





Voorwoord

Met de zomer in volle gang hoop ik dat u kunt genieten van de warme zonnestralen en de mooie momenten die dit seizoen met zich meebrengt. Het jaar is alweer over de helft. Een helft waarin er weer ontwikkelingen zijn binnen DCG. Ik neem u graag in vogelvlucht hierin mee.

Allereerst wil ik onze dank uitspreken aan iedereen die de tijd heeft genomen om het patiënttevredenheidsonderzoek (PTO) in te vullen. Uw waardevolle feedback helpt ons bij het voortdurend verbeteren van onze zorg waar dit nodig is. Verderop in deze nieuwsbrief vertellen we u over de belangrijkste resultaten.

Daarnaast willen we u op de hoogte brengen van een ontwikkeling op het gebied van e-mailcommunicatie. Als DCG hechten wij veel waarde aan uw privacy. Om dit nog beter te kunnen waarborgen, zijn we overgestapt op een nieuwe methode van e-mailverzending. Vanaf nu zullen

alle e-mails die u van ons ontvangt worden beveiligd met een verificatiecode. Dit betekent dat alleen u toegang heeft tot de inhoud van de e-mails. Hierdoor wordt uw persoonlijke informatie nog beter beschermd.

Ook wil ik nog even stilstaan bij het PGO. Dit is de Persoonlijke Gezondheidsomgeving. We hebben er al eerder over verteld, maar benoemen nogmaals de voordelen van een PGO. In deze nieuwsbrief leest u ook ervaringen van patiënten die al werken met een PGO.

Als laatste benoem ik graag nog de recent georganiseerde kookworkshop. Het was een groot succes! We hebben genoten van de heerlijke gerechten die samen met een deel van onze patiënten zijn bereid. De workshop bood niet alleen een geweldige gelegenheid om nieuwe recepten te leren, maar ook om elkaar beter te leren kennen en ervaringen te delen. Ik wens u allen een prachtige zomer toe!

Arjan Leijssenaar, Hoofd Zorg.



Het PGO bij DCG

Zorgverleners verbinden in een persoonlijke gezondheidsomgeving

Een persoonlijke gezondheidsomgeving (PGO) is een veilige app of website waarin u als patiënt medische gegevens van meerdere instellingen, zoals huisarts, ziekenhuis of dialysecentrum, kunt verzamelen. Daarnaast kunnen vragenlijsten op een PGO worden aangeboden, die na invullen weer inzichtelijk zijn voor de behandelaar. Overzichtelijk alle gegevens van verschillende zorgverleners bij elkaar dus.

Patiënten over de PGO

Inmiddels is de PGO beschikbaar bij DCG en is er een groep patiënten die hier gebruik van maakt. Nachtdialyse patiënt Patrick Medendorp vertelt wat meer over zijn ervaring met de PGO.

‘Ik maakte al gebruik van MijnDCG en ook MijnUMCG dus ken dit soort platformen goed. De PGO kende ik wel, maar heb ik sinds kort in gebruik genomen.’ Patrick maakt gebruik van

de PGO Quli. ‘Het aanmelden op Quli gaat heel makkelijk, maar ik heb een ICT-achtergrond dus dit soort zaken liggen mij wel’, lacht Patrick. ‘Meestal kijk ik op mijn telefoon en dat werkt heel goed. De informatie die erin staat is heel duidelijk en overzichtelijk, daar ben ik erg tevreden over. Wat voor mij het allerbelangrijkste is, zijn de laboratoriumuitslagen.’

