

Regionieuwsbrief Noord-Holland april 2018 nr. 52

Op 14 juni organiseert de NVA een themadag over "Angst voor de (tand)arts" in de Rijk. Een dag vol praktische tips hoe om te gaan met bezoek aan een arts of ziekenhuis mbt mensen met autisme en een verstandelijke beperking. Ook als er geen verstandelijke beperking is, kunt u veel leren op deze dag!

Volgende keer ook uw activiteit, aanbod/vraag of oproep in de nieuwsbrief? Mail uw copy naar nannie.kruissel@planet.nl. Aanmelding/afmelding? (verander het onderwerp in 'uitschrijven') kunt u mailen naar nieuwsbrief.nva.nh@gmail.com.

Volgt u ons via facebookpagina 'NVA Noord-Holland' en Twitter via @NVA Noord-Holland?

datum	activiteit	plaats	blz
vr.ochtenden	Inloopochtenden AIC's (Koningsdag gesloten)		4
11 april	Autismecafé	Purmerend	3
	Iets Drinken	Hilversum	6
12 april	Anders kijken naar Autisme	Bovenkarspel	6
17 april	Autismecafé Zaanstad	Zaandijk	6
18 april	Iets Drinken	Amsterdam	7
19 april	Mantelzorgers Haarlemmermeer	Hoofddorp	5
20 april	Autismecafé	Hoorn	7
	Workshop Jera Ouder en Kind	Heemstede	7
1 mei	Autismekring	Amsterdam	3
4 mei	Autismecafé	Hoorn	7
5 mei	AutiRoze	Amsterdam	5
9 mei	Autismecafé	Purmerend	3
	Iets Drinken	Hilversum	6
15 mei	Autismecafé Zaanstad	Zaandijk	6
16 mei	NVA-partnergespreksgroep	Kwadijk	3
	Iets Drinken	Amsterdam	7
18 mei	NVA-gespreksgroep 'kinderen van'	Alkmaar	3
	Autismecafé	Hoorn	7
25 mei	Workshop Jera Ouder en Kind	Heemstede	7
1 juni	Autismecafé	Hoorn	7
2 juni	AutiRoze	Amsterdam	5
5 juni	Thema-avond Autisme&Puberbrein	Castricum	3
	Autisekring	Amsterdam	3
9 juni	PAS-contactdag	Haarlem	7
13 juni	Autismecafé	Purmerend	3
	Iets Drinken	Hilversum	6
14 juni	NVA-themadag Angst voor de (tand)arts	De Rijk	2
15 juni	Autismecafé	Hoorn	7
19 juni	Autismecafé Zaanstad	Zaandijk	6
20 juni	Iets Drinken	Amsterdam	7

NVA-ACTIVITEITEN IN DE REGIO



De regio Noord-Holland van de Nederlandse Vereniging voor Autisme organiseert i.s.m. de Werkgroep Autismevriendelijke Tandheelkunde een themadag over:

Autisme en Verstandelijke Beperking: 'Angst voor de (tand)arts' donderdag 14 juni 2018, De Rijp

Hoe kun je mensen met autisme en een verstandelijke beperking zo goed mogelijk voorbereiden op een ziekenhuisopname of behandeling door de tandarts, huisarts of specialist? En hoe bereid je de behandelaar voor op de komst van een bange patiënt: wat zijn de (on)mogelijkheden? Hoe kun je mét elkaar ervoor zorgen dat de opname of behandeling zo min mogelijk belastend is voor alle partijen?

Eén van de doelen is deze problematiek zichtbaar én bespreekbaar te maken bij artsen, specialisten, ziekenhuizen en (mond)zorgverleners.

Sprekers zijn:

