

Nieuwsbrief vzw OSTC

Vzw overdruksyndroom en Tarlov cysten

Alweer een nieuwe publicatie

Goed nieuws! Dokter Hulens heeft opnieuw een nieuwe publicatie erdoor gekregen: [Spinal fluid evacuation may provide temporary relief for patients with unexplained widespread pain and fibromyalgia](#). Op de volledige tekst is het nog even wachten, tenzij je betaalt. In de tussentijd kan je wel het abstract doorspelen aan je behandelende arts(en)...

Vzw OSTC
in the picture:
nieuwe publicatie en
interviews

Interview in Dag Allemaal

Eind juni werd onze voorzitter Fien geïnterviewd door het tijdschrift Dag Allemaal. Heb je het artikel nog niet gelezen? Surf dan naar onze website, je vindt er een [pdf van dit interview](#). Binnenkort verschijnt er ook een kort stukje in de Libelle.

Juwelen voor OSTC

Op zoek naar een paar originele oorbellen of een leuk hangertje én ineens vzw OSTC steunen? Koop dan een paar "hope"oorbellen of een "hope"hangertje. Bestellen doe je zo:

1. Mail je bestelling door naar info@overdruksyndroom.be met vermelding van je naam en adres.
2. Stort het totaalbedrag op het rekeningnummer van vzw OSTC: **BE64 6528 5227 7852**

Hangertje (zonder
ketting): 3,5 euro
Oorbellen: 6,5 euro





Geen pannenkoeken, maar wel nummer 3

We hebben net naast de hoofdprijs gegrepen, maar staan wel op de derde plaats in de pannenkoekenstrijd van Trooper.

Hallo!

Gedaan met pannenkoekenmails, want na een hevige strijd van 3 maanden is er een winnaar bekend van de grote pannenkoekenwedstrijd met Roger van Damme.

Het was een nek-aan-nek-race maar uiteindelijk kwam **Gemeentelijke Basisschool Huizingen als winnaar** over de eindmeet! Proficiat!

En we maken ook een diepe buiging voor de volgende verenigingen in het klassement. Naast een eervolle vermelding, ontvangen zij ook een doos vol tombola-prijzen:

2. Jamboree 2019 Scouts en Gidsen Boechout-Vremden
3. vzw Overdruksyndroom en Tarlov cysten

We winnen een doos vol tombolaprijzen.

Wil je onze eerste tombola mee organiseren? Stuur dan een mailtje naar info@overdruksyndroom.be. Of kan je mooie prijzen

bemachtigen? Laat ons dan zeker iets weten. Meer informatie volgt!

Help mee om onze eerste tombola te organiseren!

Nordic Walking of bewegen in warm water

Heb je zin om andere lotgenoten te ontmoeten en te wandelen? En kan je enkele honderden meters stappen? Volg dan de rustige initiatie cursus Nordic Walking, onder deskundige begeleiding van ons lid Nicole Boeckx. In 4 lessen van 1,5 uur leer je al spelenderwijs de techniek van Nordic Walkin aan.

Het relax tempo wordt aangepast aan de groep en de afgelegde afstand is ultra-kort.

- Kostprijs = 80 euro (normaal tarief = 100 euro, OSTC-leden en hun familieleden krijgen korting – vermeld dus zeker dat je lid bent van onze vzw).
- Data = zondag 9, 16, 23 en 30 september + reservedatum 7 oktober van 9.30 tot 11 uur aan parking De speelberg in Sint-Joris-Weert.

Interesse? Mail je naam, gsm-nummer, adres en leeftijd door naar info@nordicwalkingleuven.be of surf naar de [Facebookpagina](#). Meer info over Nordic Walking vind je op de [website van Nicole](#).

Wil je **bewegen in warm water**? Schrijf je dan in voor de zomerlessen [Aqua Fun](#) in de Sportoase op donderdag van 11 tot 12 uur. Kostprijs = 2 euro. Op voorhand wel even inschrijven via femke.deboutte@wgcriggerbuurt.be met vermelding van je telefoonnummer.

Ook Sportoase organiseert lessen waarbij chronische pijnpatiënten mogen aansluiten: [Aquasenor](#) op donderdag van 12.15 tot 13 uur. Daarnaast is er op dinsdag en donderdag van 16 tot 17 uur ook een rustige groep in het instructiebad. Inschrijven op voorhand is niet nodig.

- Kostprijs kennismakingskaart: 20 euro voor 4 beurten (4 weken geldig)
- Kostprijs 10-beurtenkaart: 75 euro voor 10 beurten (4 maanden geldig).

De meeste ziekenfondsen bieden een jaarlijkse tegemoetkoming voor het lidgeld van een sportclub of een 10-beurtenkaart.

Een groeiend forum op Facebook

Onze afgesloten Facebookgroep telt ondertussen 40 leden. Er worden heel wat nieuwtjes en tips uitgewisseld! Wie graag contact heeft met medepatiënten, kan zich nog steeds aansluiten: [Overdruksyndroom & Tarlov Cysten – forum](#). Wie geen Facebookaccount heeft, kan het forum op onze website gebruiken.



Dankjewel, Lore!

Lore, de zus van onze penningmeester, heeft dankzij een "afvalrace" maar liefst 435 euro gestort op onze rekening. Een hele dikke (hahaha) dankjewel voor dit originele initiatief!

Trooper nooit meer vergeten!

Gebruik jij Chrome als browser? Installeer dan in 2 minuten tijd onze Trooperbot: [download de Trooperbot](#) en volg de instructies.

Wat doet Trooperbot voor jou?

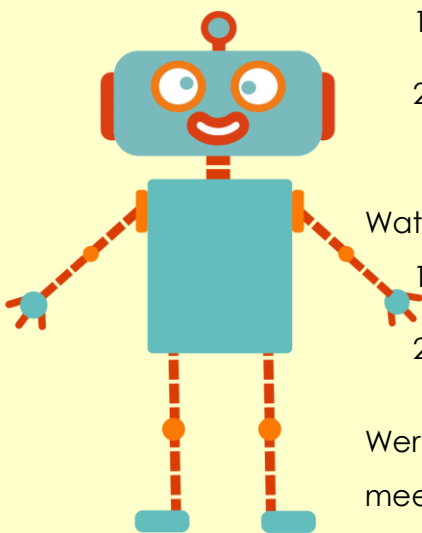
1. Als je surft naar een shop en ons steunt, verschijnt de Trooperbot: "Bliep, bliep, Troopershop gevonden".
2. Om Trooper te activeren, klink je op de Trooperbot. Al de rest gaat vanzelf: een percentage van je aankoop komt automatisch op onze rekening.

Wat moet jij dus niet meer doen?

1. Je moet zelf niet meer aan Trooper denken bij het shoppen en je moet geen omweg meer maken via onze Trooperpagina.
2. Je moet niet meer gaan zoeken naar je favoriete shop tussen de honderden Troopershops.

Werk je nog niet met deze browser? [Installeer Chrome](#) dan, zodat je gemakkelijk mee kan Troepen.

Nieuw op onze OSTC-website: [materiaal voor Trooper](#) (filmpjes, documenten...) om te delen met familie en vrienden!



POWERED BY **TROOPER**

Klik hier voor Trooperbot en je vergeet Overdruksyndroom nooit meer bij het shoppen!



Op zoek naar de vorige nieuwsbrieven? Die vind je op [onze website](#).

Vragen, ideeën, bedenkingen? Mail ons: info@overdruksyndroom.be