‘De informatie in een PGO draagt eraan bij dat ik zelf keuzes kan maken’

Quli

Dag en nacht verschil

Patrick dialyseert in de nacht. Dat houdt in dat hij drie keer in de week bij DCG in Groningen overnacht en dan de hele nacht dialyseert. ‘De nacht is heel anders dan de dag’, legt Patrick uit, ‘wij hebben veel minder contact met de arts en verpleegkundigen en ik ben daardoor altijd erg benieuwd naar mijn laboratoriumuitslagen. Ik stuur zelf ook heel sterk op de informatie vanuit die labuitslagen. En er is daarnaast altijd contact mogelijk hoor, dat is perfect bij DCG. Als ik mail reageren ze heel snel en dat is fijn. Maar ik houd er ook wel van om zelf de touwtjes in handen te hebben en de labuitslagen in de PGO geven de informatie waarmee ik zelf de regie kan voeren en kan bijsturen op bijvoorbeeld mijn voeding. Het is van enorm toegevoegde waarde voor de nachtpatiënten’.

‘Ik zou het gebruik van een PGO van harte aanbevelen’, vertelt Patrick. ‘Met name voor de nachtpatiënten, omdat je dan toch minder contact hebt met de arts en verpleegkundigen, is het waardevolle informatie. Kanttekening is wel dat je de uitslagen goed moet kunnen interpreteren. Daar is dus een goede uitleg bij nodig, anders gaan patiënten misschien zomaar dingen doen.’

Mijn advies is altijd: is iets niet duidelijk of heb je vragen? Stel ze. Dan kun je heel veel met de informatie in een PGO’.

Regie bij de patiënt

Met een PGO heeft u meer regie over uw eigen behandeling. Onder andere door inzicht te verkrijgen in de labuitslagen of zorgverleners te koppelen aan een PGO. Het wordt binnenkort ook mogelijk om zelfmetingen thuis, via een PGO, door te geven aan een behandelaar. Op die manier krijgen de zorgverleners bovendien een completer beeld van de gezondheidssituatie van de patiënt.

Welk PGO voor onze patiënten?

Elke patiënt heeft vrije keus voor een PGO. Vanuit DCG bevelen wij onze patiënten de PGO van Quli aan. Reden hiervoor is dat deze gebruikersvriendelijk en overzichtelijk is ingedeeld.

Meer weten?

Wilt u meer weten over het PGO? Kijk eens op:

- dcm.nl/pgo
- pgo.nl

PGO en Nefro-PROMS

Binnen DCG maken wij ook gebruik van Nefro-PROMS vragenlijsten. Wist u dat u de antwoorden op deze vragenlijst ook terug kunt zien in uw PGO? Met een PGO heeft u dus alle zorginformatie overzichtelijk bij elkaar.

Aanpassingen sturen e-mails naar patiënten

Vanuit DCG hechten wij een groot belang aan privacy. Het veilig versturen van mail valt hier ook onder. Daarom versturen wij alle mail vanaf nu beveiligd. Dat houdt in dat wanneer u een mail van DCG wilt openen, u hiervoor een code nodig heeft. Deze code ontvangt u via uw mobile telefoon. Deze extra stap, zorgt voor extra veiligheid als het gaat om uw gegevens in de mail.

Veilige verzendwijze

Bij het versturen van brieven, zoals afspraakbevestigingen en andere algemene berichten moeten we rekening houden met privacyregels. Bij uw inschrijving heeft u voor het versturen van algemene mailing een formulier ingevuld en ondertekend. Ook algemene berichten zijn namelijk gevoelig wat betreft privacy. Het feit dat de e-mail afkomstig is van ons dialysecentrum kan informatie geven over uw gezondheid, en we willen niet dat uw persoonlijke gegevens in verkeerde handen vallen.

Nieuw formulier

Patiënten die al dialyse ondergaan en eerder een formulier hebben ingevuld, krijgen van hun EVV-er het nieuwe/herziene formulier om in te vullen. Op dit formulier kunt u aangeven of u wel of geen post of e-mails wilt ontvangen over specifieke onderwerpen. Als u kiest voor e-mails, moeten we ook uw 06-nummer noteren.

Nadat u het formulier volledig heeft ingevuld en ondertekend, zal de EVV-er ervoor zorgen dat het bij de doktersassistenten terechtkomt, die het in het systeem verwerken.