- Jan Elhorst, tandarts Gehandicaptenzorg (niet-praktiserend), opent de themadag en vertelt over de Werkgroep Autismevriendelijke Mondzorg en ontwikkelingen in de mond- en medische zorg.
- Yvette Dijkxhoorn, orthopedagoog en docent Orthopedagogiek Universiteit Leiden, over angst in brede zin bij deze doelgroep
- Aniek Eijsink is als tandarts gehandicaptenzorg werkzaam bij het Centrum Bijzondere Tandheelkunde in het ziekenhuis in Alkmaar en bij Leekerweide, een zorginstelling voor mensen met een beperking. Een tandarts gehandicaptenzorg heeft een speciale postdoctorale opleiding gevolgd om mensen met een verstandelijke beperking zo goed mogelijk te kunnen behandelen. Tijdens de voordracht zal zij de mogelijkheden en (on)mogelijkheden toelichten binnen het ziekenhuis en de zorginstelling
- Platform VG Noord Brabant over: 'Je kind/cliënt moet naar het ziekenhuis. Wat nu?' Een handige Wegwijzer en Aanbevelingen. Een praktische steun voor ouders/ persoonlijke begeleiders en zorgverleners.
- Fatima Afkir, mondhygiënist i/o, over haar scriptie 'Meningen en ervaringen van ouders en groepsleiding over mondzorg in Nederland'

Er is ruim gelegenheid vragen te stellen en onderling ervaringen uit te wisselen. Veel van wat besproken wordt, is ook van toepassing op mensen met autisme zónder verstandelijke beperking. Een uitgebreider programma volgt nog.

- Plaats** : Hotel De Rijper Eilanden, Zuiddijk 2a, De Rijp
Tijd : 10.00-16.00 uur (inloop/registratie vanaf 9.30 uur)
Entree : ouders/verzorgers 25 euro p.p. en professionals 35 euro p.p. (incl. lunch/koffie/thee), vooraf te voldoen na betalingsinstructies, die u ontvangt na aanmelding
Voor wie? : ouders/verzorgers, begeleiders, medewerkers (tand)artsenpraktijk en ziekenhuis, verpleegkundigen, orthopedagogen en iedereen die in dit onderwerp geïnteresseerd is
Aanmelden : aanmelding verplicht i.v.m. organisatie via nannie.kruissel@planet.nl of 06-21625449

AutismeKring Amsterdam 1 mei, 5 juni 19.30-22.00 uur

Elke 1^e dinsdag van de maand. Adres: Stadionplein 65, 1076 CJ Amsterdam. De hele avond vrije inloop, je mag ook later dan 19.30 uur komen. Einde meestal om 22.00 uur. Voor het eerst? Neem gerust een ouder of begeleider mee. Voor meer informatie zie: www.autismecafeamsterdam.nl.

Autismecafé Purmerend 11 april, 9 mei en 13 juni 20.00-21.30 uur

Elke 2^e woensdag van de maand (i.s.m. Clup Purmerend). Een ontmoetingsavond voor mensen met autisme (of het vermoeden daarvan) en een normale/hoge intelligentie, vanaf 16 jaar. Adres: De Tien Gemeenten, in de kantine naast het restaurant op de begane grond, Hoornselaan 11, 1442 AA Purmerend.

Entree/koffie/thee/fris gratis, aanmelden niet nodig. Als je het eng vindt om de eerste keer/keren alleen te komen: begeleider/familie etc. van harte welkom!

Informatie via nannie.kruissel@planet.nl of 0299-657590.

Auticafé Kennemerland

In Auticafé Kennemerland worden bijeenkomsten georganiseerd door ouders voor ouders van kinderen met autisme. Ons doel is om ouders van kinderen met autisme in Kennemerland met elkaar in contact te brengen en informatie/ervaringen rondom autisme te delen.

Thema-avond 5 juni Autisme & Puberbrein/inzicht in ASS, spreker Cecile Blansjaar (gedragskundige/orthopedagoog).

Kijk op de website voor meer informatie en aanmelden.

Locatie: Juliana van Stolbergschool, Juliana van Stolbergstraat 3, 1901 CE Castricum.

Mailadres: info@auticafekennemerland.nl of zie www.auticafekennemerland.nl.

NVA-partnersgespreksgroep woensdag 16 mei Kwadijk 13.00-15.00 uur



Het is fijn andere partners van mensen met (vermoedelijk) autisme te ontmoeten en ervaringen uit te wisselen in een veilige omgeving. Deze gespreksgroep heeft als doel de partnerrelatie te bespreken en niet je rol als ouder. Dit zorgt ervoor dat ook partners zonder kinderen of kind-gerelateerde problematiek zich makkelijker kunnen aansluiten. Aanmelden/informatie Nannie Kruissel tel. 0299-657590 of email nannie.kruissel@planet.nl.

