



Stichting Matthew's Friends
Nederland-Vlaanderen
Nieuwsbrief 1 – December 2021

Welkom

Het jaar 2021 was een bijzonder en bewogen jaar. Een jaar waarin we als nieuwe stichting het 100 jarig jubileum hebben gevierd van Ketogeen Dieet Therapie, onze mooie website hebben gelanceerd en we actief zijn geworden op ons instagram kanaal. Dit is alleen maar mogelijk mede dankzij de hulp van onze collega's en vrijwilligers in Nederland en Vlaanderen die zich met veel enthousiasme hebben ingezet voor ons. Hartelijk dank daarvoor!

Wij gedenken ons bestuurslid Prof. dr. Onno van Nieuwenhuizen die ons helaas veel te vroeg is overleden. Wij zijn zeer dankbaar dat hij met zijn bevoegdheid, deskundige adviezen en flinke dosis humor ons heeft gesteund in onze opstartfase.

Het was ook een bewogen jaar waarin iedereen worstelde met Corona maar waarin betrokkenheid en aandacht voor elkaar ervoor gezorgd heeft dat we door kunnen met onze stichting en volop plannen hebben voor het komende jaar!

Het bestuur wenst iedereen een gezond 2022 toe! Blijf ons steunen, wij doen het voor u en uw kind!

Recepten



Kerststerren



Boomstronk



Oliebollen

December is een feestmaand. Dit betekent lekker eten met de hele familie. Ook als je Ketogeen Dieet Therapie volgt wil je hier graag aan meedoen. Dit is zeer zeker mogelijk. Kijk voor inspiratie voor lekkere recepten op onze website.

<https://mf-nl.nl/org/ketogeen-dieettherapie/recepten/>

“Het was een bijzonder en bewogen jaar voor Matthews Friends NL-VL.”

“Mam? Vergeet je de weegschaal niet?”

Persoonlijk verhaal



Dagmar Cramer van den Bogaart, trotse moeder van Tjebbe (14), Jitske (12) en Jolle (10)

Sinds we gestart zijn met het Ketogeen dieet, nu op de kop af 11 jaar, 5 maanden en 20 dagen geleden, is er eigenlijk geen dag meer voorbijgegaan dat we geen weegschaal hebben gebruikt. Met een ‘snel’ rekensommetje komt dat toch al gauw neer op zo’n 41.000 keer sinds de start. En dat alleen voor de oudste. Want toen onze jongste werd geboren en helaas met 6 weken oud ook moest worden ingesteld op het Ketogeen dieet in verband met stofwisselingsziekte GLUT-1, waren we inmiddels al wat ‘weegschaalvlieguurtjes’ verder en wat ervaring rijker...

Het Ketogeen dieet is overigens niet alleen maar ‘weegschaaltje wegen’. Natuurlijk is het soms echt lastig om de kinderen te blijven uitleggen waarom ze iets wel of niet mogen. Het spontane van eten is er wel af door zo’n strikt dieet. En in alle eerlijkheid? Feestdagen, verjaardagen, feestjes op school, Sint- Maarten, etc.? Ik sla ze het allerliefste over, omdat je iedere keer weer geconfronteerd wordt met het feit dat ‘niets vanzelfsprekend is’. Altijd ‘creatief boekhouden’ zodat de jongens ook kunnen genieten van die momenten met een extraatje en zich net zo speciaal voelen als alle anderen.

Maar weet je? Het is nooit echt een ‘probleem’ geweest. Want de wetenschap dat we met het Ketogeen dieet kunnen voorkomen dat onze kinderen meer schade oplopen, maakt dat je die weegschaal er dag in dag uit gewoon weer bij pakt. Al moet het nog tien miljoen keer.

We zijn inmiddels al wat jaren verder. Het is na al die jaren inmiddels zo in je systeem verankerd, dat je eigenlijk niet beter weet... Niet alleen voor ons als ouders, want onze (inmiddels) tieners zeiden laatst toen ze een dagje uit logeren gingen ‘Mam? Vergeet je de weegschaal niet?’. Helden zijn het!

Sponsoring en werving

Doneer €22,00 voor 2022! - via: <https://mf-nl.nl/doneren-en-vrijwilligers/>



Matthew’s Friends NL-VL is opgezet om u te helpen. Voor mensen die ketogeen dieet therapie volgen of overwegen. Voor henzelf, hun kind en voor de behandelaren: dit kost geld. Dat geld wordt niet uitgegeven aan vergoedingen voor bestuursleden en dergelijke. Maar wel - bijvoorbeeld - voor het onderhouden van de website waarop wij onze informatie met u delen en het organiseren van toekomstige activiteiten die betrekking hebben op Ketogeen Dieet Therapie in de dagelijkse praktijk. Zoiets kost jaarlijks een flink bedrag. U kunt helpen om dit geld bij elkaar te krijgen door donateur te worden. Daar zijn wij erg blij mee. Wilt u liever op een ander manier helpen of iets extra’s doen? Kijk dan op onze website hoe u dit zou kunnen doen.



Vrijdag 22-10 mocht onze eigen voorzitter dr. Elles van der Louw uit handen van Professor Helen Cross de Millicent Kelly award ontvangen! Dit is een internationale vakprijs voor diëtisten, vernoemd naar Millicent Kelly, de allereerste ketodiëtist ooit. We zijn ontzettend trots op Elles!



Website:
www.mf-nl.nl.org



Instagram:
[matthewsfriends_nl_vl](https://www.instagram.com/matthewsfriends_nl_vl)



Email:
info@mf-nl.nl.org