Natuurlijk staat het u vrij om de keuze die u in het verleden gemaakt te veranderen.

Belangrijk: Onze doktersassistenten zullen afspraakbevestigingen ook via deze methode gaan versturen. Als we geen 06-nummer in ons systeem hebben, zullen ze u vragen om deze te verstrekken of anders de brief per post sturen. Uw uitdrukkelijke toestemming is hiervoor niet vereist. Als u eerder heeft aangegeven dat u uw afspraakbevestiging per e-mail wilt ontvangen, maar nu liever per post, laat dit dan aan de doktersassistenten weten.



Nieuws van de vakgroep diëtetiek



Komende tijd verandert er een en ander binnen vakgroep diëtetiek. Diëtist Sanne Oosterloo heeft op 14 juli afscheid genomen van DCG.

Per 5 september komt diëtist Eline Bennink team diëtetiek versterken. Eline is een oud stagiaire van het DCG waardoor zij dus al redelijk bekend is binnen DCG.



Een aantal patiënten zal in de overbruggingsperiode van ongeveer 1,5 maand mogelijk wat minder contact hebben met de diëtist dan gebruikelijk. Eline zal zich binnenkort komen voorstellen.

In principe is op alle werkdagen minimaal één diëtist aanwezig bij Dialyse Centrum Groningen. Bovendien kunt u bij vragen bellen naar 050 - 36 19 444 of mailen naar dietisten@dcg.nl

Huisregels voor nachtcenrumpatiënten

Wij maken uw verblijf tijdens de nachtelijke dialyse zo aangenaam mogelijk, daarom vinden wij het van belang om bepaalde dingen met elkaar af te spreken. Huisregels dragen eraan bij dat alles goed verloopt en dat het voor iedereen duidelijk is wat u kunt, moet en mag binnen het DCG.

Buiten de algemene huisregels van het DCG willen wij u erop attenderen dat:

- U tijdens het gebruik van audioapparatuur de koptelefoon dient te gebruiken
- Nadat de verpleegkundigen het licht hebben uitgedaan verzoeken wij u geen geluids- en/of lichtoverlast te veroorzaken.
- Er is zowel voor mannen als voor vrouwen een gezamenlijke kleedruimte. Dit is tevens de plek waar lockers aanwezig zijn voor persoonlijke bezittingen. Mocht u om welke reden dan ook bezwaar hebben om gebruik te maken van deze gezamenlijke ruimte dan kunt u dit altijd laten weten aan de verpleegkundige.

Samen kunnen we ervoor zorgen dat DCG een prettige verblijfplaats is en blijft.

Kookworkshop bij Dialyse Centrum Groningen: Genieten van smaakvolle, zoutarme gerechten!

Op 24 mei vond er een kookworkshop plaats in de keuken van de Hanzehogeschool Groningen. Een workshop speciaal voor nierpatiënten van Dialyse Centrum Groningen, UMCG en Martini Niercentrum, die volledig in het teken stond van het leren bereiden van heerlijke gerechten met minder zout.

Zoutarm

De kookworkshop werd georganiseerd door Deisy Leal Borges, destijds stagiaire diëtetiek, in samenwerking met een stagiaire van het UMCG. Het hoofddoel van deze bijeenkomst was om de deelnemers te laten ontdekken dat zoutarm eten ook ontzettend lekker kan zijn en praktische tips te geven voor gebruik van kruiden en specerijen. De middag begon met een informatieve presentatie waarin het belang van een zoutarm

dieet werd uitgelegd en praktische informatie werd gedeeld. Deze presentatie gaf inzicht in hoe een zoutarm dieet positieve gezondheidsveranderingen teweeg kan brengen.