NVA-gespreksgroep voor 'Kinderen van mensen met autisme' vrijdag 18 mei in Alkmaar

Opgroeien in een gezin met een (vermoedelijk) autistische ouder is vaak heel verwarrend voor een kind:

Wat thuis normaal is, is dat in de buitenwereld vaak niet.

Wat je geacht wordt te voelen klopt vaak niet met wat je in werkelijkheid voelt.

Wat er in jou omgaat lijkt wel niet van belang.

Je moet alsmaar rekening houden met de mensen om jou heen.

Maar wie houdt er rekening met jou?

Heb je behoefte om beter te begrijpen waarom je bent zoals je bent? Of wil je je ervaringen eens delen met mensen die gewoon begrijpen wat je vertelt? Dat kan in het lotgenotencontact voor volwassenen (>18 en zelf niet autistisch) die zijn opgegroeid met een (vermoedelijk) autistische ouder.

Doel van de bijeenkomst is om een veilige omgeving te bieden waarin iedereen zich vrij voelt om met de aanwezigen te delen wat hij graag wil delen. De groep wordt informeel geleid door een lotgenoot. Wat er besproken wordt blijft binnen de groep. Voor meer informatie over de bijeenkomsten: www.kindvanauti.nl.



NVA-AUTISME INFORMATIE CENTRA (AIC'S)

De vrijwilligers van een AIC bieden u een luisterend oor, delen ervaringen en zoeken samen met u naar informatie of antwoord op uw vragen. De AIC's zijn onderdeel van de NVA. Meer informatie op de website van de NVA: [http://www.autisme.nl/regio/noord-holland/autisme-info-centra-\(aic\)-noord-holland.aspx](http://www.autisme.nl/regio/noord-holland/autisme-info-centra-(aic)-noord-holland.aspx).

De AIC's zijn gedurende de schoolvakanties gesloten, ook op Koningsdag.

AIC AMSTERDAM (gebouw Trivium/MEE, Derkinderenstraat 10-18, 1062 DB Amsterdam)

Inloop: elke vrijdagochtend 9.30-12.00 uur

Elke vrijdagochtend welkom, afspraak vooraf niet nodig.

Het Autisme Info Centrum Amsterdam is een laagdrempelig ontmoetings- en informatiecentrum. U kunt er terecht voor een luisterend oor en voor informatie.

De inloopochtenden zijn bedoeld voor mensen met autisme (of een vermoeden daarvan) en voor ouders, partners, grootouders, leerkrachten of andere betrokkenen.

Het AIC beschikt over een flinke collectie boeken, folders enz. Ervaringsdeskundige vrijwilligers van het AIC nemen de tijd om mee te denken over uw vragen, ervaringen en zorgen. Openingstijden: elke vrijdag van 9:30 tot 12:00 uur (behalve tijdens de schoolvakanties). Met openbaar vervoer bereikbaar met tramlijnen 1 en 17 en metrolijn 50. Koffie en thee staan klaar. Voor vragen kunt u ook mailen naar:

aicamsterdam@hotmail.com.

Zie voor actuele informatie: www.facebook.com/AICAmsterdam
www.autisme-amsterdam.nl of www.autisme.nl.

AIC HAARLEM (Oostvest 60, 2011 AK Haarlem)

Inloop: elke vrijdagochtend 9.30-12.00 uur

Voor informatie: aichaarlem@hotmail.com.

AIC HILVERSUM (Youké-gebouw, Oude Torenstraat 3, 1211 BV Hilversum)

Inloop: elke vrijdagochtend 10.00-12.00 uur

vrijdag 13 april koffieochtend algemeen

vrijdag 20 april koffieochtend algemeen

vrijdag 27 april AIC dicht vanwege Koningsdag

Voor vragen: aic.hetgooi@gmail.com

AIC Hilversum op Facebook: www.facebook.com/AICHilversum.

AIC HOOFDDORP (Meerwaarde-gebouw, Dokter van Dorstenstraat 1, 2132 JR Hoofddorp)

Inloop: elke vrijdagochtend 10.00-12.00 uur

Op vrijdag 13 en 20 april houdt het AIC Hoofddorp haar inloop in het gebouw van MeerWaarde. In verband met Koningsdag is er op 27 april geen inloop.

In verband met de meivakantie is er op 4 mei geen inloop. Ook willen wij u er alvast op wijzen dat er op vrijdag 18 mei weer een cursus van Frans Coolen wordt gegeven door het AIC Hoofddorp. Informatie over deze cursus zullen wij binnenkort bekendmaken.

