERST?

Wie heeft er met kerst nooit honger?

Antwoord : De kalkoen, want die is altijd gevuld.



Wat is politiek

Een zoon vraagt aan zijn vader: Pap, wat is eigenlijk politiek.

Vader zegt: Jongen, dat is heel eenvoudig. Kijk, Ik breng het geld thuis, dus ben ik het KAPITALISME. Je moeder beheert het geld, dus is zij de REGERING.

Opa ziet er op toe dat alles her ordentelijk verloopt. Hij is de OVERHEID.

Het dienstmeisje is de ARBEIDERSKLASSE.

Wij hebben allen maar een doel voor ogen namelijk jouw welzijn. Daarom ben jij het VOLK.

Je kleine broertje die nog in de luiers loopt is de TOEKOMST.

De zoon denkt na en vraagt of hij er een nachtje over mag slapen.

's Nachts wordt hij wakker omdat zijn kleine broertje in zijn luier heeft gepoept en vreselijk schreeuwt. Omdat hij niet weet wat hij moet doen gaat hij naar de slaapkamer van zijn ouders. Daar ligt alleen zijn moeder en die slaapt zo vast dat hij haar niet wakker krijgt. Daarom gaat hij naar de kamer van het dienstmeisje waar hij ziet dat zijn vader bij haar in bed ligt en ze zijn met hele vreemde dingen bezig. Hij ziet dat Opa onopvallend door het raam toekijkt. Ze zijn allemaal zo druk dat niemand merkt dat hij voor het bed staat. Daarom besluit de jongen onverrichterzaken weer te gaan slapen.

De volgende ochtend vraagt vader aan zijn zoon of hij met zijn eigen woorden kan uitleggen wat politiek is.

Ja zegt de zoon: Het KAPITALISME misbruikt de ARBEIDERSKLASSE terwijl de OVERHEID toekijkt en de REGERING slaapt. Het VOLK wordt volkomen genegeerd en de TOEKOMST ligt in de STRONT.

Tom gaat naar de dokter. Hij loopt naar binnen en zegt: "Ik heb een bril nodig."
Waarop de dame achter de balie: "da's zeker da, dat is hier een kaaswinkel..."



VRAAG

Als de zus van je oom niet je tante is, wie is ze dan?

Antwoord: *Je moeder*

HARD WERKEN

"Van hard werken is nog niemand doodgegaan", zegt de chef tegen een werknemer die er de kantjes van afloopt. "Dat weet ik wel", luidt het antwoord, "maar ik neem liever geen risico."

Snelle diagnose

Een man klaagt tegen zijn vriend: "Mijn elleboog doet echt pijn, ik denk dat ik maar eens naar de dokter moet."

Zijn vriend antwoordt: "Nee, dat hoeft niet. In de supermarkt staat nu een computer die sneller en goedkoper een diagnose kan stellen! Je plaatst gewoon een urinestaal in die computer en deze vertelt je onmiddellijk wat er met je aan de hand is en hoe je het kunt verhelpen. En dat voor slechts 1 euro." De man denkt: "Hierbij heb ik niets te verliezen," en vult een potje met urine en gaat naar de supermarkt.

Bij de computer gekomen giet hij zijn urinestaal erin en doet 1 euro in de gleuf. Hierop maakt de computer een piepend geluid en gaan er wat lichtjes flikkeren. Na een poosje schuift er een smal strookje papier uit met het volgende opschrift: "Je hebt een tenniselleboog. Hou je arm enkele dagen warm en vermijd zwaar werk. Na enkele weken zal de pijn verdwenen zijn."

Later op de avond denkt hij hier over na en vraagt zich af of dit toestel niet te misleiden zou zijn. De volgende ochtend vult hij een potje met wat afwaswater, mengt daar wat uitwerpselen van de hond bij. Dan voegt hij een urinestaal van zijn vrouw en zijn dochter erbij en masturbeert nog eens in het potje. Deze cocktail brengt hij gniffelend naar de computer en giet het erin, stopt er weer een euro in en wacht ongeduldig op het resultaat. Weer maakt deze hetzelfde geluid, gaan dezelfde lichtjes branden en komt er een briefje uit met het opschrift: "Uw leidingwater bevat teveel kalk. Koop een wasverzachter. Uw hond heeft wormen. Geef hem vitamines. Uw dochter is aan de drugs. Help haar met een ontwenningsskuur. Uw vrouw is zwanger en u bent niet de vader. Zorg voor een goede advocaat. En als u niet stopt met masturberen dan raakt u nooit van die tenniselleboog af!"

MAAND

Wat is er in de maand december dat in geen enkele andere maand voorkomt?

Antwoord: *De letter d.*

Nuttige adressen en telefoonnummers Bestuur



Ludo Van Achter

**Voorzitter – Secretaris - Webmaster –
Patiëntenbegeleider**

Warande 110
9660 Brakel
Tel: 055/61.56.61
GSM: 0477/44.43.64
E-mail: Ludo.vanachter@telenet.be