Zelf koken en proeven

Deelnemers kregen de kans om heerlijke maaltijden te koken en om kooktips uit te wisselen. Er werd volop geëxperimenteerd met verschillende kruiden en specerijen. Hierdoor ontdekte men al snel dat zout helemaal niet nodig is om smaakvolle gerechten te maken. Het hoogtepunt was toen alle gerechten gezamenlijk werden geproefd. De deelnemers waren erg tevreden over de begeleiding en vonden de verstrekte informatie zeer nuttig en de workshop interactief en inspirerend.



Verbouwen in Groningen

De verbouwing in Groningen loopt mooi op schema. Onlangs is de tweede verdieping opgeleverd. Daarmee is fase 1 van de verbouwing afgerond. Als patiënt heeft u waarschijnlijk nog niet veel gemerkt van de verbouwing. In de volgende fase blijft dat ook zo.

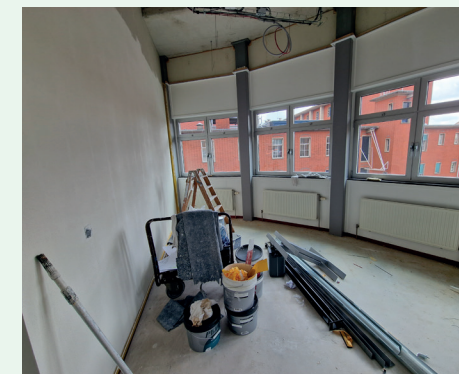
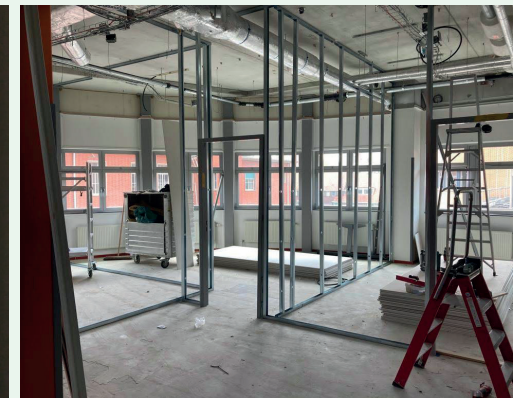
Wat gaat u merken

De komende maanden merkt u nog niet zoveel van de verbouwing. Wel zijn er al wat verhuisbewegingen doordat kantoren al verhuizen en kan het zijn dat de lift eens wat vaker bezet is. Uiteindelijk worden ook de dialyseruimtes volledig vernieuwd en komen deze

op de derde verdieping. Wanneer u als patiënt meer gaat merken van de verhuizing nemen we u hier uitgebreid in mee.

Waarom ook alweer verbouwen?

De afgelopen jaren zijn alle locaties van DCG vernieuwd. Na de nieuwbouw in Assen en Scheemda, is eind vorig jaar Stadskanaal gerenoveerd. Insteek bij deze vernieuwingen was het creëren van toekomstbestendige dialyselocaties die voldoen aan de eisen en wensen van deze tijd. In de laatste fase van deze vernieuwingsslag is de locatie Groningen aan de beurt.





Reactie nieuwsbericht HDF namens medisch team

Velen van u hebben het nieuws gehoord of gelezen over de resultaten van een onderzoek over een dialysebehandeling met de naam hemodiafiltratie (HDF). Een Europees onderzoek, wat onder andere in het UMC Utrecht is gedaan. Dit onderzoek laat zien dat de HDF behandeling beter is op de overleving dan de huidige hemodialysebehandeling. Wij kunnen ons voorstellen dat dit bericht vragen bij u oproept over uw huidige dialyse behandeling. Daarom willen wij onze visie op dit onderzoek graag met u delen.

Wat is hemodiafiltratie?

Hemodiafiltratie is een vorm van hemodialyse waarbij naast het standaard filteren van het bloed er een grote hoeveelheid water wordt gebruikt om daarmee extra afvalstoffen uit het bloed te halen. Deze vorm van hemodialyse bestaat al langer, maar wordt weinig gebruikt omdat tot nu toe weinig voordeel werd gezien. Het onderzoek (CONVINCE) toont aan dat de overleving van patiënten met een HDF-behandeling beter is. Maar daar moeten een aantal kanttekeningen bij

worden gezet die maken dat de resultaten van het onderzoek niet voor alle patiënten gelden.