Mailadres AIC Hoofddorp: aichoofddorp@gmail.com.

Het AIC ontving onderstaande informatie van Mantelzorg en Meer over een bijeenkomst Financiële Regelingen voor Mantelzorgers.

Informatiebijeenkomst financiële regelingen voor mantelzorgers in Haarlemmermeer

Tijdens de informatiebijeenkomst wordt op toegankelijke en overzichtelijke wijze ingegaan op de verschillende financiële regelingen waarmee mantelzorgers te maken hebben. Na afloop weet de mantelzorger met welke regelingen hij of zij rekening moet houden en van welke regelingen hij of zij profijt kan hebben. Daarnaast beschikt de mantelzorger over voldoende kennis om goed beslagen ten ijs het gesprek aan te gaan met verschillende (financiële) instanties.

Tijdens de bijeenkomst is er ruimte voor het stellen van vragen, waardoor de bijeenkomst goed aansluit op de alledaagse praktijk van de mantelzorger. U kunt uw vragen ook vooraf stellen via onderstaand mailadres.

Datum: 19 april 2018 van 19:30-21:30 uur

Locatie: De Nieuwe Silo, Graan voor Visch 14302 in te Hoofddorp

Aanmelden: via info@mantelzorgenmeer.nl of tel. 020-3335353

AIC PURMEREND (mobiel AIC, geen bezoekadres/-tijden)

Telefonisch (0299-657590) of per mail (aic.purmerend@hotmail.com) te bereiken. Er kan dan een telefonische afspraak of een afspraak voor een persoonlijk gesprek met de AIC-vrijwilligers gemaakt worden. Het AIC heeft geen vaste locatie en is hierdoor flexibel in te zetten.

ACTIVITEITEN EN BERICHTEN VAN ANDERE ORGANISATIES (De redactie is niet verantwoordelijk voor de inhoud en kwaliteit)



AutiRoze COC Amsterdam 5 mei, 2 juni

Voor mensen met Autisme binnen de LHBT+ gemeenschap. Iedereen is welkom, maar AutiRoze is primair voor LHBT volwassenen (18 jaar en ouder) met autisme die gemiddeld of hoog functioneren. Het gaat dan zowel om mensen die een officiële diagnose hebben als mensen die vermoeden dat ze autisme hebben. De activiteiten zijn ingericht op mensen die zelfstandig kunnen functioneren. De eerste keer mag je een begeleider meenemen, maar liever niet steeds.

Wanneer: Elke eerste zaterdag van de maand tussen 19.00-23.00 uur. Het COC Amsterdam zit in het dovenontmoetingscentrum Amsterdam (DOC) op de Stadhouderskade 89, 1073 AV Amsterdam. Vragen kun je mailen naar AutiRoze@COCAmsterdam.nl.



Het Autismecafé

Autismecafé Stede Broec

Thema-avond 12 april: Anders kijken naar autisme

Gast: Gijs horvers Gespreksleiding: Jaël Elkerbout

Hoe kijk je naar autisme? Hoe denk jij erover? Is het ander gedrag of raar gedrag? Wordt ons beeld van autisme bepaald door wie we zijn, de (social) media en andere zaken? Hoe leg je autisme simpel uit? Wat is belangrijk als je met mensen met autisme omgaat? Deze en meer vragen worden beantwoord tijdens ons komende café 'Anders kijken naar autisme' waar Gijs Horvers onze gastspreker zal zijn.

Over de spreker: Gijs gelooft in in mensen en mogelijkheden. Als bevlogen ervaringsdeskundige én professional zet hij zich in voor mensen met autisme. Op zijn eigen ontroerende, humoristische, ontwapenende, innemende en eigenzinnige wijze zet hij zich in als o.a. coach, spreker en projectmedewerker. Hierdoor weet hij mensen te bewegen anders te gaan denken, werken en praten. Gijs is een veelgevraagd spreker en sprak eerder op o.a. het congres van de Nederlandse Vereniging voor Autisme, TEDx en op diverse andere autisme gerelateerde congressen. Ook is hij gastdocent bij o.a. de Radboud Universiteit en Saxion. Meer informatie op: <http://www.gijshorvers.nl>.