Inge Delfosse

Vice Voorzitter

Zoomlaan 17
1000 Brussel
GSM: 0488/81.31.84
E-mail: inge@md-and-partners.com



Carlos Van Autreve

**Ondervoorzitter - Penningmeester
Patiëntenbegeleider**

Gentpoortstraat 32
9800 Deinze
Tel: 09/386.19.72

Ankerleden: de steun en toeverlaat van het bestuur



Eliane Van Kerckhove
09/348.93.84



Antoinette De Grootte



Zuster Maria Van De Putte

Rekeningnummer OVG: BE19 8901 2437 1512

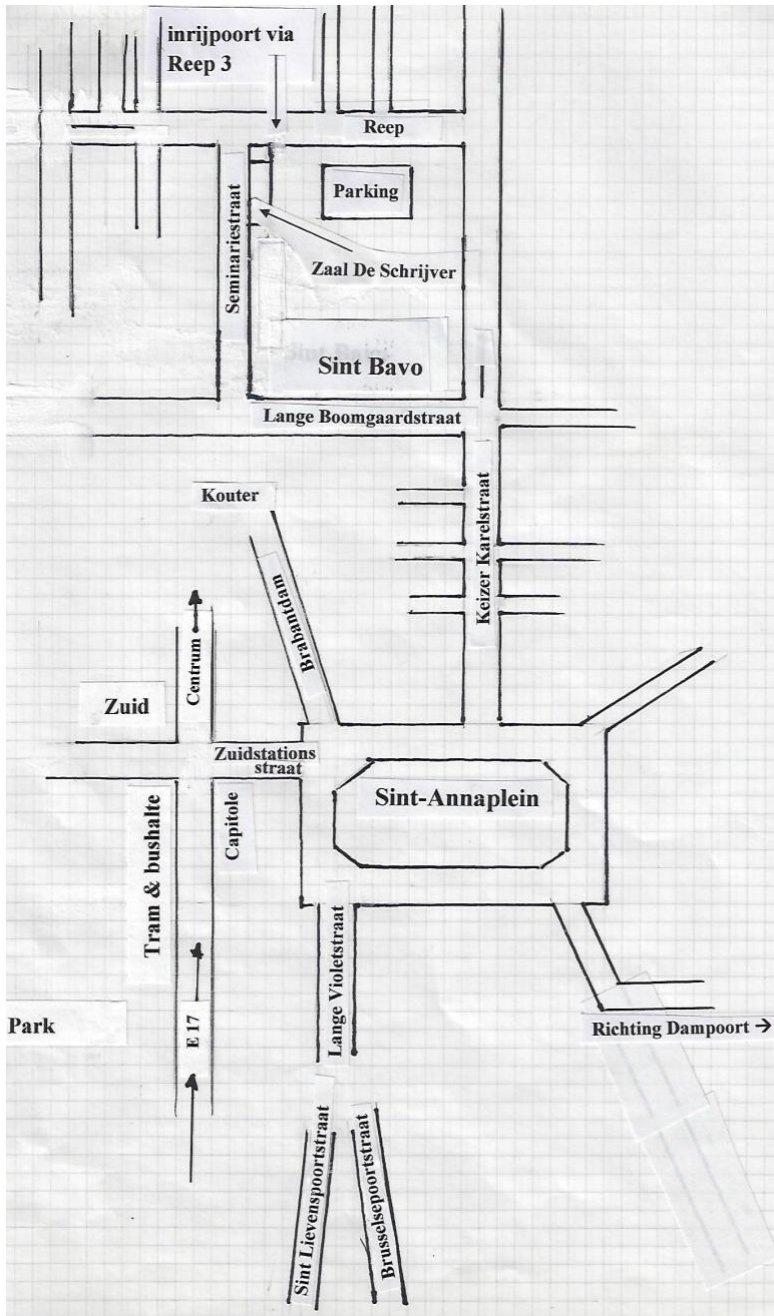
Data volgende samenkomsten:

zaterdag 16 september
zaterdag 28 oktober: Voorstelling producten T-Stoma
zaterdag 18 november
zaterdag 16 december: Kerstfeest



info: bij bestuur of via website

**Alle bijeenkomsten zijn kosteloos voor lotgenoten, hun partner, familieleden en sympathisanten.
Kinderen & kleinkinderen zijn ook welkom.**



Wegbeschrijving voor voertuigen naar: Sint-Bavo, Reep 4 te Gent

Afrit E17 Centrum Gent - Centrum blijven volgen – voorbij theater Capitole (rechts) – rechts de zuidstationsstraat in. Via Sint-Annaplein (richting Parking Reep volgen), Keizer Karelstraat in, 5^{de} straat links de Reep in. Bruine inrijpoort (naast huisnummer 3) in en binnenin parkeren. (Opgepast: smalle inrijpoort)

Samenkomst is in zaal “De Schrijver”.

Zaal is ook toegankelijk voor rolstoelgebruikers.

- Indien inrit poort gemist: geen probleem, blokje rondrijden: voorbij inrijpoort links Seminariestraat in, einde Seminariestraat links Lange Boomgaardstraat in, einde Lange Boomgaardstraat rechts (verboden links) Keizer Karelstraat in, rond het Sint-Annaplein dan opnieuw via Keizer Karelstraat de Reep in.
- Opgepast: in de Seminariestraat is ook de inrit van de betalende ondergrondse parking Reep; die niet nemen.

Opnieuw naar huis.

Bij het buiten rijden onmiddellijk links af (niet rechts zoals vroeger). Na +/- 10 meter links af de Seminariestraat in, op het einde links af de Lange Boomgaardstraat in. Op het einde rechts af de Keizer Karelstraat in. Dan via het Sint-Annaplein naar huis.

Bijkomende info:

- Het Sint-Annaplein is te bereiken via:
 - Brusselsepoortstraat dan Lange Violetstraat
 - Brabantdam
 - Zuid (afrit E17 Gent Centrum)

Met tram naar Sint-Bavo:

Aan het Sint-Pietersstation **tram 1** (centrum) nemen na +/- 5 minuten **Halte Korenmarkt**. Via Emile Braunplein en Limburgstraat naar Reep (+/- 10 minuten te voet)