

Nieuwsbrief Maart

Aankondigingen

De website van de Nederlandse Stichting Over Gewicht is vanaf heden online. De website kun je bekijken op **overgewichtnederland.org**.

Ben je op zoek naar informatie, activiteiten, tips, contact of ondersteuning, kun je terecht op de website. Ook kun je gebruik maken van het contactformulier of contact opnemen met onze informatielijn die te bereiken is op 072 - 7920770.

Heb jij je mail of facebook al gecheckt? Er komt namelijk een uitnodiging aan om een gezellige middag met elkaar door te brengen bij t' Haske in Joure. Graag nodigen wij jou uit om (opnieuw) kennis met elkaar te maken onder het genot van een hapje en drankje waarbij wij leuke, Oud Hollandse spelletjes gaan spelen.

Deze middag is op zaterdag 1 april 2017 (en dit is geen grap) bij Party en Zalencentrum t'Haske, Vegelinsweg 20, 8501 BA te Joure. Je kunt je voor deze activiteit aanmelden via de aanmeldlink. Om deze middag goed te kunnen organiseren en het voortbestaan van onze organisatie te garanderen vragen wij je om een kleine bijdrage van 7,50 Euro over te maken op NL51 ABNA 0546 9140 63 onder vermelding van 21-001 Joure ten name van de Nederlandse Obesitas Vereniging.

<https://overgewichtnederland.org/activiteit/uitnodiging-oud-hollandse-spelmiddag-joure/>

Zaterdag 6 mei is het internationaal anti-dieetdag en de Nederlandse Stichting Over Gewicht laat deze dag niet stilletjes aan zich voorbijgaan. Zet deze dag alvast in je agenda en houd de website, facebook en nieuwsbrief in de gaten, meer informatie volgt spoedig.

Afgelopen maand

Zaterdag 4 februari is er in samenwerking met de Nederlandse Stichting Over Gewicht een genobesitasdag voor personen met (verdenking van) genetische obesitas georganiseerd. Het doel van deze dag was om elkaar (beter) te leren kennen en kennis en informatie uit te wisselen. Voor de kinderen die mee waren gekomen was er een apart interactief programma, verzorgd door Het Danskantoor!.

De sprekers op de genobesitasdag, artsen, onderzoekers en professoren van het Erasmus MC Centrum Gezond Gewicht en VUMC, deelden nieuws op het gebied van medische ontwikkelingen en lopend wetenschappelijk onderzoek.

Na een korte pauze deelden twee experts tips & tricks op pedagogische en gedragsmatig gebied en introduceerde Kasper Fransen namens de Nederlandse Stichting Over Gewicht de nieuwe website. Als afsluiting verzorgden de kinderen een dans op muziek, die zij in de middag hadden geoefend.

Tijdens de Genobesitasdag was er een cameraploeg van Brandpunt aanwezig om opnames te maken voor de reportage; Obesitas, eigen schuld, dikke Bult.

Zie voor meer informatie; <http://brandpunt.kro-ncrv.nl/brandpunt/obesitas-eigen-schuld/>
Dinsdag 28 februari was er een uitzending van Meldpunt bij Omroep Max met als thema; Het moeizaam vergoeden van de plastische chirurgie na een maagverkleining. Nienke Clossen heeft namens de NOV en NSOG een bijdrage geleverd.

Nieuwsberichten

Er worden steeds meer genen gevonden die verband houden met het ontstaan van overgewicht en obesitas. Recent is uit een studie van Massachusetts General Hospital naar voren gekomen dat een bepaald genenpatroon dat in verband worden gebracht met vetafzetting rond de buikholte, in plaats van rond de dijen en heupen, een verhoogd risico op diabetes type 2 en hart- en vaatziekten met zich meebrengt.

Je genetische aanleg, ook wel predispositie genoemd, kan er dus voor zorgen dat er ook meer risico op het ontwikkelen diabetes type 2 en hart- en vaatziekten. In eerdere onderzoeken was niet uit te sluiten dat leefstijlfactoren de oorzaak waren van het ontstaan van de deze ziekten. Maar dit onderzoek laat zien dat je genetische aanleg voor vetafzetting rond de buikholte ook daadwerkelijk een verhoogd risico op diabetes type 2 en hart- en vaatziekten met zich meebrengt. Deze studie geeft aan dat het juist voor mensen met overgewicht en obesitas, zeker zo lang er geen medicijn op de markt is, extra belangrijk is te letten op leefstijlfactoren. Niet omdat dit ziekten als diabetes type 2 en hart- en vaatziekten veroorzaakt, maar juist omdat het risico op het ontstaan ervan groter is. Onderzoeken zullen zich waarschijnlijk verder gaan toespitsen op de vraag of er medicatie kan worden ontwikkeld die van invloed is op de vetdistributie in het lichaam.