Ook is Jaël weer terug na haar zwangerschapsverlof! Zoals altijd zal zij de avond weer in goede banen leiden en iedereen die dat wil de kans geven zijn/haar vraag te stellen of verhaal te vertellen!

Locatie: Het Vereenigingsgebouw, Hoofdstraat 206, 1611 AM Bovenkarspel.

Start avond om 20.00 uur (ontvangst vanaf 19.30 uur), einde om 22.30 uur.

Voor meer informatie kunt u mailen naar stedebroec@autismecafe.nl. Zie ook:

www.autismecafe.nl/stedebroec.

Autismecafé Zaanstad 17 april, 15 mei, 19 juni

Iedere derde dinsdag van de maand van 20.00-22.00 uur (inloop vanaf 19.30 uur)

Adres: Wijksteunpunt De Boed, Willem Dreeslaan 1, 1544 SB Zaandijk.

Deze 'auti-meeting' zoals de bezoekers het zelf noemen, is opgezet door InP team Zaanstreek-Waterland. Het is voor mensen met autisme en een normale intelligentie vanaf 16 jaar. Afhankelijk van de aanwezigen bespreken we een thema, of doen we een spelletje. Entree/koffie/thee/fris gratis dankzij een financiële bijdrage van Praktijk GAAAN (Groot Amsterdams Autisme en ADHD Netwerk). Bel voor info naar tel. 06-30044109 of mail naar l.rollenberg@extenzo.nu.



'Iets Drinken' Amsterdam en Hilversum 19.00-23.00 uur

'Iets Drinken' is een landelijke netwerkborrel voor normaal tot hoogbegaafde volwassenen met een vorm van autisme en wordt georganiseerd door enthousiaste vrijwilligers met een vorm van autisme in samenwerking met Stichting AsocialeKaart. Afwisselend wordt een pubquiz of spelletjesavond georganiseerd, waarna iets gedronken kan worden: kijk voor de agenda op <http://ietsdrinken.nl/agenda> of <https://www.facebook.com/ietsdrinken>.

'Iets Drinken' Hilversum woensdagen 11 april, 9 mei en 13 juni

Plaats: Café Dudok, Larenseweg 1A, Hilversum.

'Iets Drinken' Amsterdam woensdagen 18 april, 16 mei en 20 juni

Plaats: Café de Blauwe Pan, Westerstraat 200, Amsterdam

Autismecafé Hoorn (vrijdagmiddag of -avond)

Middag-Autismecafé Hoorn 15.00-17.00 uur: 4 mei, 1 juni

We komen elke eerste vrijdagmiddag van de maand bij elkaar, in muziekcafé Backstage aan het Koepoortsplein 3. Het doel is herkenning en erkenning, ontmoeting en verbinding. Eén van de deelnemers noemt het café een prima plek voor het oefenen van sociale vaardigheden.

Avond-Autismecafé Hoorn vanaf 20.30 uur: 20 april, 18 mei, 15 juni

Dit vindt plaats op de derde vrijdag van de maand om 20.30 uur in De Loft der Zotheid, in het centrum van Hoorn, Nieuwe Noord 12. De groep bestaat uit mensen van allerlei verschillende leeftijden. Als je het te spannend vindt om alleen te komen kun je ervoor kiezen iemand die je kent en vertrouwt, mee te vragen.

Er is zowel een geheime als een openbare Facebookgroep Aut and Proud. Voor lidmaatschap van beide groepen kunt u contact opnemen met Heleen Kramer (heleen@coachingnhn.nl), zie ook www.coachingnhn.nl voor actuele informatie.



PAS-contactdag zaterdag 9 juni Haarlem

Gezellig en informeel contact met lotgenoten!

Gereserveerde locatie: pASSant, Spaarnwouderstraat 130, 2011 AH Haarlem
www.passant.nl.

De locatie is beschikbaar van 13:00 tot 17:00 uur. 's Avonds kan naar keuze in gezelschap met elkaar gegeten worden (kosten voor eigen rekening).

Verzamelpunt NS station Haarlem: We verzamelen tussen 12:15-12:45 uur in de grote stationshal met de Servicebalie aan de stadszijde. De gastheer is herkenbaar aan het PASlogo (Let op: Station Haarlem heeft 2 'stationshallen, in welke je terecht komt hangt voor een deel af van met welke trein je aankomt).

