



# NIEUWSBRIEF

DECEMBER 2022

Beste Vrienden,

In deze nieuwsbrief laten wij u graag zien, welke projecten er dankzij uw steun in het afgelopen half jaar werden gerealiseerd.

Ontzettend bedankt voor uw bijdrage en betrokkenheid!

Wij wensen u fijne feestdagen en een heel gelukkig 2023! En niet te vergeten: veel leesplezier.

Mede namens het bestuur Stichting Vrienden,  
Kurt Verhees, voorzitter

## Wetenschappelijk onderzoek

Fitter een operatie in en sneller herstel. Dat is het resultaat van een proef met het prehabilitatie programma. Een speciaal voedings- en training-sprogramma met persoonlijke begeleiding in het Jeroen Bosch Ziekenhuis.

Inmiddels wordt het prehabilitatie programma succesvol ingezet bij darmkankeroperaties en bij operaties waarbij de blaas wordt verwijderd. Er zijn plannen om het ook voor andere operaties in te zetten. Momenteel vindt het prehabilitatie programma in het ziekenhuis plaats, echter om meer patiënten op deze manier voor te bereiden op een grote ingreep wordt er een programma opgezet buiten het ziekenhuis. Het voordeel voor de patiënt is dicht bij huis, in de eigen omgeving en meer beschikbare fysiotherapeuten. Om te bepalen of buiten het ziekenhuis met vergelijkbare kwaliteit ook goede resultaten behaald kunnen worden is vervolgonderzoek nodig.



De Stichting Vrienden JBZ en het Nationaal Fonds tegen Kanker hebben samen € 20.000 beschikbaar gesteld voor dit vervolgonderzoek.

## Donatie "Dank voor de goede zorg"

Stichting "Dank voor de goede zorg" is opgericht tijdens de corona uitbraak. Met behulp van donaties van bedrijven en particulieren, werden een aantal weken gratis warme maaltijden uitgedeeld aan zorgmedewerkers van o.a. het JBZ. Inmiddels is de stichting opgeheven. Het restantbedrag hebben zij geschonken aan Stichting Vrienden JBZ. Met de oprichters van "Dank voor de goede zorg", hebben wij afgesproken dat we samen kijken naar een passend project.

## Bewegen en beleven (Theratrainer orthopedie)

Voor sommige mensen is bewegen niet vanzelfsprekend. Daarom staat er op de verpleegafdeling van Orthopedie een fiets met beeldscherm, die voor iedereen geschikt is. Zelfs mensen in een rolstoel kunnen er gebruik van maken.



De Stichting Vrienden Jeroen Bosch Ziekenhuis is een onafhankelijke stichting, verbonden aan het Jeroen Bosch Ziekenhuis en heeft een ANBI-status

## Colofon

Redactie Chantal van den Thillart,  
Monique Wiggers  
Fotografie Chantal van den Thillart,  
Monique Wiggers  
Telefoon (073) 553 61 54  
Website [www.vriendenjbz.nl](http://www.vriendenjbz.nl)  
Facebook [facebook.com/vriendenjbz](https://facebook.com/vriendenjbz)  
E-mail [vrienden@jbz.nl](mailto:vrienden@jbz.nl)  
Adres Postbus 90153,  
5200 ME  
's-Hertogenbosch

Via het scherm kun je een route kiezen: een rondje door eigen stad of dorp, of naar de andere kant van de wereld. Bergop, langs het strand of met wind tegen: het maakt allemaal niet uit, want de fiets doet het echte zware werk. En het scherm maakt het fietsen minder saai. Zo kunnen de patiënten op een prettige manier bewegen en blijven ze beter in conditie.

### **Kennismaking Rida (vrijwilliger Vriendendiensten)**

In september 2021 is Rida gestart als vrijwilliger bij de MijnJBZ Vriendendiensten. Rida voelt zich als een vis in het water en weet inmiddels alles over het patiëntenportaal MijnJBZ.