- Om de behandeling met HDF te geven is een hogere bloedflow (hoeveelheid bloed die per minuut door de dialyse machine gaat) nodig dan nu gemiddeld wordt gegeven, namelijk minimaal 350 ml/minuut. In de praktijk is de shunt of dialysekatheter vaak niet geschikt om deze waarden te halen.
- Het gunstige effect van de HDF-behandeling op de overleving wordt niet voor alle patiënten gezien. Zo blijken in dit onderzoek patiënten met diabetes mellitus of hart- en vaatziekten geen voordeel te hebben van deze behandeling. Helaas is dit de grootste groep patiënten van het Dialyse Centrum Groningen (DCG).
- De betere overleving wordt pas gezien als je minimaal 2-3 jaar de HDF behandeling ondergaat. In de praktijk verwachten we dat de groep patiënten die deze behandeling zouden kunnen krijgen dan al niet meer in dialyse is, door bijvoorbeeld transplantatie.

- De patiënten die meegedaan hebben in het onderzoek zijn gemiddeld zo'n tien jaar jonger dan de gemiddelde patiënt op het DCG. Het zou kunnen dat een jongere leeftijd gunstiger is voor deze behandeling, dat kunnen we nu niet zeggen.
- Dit onderzoek heeft alleen gekeken naar overleving en bijvoorbeeld niet naar kwaliteit van leven en klachten. Dit wordt nog verder onderzocht en hopen we later meer over te weten te komen.

Dit maakt wat ons betreft dat de HDF-behandeling voor slechts een kleine groep patiënten binnen DCG voordeel zou kunnen hebben. De komende tijd gaan we kijken welke patiënten dit zijn en of zij een behandeling met HDF zouden kunnen krijgen.

Mocht u naar aanleiding van het nieuwsbericht of deze reactie vragen hebben over de HDF-behandeling, kunt u hiervoor terecht bij uw behandelend nefroloog en/of verpleegkundig specialist.



Wisselingen medisch team

Na ruim 15 jaar als internist-nefroloog werkzaam te zijn geweest bij DCG heeft Akin Özyilmaz een andere, prachtige uitdaging gevonden binnen het UMCG. Per 1 juni is hij gestart als coördinerend nefroloog van de niertransplantatie. Akin heeft van zijn patiënten inmiddels afscheid genomen. Wij zijn erg blij dat we Margriet Hazenberg bereid hebben gevonden om de rol van Akin binnen DCG over te nemen.

Daarnaast is ter versterking van het medisch team per juni Nienke Manson als internist-nefroloog bij DCG in dienst gekomen. Nienke, geboren en getogen in Groningen, is sinds 2019 werkzaam als internist-nefroloog. Zij zal de komende tijd met haar patiënten kennismaken.





Resultaten vanuit het patiënttevredenheidsonderzoek

Het is voor DCG heel belangrijk om te weten hoe u als patiënt onze zorg ervaart. Daarom vroegen wij onze patiënten om deel te nemen aan ons patiënttevredenheidsonderzoek (PTO). Wij zijn erg blij dat een groot aantal patiënten de vragenlijst heeft ingevuld, waarvoor onze dank. Met uw input kunnen wij de zorg binnen DCG nog meer verbeteren.

