

Reuma Patiënten Vereniging Spijkenisse

Kort overzicht voordelen van uw lidmaatschap van de RPV Spijkenisse e.o.

Beweegactiviteiten in groepsverband en individueel

Hydrotherapie (in groepsverband) in het zwembad van de Zuidwester

Hydrotherapie is het bewegen in warm water onder leiding van een bewegingsagoog. Het zwembad van de Zuidwester heeft een beweegbare bodem zodat ook rolstoel gebonden en motorisch beperkte mensen hieraan deel kunnen nemen. Er zijn 6 groepen: op maandag (mi 2), dinsdag (mi), woensdag (mo/mi) en vrijdag (mo).

Bewegen (in groepsverband) bij Delta Sportcentrum

Voor leden van de RPV zijn er 2 combigroepen van zaal oefentherapie en hydrotherapie bij Delta Sportcentrum op maandag (mo) en donderdag (mo).

Deelnemers betalen, zowel voor de activiteiten bij Zuidwester Dienstencentrum als bij Delta Sportcentrum € 4,00 per keer en ontvangen daarvoor bij de aanvang van het kwartaal een rekening van de RPV. Voor wie niet eerder heeft deelgenomen aan de combitherapie of de hydrotherapie, zijn de eerste 3 lessen proeflessen en gratis. Informatie: Michelle Stender-De Smit, michelle.desmit@hotmail.com tel.: 06 – 2427 2957

Bewegen (individueel) bij Delta Sportcentrum

Leden kunnen, met 20% korting, gebruik maken van de wellness- en sportactiviteiten van Delta Sportcentrum: fitness, alle work-outs (Zumba, Cycle, Boxing, 50+, Yoga en Totaal), sauna en zwembad. Informatie Delta Sportcentrum, 0181-613969, www.deltasportcentrum.nl

Informatie en begrip

Reuma Inloop

Elke 1ste donderdag van de maand van 13.30 tot 15.30 uur in De Boekenberg, Markt 40 in Spijkenisse. In de maanden juni, juli en augustus is er geen Reuma Inloop. De Inloop is gratis (de koffie en thee ook). Informatie: Leny van der Linden, 010-5017205, vanderlinden113@xs4all.nl

Lotgenotencontact

Elke laatste woensdag van de maand is er, van 10.00 tot 11.30 uur lotgenotencontact in De Mei (gebouw Herman Gorterhof), Churchilllaan in Spijkenisse, waar mensen onder het genot van een kopje koffie of thee met elkaar van gedachten kunnen wisselen, maar ook (wie dat wil en kan) creatief bezig kan zijn. Informatie Will Eerland-Lahey, 0181-612025, will.eerland@gmail.com of Jo van der Jagt-Lems, 0181-645968, jovanderjagt@upcmail.nl

Recreatieve lotgenotencontacten

Er worden ook recreatieve lotgenotencontacten georganiseerd (bijvoorbeeld gezamenlijke brunch, vaartocht). Stelregel is dat alle lotgenotencontacten ook toegankelijk moeten zijn voor rolstoel gebonden en motorisch beperkte mensen, dat er naast het recreatieve deel ook een informatief deel is en dat de mensen uitgebreid met elkaar contact kunnen hebben. De recreatieve lotgenotencontacten zijn, met korting, toegankelijk voor leden en voor de volledige prijs ook voor introducés van leden.

Themabijeenkomsten

Twee maal per jaar is er een gratis themabijeenkomst die verzorgd wordt door een reumadeskundige, waar mensen ook terecht kunnen met hun vragen over het besproken onderwerp. De themabijeenkomsten kunnen puur informatief zijn of bestaan uit een informatief en een recreatief deel; dat laatste vooral bedoeld om even de pijn te vergeten. Leden zijn welkom om thema's aan te dragen.

Website

Op de website is alle informatie te vinden over de activiteiten van de vereniging. En, via links, ook van het Reumafonds, de Reumalijn, alle vormen van reuma, behandelingen en medicijnen, www.rpv-spijkenisse.nl

Nieuwsbrief

Leden ontvangen viermaal per jaar een Nieuwsbrief. De laatste Nieuwsbrief staat ook op de site. Informatie: Adrie Baars, 0181 – 618 927, adrie.baars@gmail.com

Steun ons

De RPV-Spijkenisse heeft de ANBI status. Dat betekent dat giften en donaties aftrekbaar zijn.