Ook kan zij uitleggen hoe je een beveiligd e-consultbericht naar je specialist kunt versturen. Of waar je je bloeduitslagen overzichtelijk kunt inzien of vergelijken. "Maar voor sommige mensen is alleen luisteren naar hun verhalen al voldoende om hen te helpen", aldus Rida. Uit de positieve reacties die zij vaak krijgt, blijkt dat mensen het werk van vrijwilligers erg belangrijk vinden.

### **Cadeau's voor de kinderen in het JBZ**

Ook dit jaar weer verraste de stichting "Presents from prisoners" het JBZ meerdere keren met cadeautjes. Hiermee proberen ze het leed voor de kinderen in het ziekenhuis en op kindere Expertisecentrum Atlent een klein beetje te verzachten. De kinderafdeling verdeelt de cadeautjes over alle afdelingen waar regelmatig kinderen komen.

De kindjes reageren altijd heel blij als ze iets mogen uitkiezen en ook de afdelingen waarderen de inzet en betrokkenheid van "Presents from Prisoners" enorm.

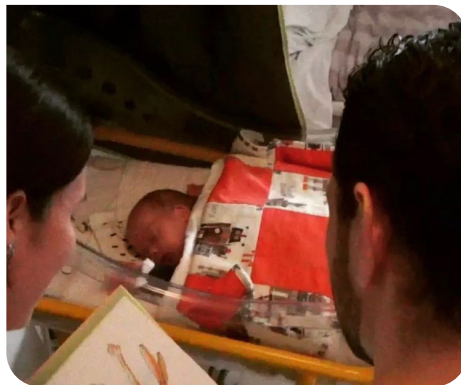


### **Voorleesboekjes + tasje couveuseafdeling**

Hoe eerder ouders starten met voorlezen, hoe beter dit is voor de (taal)ontwikkeling

van de baby. Voorlezen heeft een positief effect op de hersenen en versterkt de band tussen ouder en kind. Zo kwamen de collega's van de couveuse-afdeling op het idee om voorleesboekjes voor baby's aan te schaffen. En tasjes waarin ze kunnen worden opgeborgen.

Tijdens het voorlezen hebben ouder en kind alleen aandacht voor elkaar en vergeten alles om zich heen. Dit zorgt voor ontspanning. Bij een baby doet het verhaal er nog niet toe; het gaat vooral om de klanken, het ritme, stemgebruik en emoties. En bovendien is het gewoon heel gezellig!



### **Revaliderend de wereld rond: de beweegreis**

Als je door een CVA of beroerte in het ziekenhuis of revalidatiecentrum terecht komt, zijn dagelijkse dingen niet altijd vanzelfsprekend meer. Dan ben je plotseling afhankelijk van je therapeut. Of toch niet?



Behandelaars en verpleegkundigen van JBZ, Tolbrug en Van Neynsel zochten samen met studenten van de Fontys Hogeschool een manier om CVA-patiënten te stimuleren zelfstandig te gaan bewegen. Samen bedachten zij de beweegreis. De beweegreis neemt je mee de wereld over: je kunt de Spaanse Trappen in Rome beklimmen, de big-five bewonderen in Zuid-Afrika of hout zagen voor een kampvuur in Noorwegen. Niet ècht natuurlijk, het zijn bewegingen die je kunt maken. Staand, lopend of vanuit je (rol)stoel. Op de afbeeldingen die verspreid over de afdeling hangen, staan de

oefeningen uitgelegd. Zo krijgt de patiënt weer zelf de regie en kan naast de therapie ook zelf aan de slag om de conditie te verbeteren. De beweegreis is laagdrempelig opgezet, zodat je er ook thuis mee door kunt gaan.

### **Racerunners**

Kinderen van kindere Expertisecentrum Atlent hebben een ziekte of lichamelijke beperking waardoor ze niet of moeilijk zelfstandig kunnen lopen. Sporten en rennen is dan ook niet vanzelfsprekend voor ze, terwijl dat juist ontzettend belangrijk is voor de spieropbouw en de ontwikkeling van kinderen.

Hadewych van den Heuvel, fysiotherapeut bij Tolbrug, werkt dagelijks op Atlent. Zij vroeg de Vrienden om te helpen bij de aanschaf van racerunners. Zodat ook deze kinderen, met rode wangen van inspanning, de wind door hun haren voelen gaan.

