Janna Buitenhuis schaatst weer

na behandelingstraject bij De Nederlandse Obesitas Kliniek

Je zou haast denken dat de strenge vorstperiode van vorige week er speciaal voor Janna Buitenhuis is gekomen. Na een behandeltraject van een jaar bij de Nederlandse Obesitas Kliniek - met operatie vanwege morbide obesitas - is Janna enorm blij dat ze weer volop aan alle gezinsactiviteiten mee kan doen. “Vanwege mijn overgewicht heb ik veel in moeten leveren, terwijl ik nog maar 37 jaar ben. Maar door een grote gewichtsafname heb ik vorige week weer op de schaats gestaan”, vertelt de trotse moeder van drie kinderen, die in de kledingwinkel gewoon weer met maat 36 of 38 naar de toonbank kan gaan.

Janna heeft werkelijk alles geprobeerd om van haar overgewicht af te komen. “Shakes, diëten en zelfs een personal trainer leverden niet het gewenste resultaat op. Het bekende jo-jo effect was zeker op Janna van toepassing. Als bijna laatste reddingsboei wees haar huisarts Janna op de Nederlandse Obesitas kliniek waar middels een operatie en een intensief programma op maat gewerkt gaat worden aan een betere kwaliteit van leven. Janna: “Het beeld dat dit een makkelijke weg is klopt beslist niet. Het was echt afzien en ik dacht bij mezelf is het dit echt waard. Na een jaar kan ik op deze vraag volmondig ja zeggen. Ik heb weer volop energie en ben blij dat ik weer volop aan alle gezinsactiviteiten kan deelnemen.”

Uniek & intensief

De Nederlandse Obesitas Kliniek is de grootste en meest gespecialiseerde kliniek in Nederland voor de behandeling van ernstig overgewicht (ook wel morbide obesitas genoemd). Ze werken hiervoor met een uniek behandelprogramma. Na een zorgvuldige screening door een aantal specialisten zoals een arts, diëtist, psycholoog en bewegingsdeskundige en voorbereiding in groepsverband krijgt de cliënt een operatie. Daarna volgt een intensief programma voor leefstijlverandering. Zo leert men gezond eten en te bewegen, en dit ook echt vol te houden. Ook Janna kreeg hierbij intensieve begeleiding en heeft veel contact met lotgenoten. Zo wordt een nieuwe, gezonde levensstijl vanzelf een gewoonte en werd bij Janna het gewenste gewicht bereikt. “Ik ben mijn man en drie kinderen ook dankbaar dat ze mij in het afgelopen jaar volop ondersteund hebben. Het vergt namelijk een andere leef- en eetstijl dan dat ik gewend was. Ik ben lichamelijk en geestelijk een nieuw mens met een nieuwe ik geworden en voel me wel tien jaar jonger.”

NEDERLANDSE OBESITAS KLINIEK

voor meer informatie kijk op:
WWW.OBESITASKLINIEK.NL

Friesland **dementie**vriendelijk...

Mogen we daarbij op jou rekenen...

Het aantal mensen met dementie neemt de komende jaren toe, het verdubbelt bijna. Van hen woont 70% nog thuis. Dit betekent ook dat er meer mantelzorgers komen. We zijn al met heel wat vrijwilligers in Friesland bezig om gemeenten bewust te maken wat deze toename betekent. Maar we zoeken nog meer mensen die ons als vrijwilliger daarbij willen helpen, bestuurlijk, in public relations en communicatie, als webmaster, in sponsoring en fondsenwerving, maar ook als gespreksleiders en gastheer/vrouw in onze Alzheimercafe's. Weet je nog niet zoveel van dementie en hoe ermee om te gaan? Dat kan heel eenvoudig.

Iemand met (beginnende) dementie kan zichzelf meestal prima redden. Wat zou het mooi zijn als mensen toch langer thuis kunnen blijven wonen en we een opname in een verpleeghuis wat kunnen uitstellen. Dat kan alleen als we mensen met dementie een handje helpen en ook hen die er dagelijks naast staan helpen. Want soms gaat het even mis en kunnen zij wel wat hulp gebruiken van de omgeving. Van jou dus! Wat zou het mooi zijn als we jou ook als vrijwilliger zouden ontmoeten bij de Friese afdeling van Alzheimer Nederland. En natuurlijk krijg je zo nodig en opleiding voor je functie als bestuurslid, vertegenwoordiger, gespreksleider of wat dan ook. En ook gemaakte onkosten kunnen worden vergoed.

Surf maar naar:
HTTPS://SAMENDEMENTIEVRIENDELIJK.NL
en vul de test in.

Doe mee en maak vanaf vandaag Friesland of nog liever jouw woonplaats dementievriendelijk. Kijk op bovengenoemde website voor een aantal tips hoe je met mensen om kunt gaan die met dementie te maken hebben. Ze hebben het al zwaar genoeg en het is mooi als er dan begrip voor is, als we het hen niet kwalijk nemen maar juist en handje helpen bij die dingen waar ze het moeilijk mee hebben. En wil je als vrijwilliger aan de slag met een van bovengenoemde functies, **bel dan Alzheimer Friesland 06 26736463 voor een kennismakingsgesprek of stuur een email naar het secretariaat friesland@alzheimer-nederland.nl** en we kijken met U samen wat er is te doen. En dat contact kunt U ook gebruiken als U meer wil weten over onze Alzheimercafés of het Jungheimercafé in Friesland.

alzheimer nederland friesland