Het verzamelpunt is in de grote (oostelijke) hal met de servicebali, AKO en GWK waar buiten het grote bord 'Haarlem CS' boven de ingang staat. Dus NIET de westelijke hal met de Burger King. Als je in de verkeerde hal terecht komt kun je het beste buitenom naar de andere hal lopen (aan de voorzijde naar buiten, rechtsaf en bij de andere hal naar binnen (herkenbaar aan het grote 'Haarlem CS' logo)).

De gastheer voor deze contactdag is Peter.

Uiteraard kun je ook direct naar de locatie komen (vanaf 13:00 uur).

Wat is de indeling van de contactdag?

Alles over het hoe en wat van de contactdag, de opzet, het verloop kunt u vinden op http://pasnederland.nl/index.php?option=com_content&view=article&id=31:contactdagen&catid=34:contactdagen&Itemid=124.

Kosten: niet-leden 3 euro, PAS-leden gratis. Consumpties op locatie voor eigen rekening
Gezamenlijk eten 's avonds op eigen kosten, kosten gem. 12,50-25 euro p.p.

Aanmelden is niet noodzakelijk maar wel gewenst om een idee te krijgen van het aantal bezoekers. De gastheer van deze dag is bereikbaar via e-mail:

contactdag.haarlem@pasnederland.nl. Hier kan je uiteraard ook terecht met vragen over deze dag.

De volgende PAS-contactdag in Noord-Holland: 10 november in Alkmaar

De PAS-contactdagen zijn bedoeld voor volwassenen (18+) normaal of hoger begaafde personen met autisme.

Onderzoek Radboud Universiteit: 'Veel stress bij naasten van mensen met autisme'

Partners van personen met hoogfunctionerend autisme ervaren veel stress binnen de relatie. De hulpverlening moet meer aandacht krijgen voor de psychische klachten die zij hierdoor kunnen ontwikkelen.

Dit is de conclusie van het onderzoek van psychiaters Inge Grootsholten en Cees Kan van de Radboud Universiteit Nijmegen dat onlangs online werd gepubliceerd door het gerenommeerde wetenschappelijke tijdschrift Journal of Autism and Developmental Disorders. Lees hier verder: <http://autisme.nl/autisme-nieuws/februari-2018/onderzoek-radboud-universiteit-veel-stress-bij-naasten-van-mensen-met-autisme.aspx>.

Vragenlijst brengt positieve eigenschappen van mensen met autisme in kaart

Mensen met autisme krijgen vaak vooral te horen waar ze niet goed in zijn. De Kwaliteitsvragenlijst moet hier verandering in brengen. 'Als je een bloemrijke tuin hebt, is een beetje onkruid niet zo erg.' Tijdens een diagnoseretraject of behandeling draait doorgaans alles om iemands klachten en beperkingen. Dat kan ook anders, zo besloten enkele medewerkers van het door klinisch psycholoog Annelies Spek opgerichte Autisme Expertisecentrum. Onlangs publiceerden zij de zogeheten Kwaliteitsvragenlijst waarmee iemands positieve eigenschappen in kaart kunnen worden gebracht. Lees hier verder: <http://autisme.nl/autisme-nieuws/januari-2018/vragenlijst-brengt-positieve-eigenschappen-van-mensen-met-autisme-in-kaart.aspx>.

Nieuwe website MIND Landelijk Platform Psychische Gezondheid

MIND Landelijk Platform Psychische Gezondheid heeft sinds kort een nieuwe website binnen het digitale 'huis' van MIND: www.mindplatform.nl. De oude website (platformggz.nl) zal binnenkort uit de lucht gaan. Op mindplatform.nl vind je informatie en nieuws over belangenbehartiging van mensen met een psychische aandoening en hun naasten, actuele (ggz-gerelateerde) beleidsthema's, activiteiten voor en door zelfregie-initiatieven, (samenwerkings)projecten met andere organisaties in de zorg (landelijk & regionaal) en onderzoeksrapportages waarin psychische gezondheid centraal staat en waaraan wij hebben meegewerkt.

Hier uw oproep, activiteit, vraag/aanbod (bv. voor wonen, logeren) in de volgende gratis regionieuwsbrief met ruim 800 abonnee's?

Mail uw bericht naar nannie.kruissel@planet.nl en uw bericht, eventueel met foto of afbeelding, wordt gratis geplaatst!