Een racerunner is een loophulpmiddel voor kinderen die moeilijk lopen of afhankelijk zijn van een rolstoel. Met de racerunner kunnen de kinderen meer zelfstandig rondlopen en zelfs rennen.



### **JBZ in beweging met Olga Commandeur**

Olga Commandeur, de koningin van het tv-programma 'Nederland in beweging', nam samen met collega's van JBZ Verwenzorg, speciaal voor het JBZ een beweegvideo op. In deze video doet zij oefeningen voor, zodat patiënten op een laagdrempelige manier gemotiveerd worden om te blijven bewegen.

Bijna iedereen kan meedoen. "Of iemand nu jong is of wat ouder, in bed ligt, op een stoel of in een rolstoel zit of staat. Er zit altijd wel

een geschikte oefening bij. Bewegen is en blijft voor iedereen belangrijk”, aldus Olga.



### Slush puppies voor patiënten kinderdagbehandeling

Op de kinderdagbehandeling komen bijna dagelijks kinderen voor een operatie aan de amandelen. Na de operatie krijgen ze een ijsje om de pijn in de keel en het leed wat te verzachten, maar ijs eten lukt niet altijd. Voor sommige kinderen is het makkelijker om geschaafd ijs op te zuigen.

Dankzij Kleindierensportvereniging 'Helpt Elkander' uit Rosmalen kan dat nu. De vereniging hield op te bestaan en van het geld dat nog in kas zat schonken zij een Slush Puppy apparaat aan de kinderafdeling van het JBZ. Een Slush Puppy is een ijsdrankje dat wordt gemaakt van water en siroop.



### Een 'Crimineel lekker' kookboek

Iets goeds doen voor de maatschappij, dat is het doel van gedetineerden uit de Penitentiaire Inrichting (PI) in Vught. Via de stichting "Presents from Prisoners" zetten zij zich in voor het goede doel en bedenken acties om geld in te zamelen.

Een van die acties is het kookboek 'crimineel lekker'. Het is een zelfgeschreven kookboek met zoete en gezonde recepten voor avondeten, toetjes, taarten en sauzen. Bedacht, gemaakt en opgeschreven door de gedetineerden, met de beperkte producten die in de gevangeniswinkel te koop zijn.

Van de opbrengst van het boek worden cadeautjes gekocht voor de kinderafdeling van het JBZ en kindereexpertisecentrum Attent. Een mooi gebaar dat voor blije gezichtjes zorgt als het even spannend wordt...

Wil jij het 'Crimineel lekker' kookboekje bestellen? Dat kan via [www.boekportret.nl](http://www.boekportret.nl). Het boekje kost €10,95 (excl. verzendkosten) en je steunt er meteen het goede doel mee.



### Zorgenvriendjes voor het oncologisch centrum

Een knuffel aan wie je je zorgen kunt toevertrouwen.



Het zorgenvriendje is een knuffel met een ritsje op zijn buik, waar je een tekening, briefje of geheimpje in kunt stoppen, dat je met niemand anders wilt delen.

Op het Multidisciplinair Oncologisch Centrum (MOC) krijgen kinderen met een ernstig zieke ouder een zorgenvriendje. Dat kan hen helpen bij het verwerken van emoties.

Niet alleen de kinderen, maar ook de ouders zijn blij met de zorgenvriendjes. Zo krijgen zij meer zicht op wat er in het hoofdje van hun (jonge) kind omgaat.

### Vriendenavond

Wij zijn blij u te kunnen melden dat we druk bezig zijn met het organiseren van een

Vriendenavond, op een nog vast te stellen datum in het voorjaar van 2023.

Hopelijk mogen wij u dan persoonlijk ontmoeten!

Een "save the date" kunt u omstreeks februari 2023 van ons verwachten.

**Met behulp van uw steun werden er weer heel veel projecten mogelijk gemaakt het afgelopen jaar.**

**Ontzettend bedankt daarvoor!**