Hele mooie resultaten

Wij kunnen ook meteen verklappen dat we erg blij zijn met de resultaten. Graag delen we een aantal highlight met u. Er zijn een aantal trojspunten die eruit springen ten opzichte van de rest:

- Patiënten ervaren de medewerkers van DCG als zeer professioneel, deskundig met oprechte interesse in de patiënt
- Alle disciplines binnen DCG kregen hoge cijfers van onze patiënten als het gaat om begeleiding en bejegening
- De voorzieningen werden erg goed beoordeeld en als top ervaren

Verbeterpunten

Naast de prachtige bovenstaande trojspunten was er ook een verbeterpunt:

- Soms behoefte aan iets meer privacy op de dialysezalen

We zijn erg blij met uw feedback. Zo kunnen wij onze zorg nog meer verbeteren en laten aansluiten bij uw wensen. Wij gaan de komende periode dan ook aan de slag met de verbeterpunten.

Een prachtig totaalcijfer

Bovenstaande resulteert in een prachtig totaalcijfer van maar liefst een 9! Het is geweldig om met zo'n hoog cijfer gewaardeerd te worden. Een groot compliment aan de medewerkers van DCG.



Bezoek Cliëntenraad aan dialyse-afdelingen

Een aantal leden van de Cliëntenraad heeft onlangs bezoeken gebracht aan de dialyse-afdelingen van de locaties Groningen, Assen en Stadskanaal. Het bezoek aan de locatie Scheemda staat gepland na de vakantie- en zomerperiode. De Cliëntenraad vertelt tijdens deze bezoeken over de werkzaamheden die zij uitvoeren.

Daarnaast heeft de Cliëntenraad het plan om een zogenaamd meedenkpanel in het leven te roepen. Dit is ter ondersteuning van de Cliëntenraad. Tijdens de bezoeken aan de verschillende locaties leggen we ook de vraag aan u voor om, indien mogelijk, plaats te nemen in het meedenkpanel.

De bedoeling is dan dat wij als Cliëntenraad ongeveer twee keer per jaar bij leden van het meedenkpanel langsgaan om een aantal vragen te stellen. De antwoorden worden gebruikt als input voor de Cliëntenraad.

Mocht het u leuk lijken om lid te worden van de Cliëntenraad of om plaats te nemen in het meedenkpanel? Stuur dan een e-mail naar: clienraad@dcg.nl. Eerst liever wat meer informatie? Kijk dan op <https://www.dcg.nl/werkenbij/vacatures/lid-clienraad> of scan de QR-code. Bellen mag ook op 06 - 234 10 112.

Cliëntenraad bezoekt presentatie over “Grip op uw nieren”

Onlangs heeft voormalig communicatieadviseur van het Dialyse Centrum Groningen, Marco Boonstra, een interessante presentatie verzorgd voor de Cliëntenraad. Dit was in het kader van zijn promotietraject aan de Rijksuniversiteit Groningen. Het onderwerp van het promotieonderzoek was “Grip op uw nieren”. Dit onderzoek ging over het helpen van patiënten met hun nierziekte. De patiënten krijgen tools om bewuster om te gaan met hun ziekte en hoe zij makkelijker over hun ziekte kunnen praten met hun zorgverlener, zoals bijvoorbeeld de nefroloog. Door het bezoeken van dit soort presentaties blijft de cliëntenraad goed op de hoogte van wat er speelt.



Dick de Jonge - Voorzitter Cliëntenraad



Nierteam aan Huis vanuit het UMCG

Het Nierteam aan Huis geeft voorlichting over nierziekten, de fysieke en psychosociale gevolgen daarvan, de verschillende vormen van behandeling en de voor- en nadelen daarvan bij patiënten thuis. Belangrijk aan deze vorm van groepsvoorlichting is dat naasten van de nierpatiënt (zoals familie, vrienden, collega's of burens) aanwezig zijn. Nierschade leidt tot grote onzekerheid bij patiënten. Goede voorlichting helpt hen om samen met hun sociale omgeving tot een oplossing komen.