Ondersteuning, 'support', online of offline wordt keer op keer in verband gebracht met een gunstig effect voor mensen met overgewicht en obesitas. Het biedt herkenning, erkenning of ondersteuning en vermindert de stress. Dit is van belang om je goed te voelen en heeft ook nog een gunstige uitwerking op gewichtsbehoud en gewichtsverlies. Probeer die mensen om je heen te verzamelen die passen bij jouw persoonlijke doel, dat kan gewoon contact zijn, het vinden van leuke vrienden, maar ook bijvoorbeeld meer bewegen of andere leefstijlveranderingen. Sluit je dus vooral aan bij een offline- of onlinegroep, of ga om met mensen, die jou ondersteunen bij dit doel, bijvoorbeeld omdat ze er zelf ook mee bezig zijn of gewoon omdat ze je support willen bieden!

In het verleden hebben heel wat spelers uit de modewereld en ver daarbuiten zich al uitgesproken over de te magere modellen, maar in de sector zelf bleef het vaak stil. Tot nu. Meer dan zestig mensen en enkele modellenbureaus hebben een open brief geschreven aan de modeontwerpers die op de New York Fashion Week hun werk zullen tonen. 'We dringen er sterk op aan dat jullie gezondheid laten primeren en diversiteit vieren.'

Tientallen modellen en enkele modellenbureaus hebben een **open brief** geschreven aan de Amerikaanse modeontwerpers. Daarin brengen ze twee eisen naar voor en ze zijn ook van plan om die af te dwingen. Daarvoor gooien ze de sociale media in de strijd. Ze hebben samen namelijk - zoals plus-sizemodel Iskra Lawrence en transgender model Geena Rocero - miljoenen volgers en die designers die aan hun oproep gehoor geven, zullen dan ook op Twitter, Facebook en Instagram in de bloemetjes worden gezet. (Bron: http://www.standaard.be/cnt/dmf20170207_02717613)

Wist je dat

Het Friendship Sport Centre Amsterdam-Noord Het enige sportcentrum in Europa is, volledig uitgerust voor kinderen en jongeren met een beperking. Twee voetbalvelden, een sintelbaan, een verspringbak, een extra verwarmd zwembad, een aangepaste fitnessruimte, sportzaal en dojo. Een topsportomgeving met meer mogelijkheden dan ze ooit hebben durven dromen. Sporten, vallen en opstaan, vrij bewegen. Hier kunnen ze alles.

Ook onder volwassenen zijn er kwetsbare groepen die een veilige omgeving nodig hebben. Een plek om te sporten, onder lotgenoten te zijn en ervaringen te delen. Het Friendship Sports Centre werkt met verschillende stichtingen samen om activiteiten te organiseren voor volwassenen met een beperking en ouderen die nog graag willen sporten en onder de mensen willen zijn.

Zie voor meer informatie; <http://friendshipsc.nl/>

De Week van Zorg en Welzijn plaats vindt van 13 t/m 18 maart 2017. Meer dan duizend zorg- en welzijnsorganisaties openen tijdens deze week hun deuren om aan Nederland te laten zien hoe het eraan toegaat op de werkvloer. Neem een kijkje bij het verzorgingshuis om de hoek of in een operatiekamer in een groot ziekenhuis in de buurt! Van zorgboerderij tot GGZ, van nieuwe zorg in de wijk, kleinschalig wonen in de ouderenzorg, revalidatie in de gehandicaptenzorg, ziekenhuizen GGZ, mondzorg, buurthuizen, huisartsen, kinderopvang, noem het maar op, alles is te zien!

Zie voor meer informatie; <http://weekvanzorgenwelzijn.nl/>

Overgewicht onder kinderen is een groeiend probleem. In het Maastricht UMC geven artsen sinds een aantal jaren kinderen met ernstig overgewicht een maagband. Zorg.nu is benieuwd naar het verhaal van die kinderen en hun ouders en heeft de hulp van Stichting Over gewicht ingeschakeld. Dus ben jij één van die kinderen of hun ouder, vul dan onderstaande enquête in. We gaan uiteraard vertrouwelijk met je informatie om.

Ben jij op de hoogte van een nieuwsitem, bijzonder initiatief, recreatieve activiteit, locatie of culturele aangelegenheid die voor mensen met overgewicht/obesitas interessant kan zijn? Mail dan naar **info@orvergewichtnederland.org** zodat we dit eventueel via de website, facebook of nieuwsbrief kunnen delen.

