



Het zomerse weer is al enkele weken gaande, maar het weerhoudt ons er niet van om leuke activiteiten te organiseren voor onze leden.

We zijn druk bezig met de voorbereidingen voor een interessante informatieavond op 4 september. Deze keer in een zaal in Helmond. Alda wil graag naar Eindhoven komen om weer met een aantal mensen een gezonde en vooral lekkere maaltijd te bereiden en natuurlijk gezamenlijk op te eten. Geef met het formulier snel de data door waarop je beschikbaar bent, zodat we snel de precieze datum kunnen bepalen. Voor de laatste maanden zijn we nog aan het brainstormen wat we willen en kunnen organiseren. Houd de [website](#) en de nieuwsbrief in de gaten!

We wensen iedereen een fijne zomer!

AGENDA

6 juli BBQ, Eindhoven
21 juli Koffie-inloop middag, Eindhoven
18 augustus Koffie-inloop middag, Eindhoven
4 september Informatieavond, Helmond
24 september KoM 'S op de koffie, Helmond
oktober Samen Energiek Koken, Eindhoven

ACTIVITEITEN

4 september Informatieavond

Dr. G. Hengstman zal iets komen vertellen over sluimerende MS.

Na de pauze zullen Monike en Simone, van Mudita Yoga, ons kennis laten maken met hun [workshop over veerkracht](#) bij MS.



Programma:

18:30 uur Inloop met koffie / thee

19:00 uur Lezing Dr. G. Hengstman over sluimerende MS

19:45 uur Pauze

20:10 uur Workshop Yoga

20:55 uur Afsluiting

Locatie:

Buurthuis [De Geseldonk](#)

Cederhoutstraat 44

5706 XC Helmond

Je kunt je **aanmelden voor 26 augustus via onze website!**

Voor leden en hun partners is deze avond gratis te bezoeken. Niet-leden vragen wij een eigen bijdrage van € 2,50 pp.

Je kunt de eigen bijdrage overmaken naar NL86 ASNB 0782 4003 53 t.a.v. Y. Soede. Mocht je op de avond zelf lid worden van de MS Vereniging, dan hoef je geen eigen bijdrage te betalen.

Tijdens onze activiteiten worden foto's gemaakt. Deze gebruiken we voor sociale media en de website. Als je hier bezwaar tegen hebt, geef dat dan aan. Let zelf ook op dat je er niet op komt.



Samen Energiek Koken

In oktober willen we weer het Samen Energiek Koken aanbieden.

Met een groepje van 6-8 personen kook je onder leiding van Alda en Yvonne, een gezonde maaltijd, die je gezamenlijk nuttigt.

Je leert hoe je producten kiest die je energie geven. En je leert nieuwe mensen kennen.

De laatste keren hebben we het wegens te weinig aanmeldingen niet door kunnen laten gaan. We horen nog al eens dat men het jammer vindt dat we dit niet meer organiseren. Vandaar dat we je nu vragen om een formulier (soort datumprikker) in te vullen.

We vragen je alle data aan te kruisen dat je kunt komen, wij zullen z.s.m. kijken wat de meest geschikte datum is en zullen je daar dan ook meteen van op de hoogte brengen, zodat je alleen die datum vrij hoeft te houden. Er wordt op een woensdag of donderdag tussen 10.30-13.30 uur gekookt in Eindhoven.

Je kunt je aanmelden voor 4 juli via onze website!

Heb je nog vragen dan kun je contact opnemen met

Alda: energiek.koken@gmail.com.

Koffie-inloop middag Eindhoven

21 juli, 18 augustus, 15 september

Lotgenotencontact voor mensen met MS en hun naasten.

Een kopje koffie in een gezellige groep, waar je kunt praten over de dingen van alledag, en ook over MS.

[Lees meer](#) op onze website

KoM'S op de koffie Helmond

25 juni, 24 september

Gezellig praten met andere MS-patiënten en mantelzorgers?

[KoM 'S op de koffie!](#)

INFORMATIE

Tip van Hans

Hogere uitkering bij langdurige hulp of verzorging.

U kunt misschien een hogere Wajong-, WIA-, WAO- of WAZ-uitkering krijgen als u voor langere tijd elke dag hulp of verzorging nodig heeft. Lees wat de voorwaarden zijn, hoe u de hogere uitkering aanvraagt en waar het UWV op let bij de beslissing.

Deze regeling is vooral interessant wanneer u als mantelzorger veel zorg verleent en u geen fors beroep doet op WMO/ZVW/WLZ.

[Lees meer](#) op onze website

TERUGBLIKKEN



Kaarsen pimpen

Woensdag 9 april zijn we met een man of 10 lekker creatief bezig geweest.

[Lees meer](#) op onze website

Pannenkoekenlunch

Op vrijdag 23 mei heeft de MS Vereniging Brabant Zuidoost heerlijke pannenkoeken gegeten bij pannenkoeken restaurant De Proeftuin (Philips Fruittuin). Deze lunch was georganiseerd in het kader van de wereld MS dag.

[Lees meer](#) op onze website



COGNITIETOUR

Beste mensen,

Wat een geweldige reis was het! Na het bezoeken van 20 locaties in 2024 en het begin van 2025 zit de cognitietour er voorlopig op. We kijken terug op inspirerende ontmoetingen en waardevolle gesprekken over cognitieve stoornissen bij MS. Misschien was u erbij en wilt u nog eens nalezen wat we hebben besproken, of kon u er helaas niet bij zijn. Hoe dan ook, we hebben goed nieuws! In de bijlagen vindt u de slides van onze presentatie én een uitgeschreven samenvatting van het verhaal dat we hebben verteld. Hopelijk helpt dit om de belangrijkste inzichten nog eens rustig door te nemen.

Met een vrolijke groet namens het hele onderzoeksteam,
Hanneke Hulst
