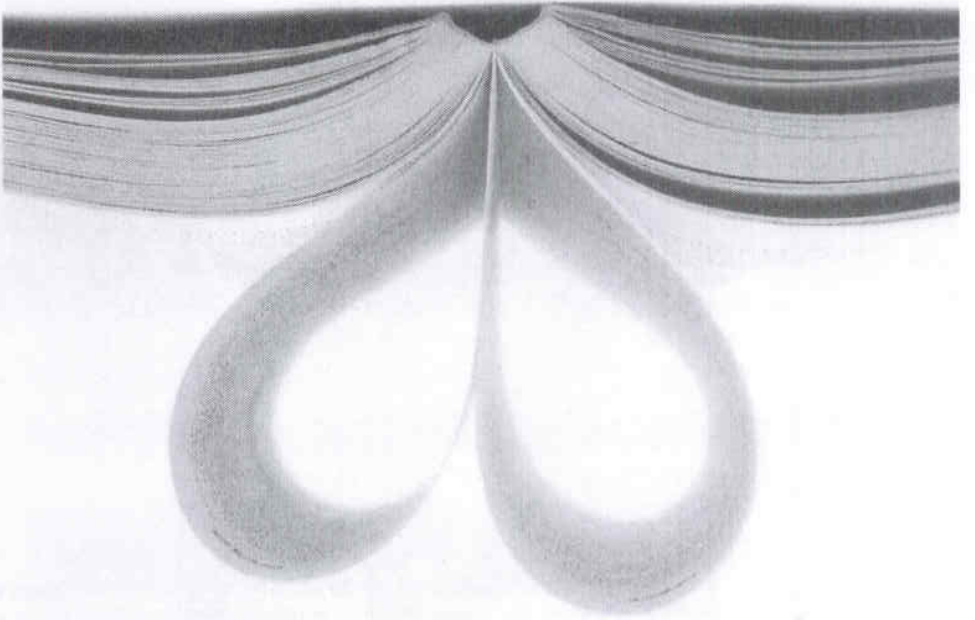


“Dat is de stoel van juf Esther,weten de kinderen”



Esther: "Toen ik hoorde dat ik reuma had, dacht ik: dat is toch een oude-vrouwenziekte? Ik was twintig en had al een jaar last van pijn in mijn schouders, vingers, knieën en polsen. Na bloedonderzoek werd de diagnose reuma-torde artritis gesteld: gewrichtsreuma. Het zit niet in de familie, dus ik had nooit verwacht dat ik het zou krijgen. Bij het woord reuma dacht ik aan vingers die alle kanten op staan en oudere mensen in rolstoelen. Dat wilde ik niet! Gelukkig kon de reumatoloog die angst wegnemen. Ik kreeg medicijnen tegen de ontstekingen in mijn gewrichten en daarmee zou het ergste voorkomen worden. Ik wilde hoe dan ook gewoon doorgaan met mijn leven. Op dat moment werkte ik in een winkel. Ik moest veel tillen en producten uit karren halen om neer te zetten. Dat deed pijn. Eigenlijk had ik altijd graag met kinderen willen werken, maar ik was na de middelbare school meteen gaan werken bij de winkel. Ik besloot om toch weer terug naar school te gaan en te leren voor sociaal cultureel werk, zodat ik op een kinderdagverblijf kon werken. Ik liep stages, viel hier en daar in, en toen er een functie vrijkwam bij een leuk kinderdag-verblijf, heb ik meteen gesolliciteerd. In de brief heb ik niets gezegd over de reuma. Maar toen ik op gesprek mocht, ben ik er wel open en eerlijk over geweest. Ik wilde niet dat ze achteraf zouden denken: wie hebben we nu toch aangeworven? Dus legde ik uit dat ik reuma heb en door de medicijnen gewoon kan werken. De directrice van het kinderdagverblijf reageerde heel normaal. Ik was bang dat ik er misschien op aangekeken zou worden, maar het enige wat ze zei, was dat ik dan naar de bedrijfsarts moest om te bekijken of ik het werk echt aankon. Daar bleek dat ik de baan prima aankon en inmiddels werk ik al jaren hier."