Kennis neemt toe

Kennis over de gevolgen van nierfalen neemt enorm toe door de voorlichting, maar ook worden passende behandelingen bespreekbaar. Meest opvallend is dat in de patiëntengroepen waar voorlichting wordt gegeven, aanzienlijk meer transplantaties met een nier van een levende donor werden geteld. Bijvoorbeeld doordat uit de kring van naasten zich een donor meldt. Daarnaast blijkt dat patiënten en hun naasten beduidend

meer kennis krijgen, en vaker met elkaar in gesprek gaan over een passende behandeling. Ook ervaren patiënten meer steun en begrip vanuit hun omgeving. Het Nierteam aan Huis wordt voor patiënten vanuit het basispakket vergoed.

Nierteam aan Huis is er voor alle nierpatiënten waarbij alle behandelmogelijkheden open staan (patiënten die in potentie transplantabel zijn). Het maakt hierbij niet uit of u een groot of klein netwerk heeft.



Wilt u meer weten over Nierteam aan Huis?
Stuur een mail naar nierteam@umcg.nl of vraag aan uw medisch maatschappelijk werker of arts.

Ingrediënten voor 2 personen:

- ▶ 150 gram volkorenpasta
- ▶ 2 eetlepels olijfolie
- ▶ 1 ui, fijngehakt
- ▶ 2 teentjes knoflook, fijngehakt
- ▶ 150 gram witte champignons, in plakjes gesneden
- ▶ 100 gram kipfilet, in blokjes gesneden
- ▶ ¼ tablet Damhert zoutarme groentebouillon opgelost in 120 ml water
- ▶ 60 ml magere melk
- ▶ 2 eetlepels maïzena (om te binden)
- ▶ Peper naar smaak
- ▶ Verse peterselie, fijngehakt (optioneel)

Per portie:

460 kcal
27 g eiwit
60 mg natrium
900 mg kalium
520 mg fosfaat
58 g koolhydraten



Recept van de maand

Pasta met champignons en kipfilet

Bereiden

1. Kook de volkorenpasta volgens de instructies op de verpakking. Giet af en zet apart.
2. Verhit de olijfolie in een pan op middelhoog vuur en fruit de ui en knoflook aan.
3. Voeg de champignons en kipfilet toe en bak ze tot ze gaar zijn.
4. Voeg de natriumarme groentebouillon toe en breng aan de kook. Laat ongeveer 5 minuten sudderen.
5. Meng de Maïzena met de magere melk in een aparte kom totdat het goed is opgelost. Voeg dit mengsel toe aan de pan en roer goed door totdat de saus iets is ingedikt.
6. Breng de saus op smaak met peper.
7. Voeg de gekookte volkoren pasta toe aan de pan en meng alles goed door elkaar totdat de pasta gelijkmatig bedekt is met de saus.
8. Garneer met verse peterselie indien gewenst.
9. Serveer het gerecht warm.

K	A	M	P	V	U	U	R	N	N	Z	M
K	I	O	M	S	P	R	O	E	I	E	R
S	E	N	Z	G	R	A	S	R	U	B	A
L	O	O	T	S	I	P	R	E	T	A	W
I	N	T	R	S	L	I	P	P	E	R	S
A	E	N	E	B	Z	E	E	M	R	B	T
T	M	I	T	A	M	G	N	A	H	E	R
K	E	M	B	L	I	J	E	D	K	B	C
C	O	D	A	B	M	E	W	Z	O	U	N
O	L	A	J	N	A	R	C	Z	S	E	D
C	B	B	L	I	R	B	E	N	N	O	Z
G	Z	A	N	D	K	A	S	T	E	E	L

BADMINTON	SPROEIER
BAL	STRAND
BARBECUE	TUIN
BLOEMEN	WARM
BOS	WATERPISTOOL
COCKTAIL	ZANDKASTEEL
GRAS	ZEE
HANGMAT	ZON
KAMPEREN	ZONNEBRIL
KAMPVUUR	ZWEMBAD
RANJA	ZWEMBROEK
SLIPPERS	IJS

Oplossing

----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------

**Stuur uw oplossing en uw naam voor 1 september 2023 in naar:
communicatie@dcg.nl om kans te maken op 1 van de 3 leuke prijzen!**