"De kinderen in het kinderdagverblijf zijn tussen de twee en de vier jaar. Een leertijd hebben ze nog veel verzorging nodig, dus ze

vind ik om ze zelfvertrouwen te geven, zodat ze straks met een goed gevoel naar de basisschool gaan. Dat doe ik door veel met ze te praten in de kring of ze in kleine groepjes uit te dagen op sociaal vlak. Een verlegen kindje zal ik dan vragen of hij of zij ook iets wil vertellen. Wat betreft de reuma weet ik niet hoe het verder zal gaan. Het wordt met de jaren wel erger. Mijn gewrichten doen eerder pijn en zijn strammer. Ik word steeds minder soepel. Daarom ga ik ook naar fysiotherapie en het kuuroord, dan kan ik er daarna weer even tegenaan. Als ik veel last heb, krijg ik van de dokter een *Frednison*-prik, dat verlicht de pijn. Maar ik heb nooit dingen gelaten vanwege deze ziekte. Ik ben erg positief ingesteld en wil het maximale uit het leven halen. Met veel plezier ga ik naar mijn werk en ik zal ook niet zomaar thuisblijven. Ik heb geen relatie en ook geen kinderen. In het weekend ga ik lekker weg met vriendinnen, pak een bioscoopje en ga naar de speeltuin met de kinderen van vriendinnen. Ik vind het lief als mensen informeren hoe het met mijn reuma gaat, maar ik zeg altijd: 'Ik heb reuma, maar de reuma heeft mij niet.'"

Support award

Het *Reumafonds* heeft zeven jaar geleden de *Support award* in het leven geroepen.

om aandacht te vragen voor de positie van chronisch zieken op de werkvloer. Er zijn in Nederland 1,5 miljoen mensen met reuma

voor mijn werkgever, want dankzij haar is mijn uitreiking hebben we een gesprek gehad over hoe we andere bedrijven kunnen inspireren om ook zo goed om te gaan met reuma-

patiënten. Daar zijn we nog niet helemaal over uit, maar we willen er zeker iets mee gaan doen."

"Ik heb mijn twaalfenhaljarig jubileum gehad

graag werken. Ik zit hier heerlijk en met kleine kinderen werken is zo leuk. Het belangrijkste

worden opgegeven via www.supportaward.nl.

Tot 15 november kunnen deze werkgemers genomineerd voor de *Support award 2010*.

positie van reumapatiënten, kunnen worden die een positieve bijdrage leveren aan de uit angst hun baan te verliezen. Werkgevers

zakte voor hun collega's en werkgemers verzorgen veel mensen met reuma hun

onder de 65 jaar. Volgens het *Reumafonds*

Nederland 1,5 miljoen mensen met reuma

will jij een ervaring delen of je mening geven? Altijd welkom op www.vriendin.nl/vriendschap/openhartig.

maakt de spieren rondom de gewrichten sterker. Daardoor verergeren de klachten minder snel. Het leukste vind ik als we met de groep gaan volleyballen met een strandbal, heel gezellig. Ook ga ik jaarlijks naar een kuuroord, meestal in oktober. Ik krijg de heft van de dagen die ik daar ben vergoed door het bedrijf, de andere heft gaat af van mijn vakantiedagen. Het is heel fijn dat ze de heft vergoeden, anders zou het voor mij niet te doen zijn om jaarlijks naar dat kuuroord te gaan. We gaan dan met een groep zeven dagen weg. Ik kom helemaal tot rust als ik in die kruidenbaden lig. De derde dag ben ik meestal helemaal uitgebust. Het stramme gevoel gaat langzaam uit mijn ledematen en na zo'n week voel ik me een stuk soepeler. Het is ook altijd heel leuk, omdat ik elk jaar dezelfde vrouwen tegenkom. We gaan gezellig samen eten en zwemmen in het zwembad. Vorig jaar heb ik mijn bedrijf opgegeven voor de *Support award* van het *Reumafonds*, omdat ik vind dat mijn werkgever een voorbeeld is van hoe je om kunt gaan met reuma. Ik had mijn baas niet verteld dat ik het bedrijf had opgegeven, dus toen ze opgebeld werd door het *Reumafonds* met de mededeling dat ons kinderdagverblijf genomineerd werd, was ze bij verrast. De uitreiking was in Den Haag, we zijn er met alle collega's naartoe gegaan. Alles was goed verzorgd, het was een feestelijke dag. Heleas hebben we net niet gewonnen, maar ik ben al blij met de nominatie. Een plim uitgelegd staat van reuma is. Daarin zie je aan me kunt zien. Ik heb een leesboekje waarin vreemd dat ik pijn heb terwijl je verder niets dan vraagt wat ik heb. Voor kinderen is het wil ontlasten. Er is altijd wel een kindje dat ontsteking heb aan het gewricht en de arm toe aan mijn dagelijkse pakkeke pillen. Af en normaal. Ik voeg dan wat zwaardere medicijnen Vaak ontstaan ze als ik wat meer moet ben dan ontstekingen aan mijn gewrichten krijg. Er is geen peil op te trekken wanneer ik kindersstoelje zodat ik op gelijke hoogte ben. Als ik bij hen op de grond wil zitten, ga ik niet kan omgaan met mijn reuma en de kinderen. ook handigheid gekregen in hoe ik het beste makkelijker te rijden is. Zelf heb ik inmiddels is vervangen voor een nieuwe die voor mij niet aan. De oude bolderkar die hier stond, dat is de stoel van juf Esther. Daar komen ze op kunnen rusten. De kinderen weten ook: speciale stoel gekregen waar mijn ellebogen als ze niet ondersteund worden, heb ik een lastig. En omdat mijn schouders snel pijn doen tilwerk van me over. Ook knipwerk vind ik verteld. Gelukkig werd ik erg geholpen. Dat heb ik meteen aan mijn leidinggevende kinderen deed weer zeer aan mijn knieën. armgewrichten, op de grond zitten bij de pijnlijk waren. Tilen is lastig voor mijn begin merkte ik dat sommige handelingen moeten regelmatig pgetild worden. In het

"Ik werk vierenwintig uur per week. Elke week ga ik naar fysiotherapie en dat mag onder werktijd. Ik zit in een speciaal reumagroepje, waarin we allerlei oefeningen doen en op fitnessapparaten zitten om het lijf soepel te houden. Beweging is heel goed, want het

of het gewrichtje weer lacht."

En we spreken af om de dag erna te bekijken

ziet dat mijn polsgewrichtje die dag ook huilt.

Met het boekje erbij laat ik de kinderen dan

uitgelegd staat van reuma is. Daarin zie je

aan me kunt zien. Ik heb een leesboekje waarin

vreemd dat ik pijn heb terwijl je verder niets

dan vraagt wat ik heb. Voor kinderen is het

wil ontlasten. Er is altijd wel een kindje dat

ontsteking heb aan het gewricht en de arm

toe aan mijn dagelijkse pakkeke pillen. Af en

normaal. Ik voeg dan wat zwaardere medicijnen

Vaak ontstaan ze als ik wat meer moet ben dan

ontstekingen aan mijn gewrichten krijg.

Er is geen peil op te trekken wanneer ik

kindersstoelje zodat ik op gelijke hoogte ben.

Als ik bij hen op de grond wil zitten, ga ik niet

kan omgaan met mijn reuma en de kinderen.

ook handigheid gekregen in hoe ik het beste

makkelijker te rijden is. Zelf heb ik inmiddels

is vervangen voor een nieuwe die voor mij

niet aan. De oude bolderkar die hier stond,

dat is de stoel van juf Esther. Daar komen ze

op kunnen rusten. De kinderen weten ook:

speciale stoel gekregen waar mijn ellebogen

als ze niet ondersteund worden, heb ik een

lastig. En omdat mijn schouders snel pijn doen

tilwerk van me over. Ook knipwerk vind ik

verteld. Gelukkig werd ik erg geholpen.

Dat heb ik meteen aan mijn leidinggevende

kinderen deed weer zeer aan mijn knieën.

armgewrichten, op de grond zitten bij de

pijnlijk waren. Tilen is lastig voor mijn

begin merkte ik dat sommige handelingen

moeten regelmatig pgetild worden. In het