





Ga naar de website:
www.shakeq.com

Login in met: Radboudumc972

Gebruik Wifi netwerk van de Domstad of je 3G/4G netwerk



Radboudumc



Ga naar de website:
www.shakeq.com

Login in met: Radboudumc972

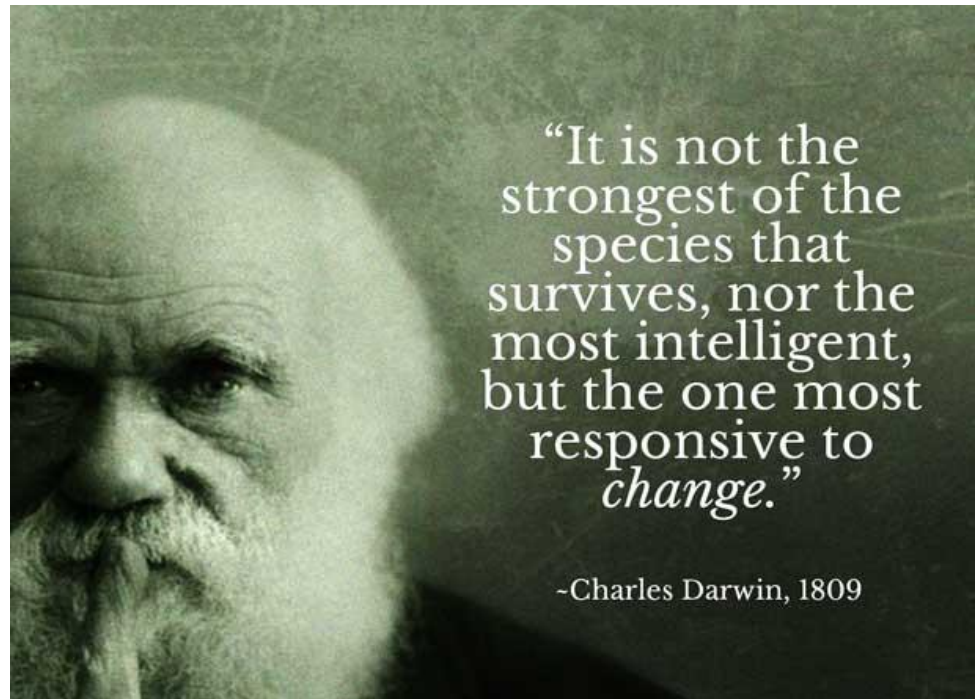
Gebruik Wifi netwerk van de Domstad of je 3G/4G netwerk



Radboudumc

Erectiele disfunctie en HVZ “Survival of the fittest”

& de rol van de hartvaat verpleegkundige



Ga naar de website: Shakeq.com Login in met: [Radboudumc972](#)

Paul Rabsztyn

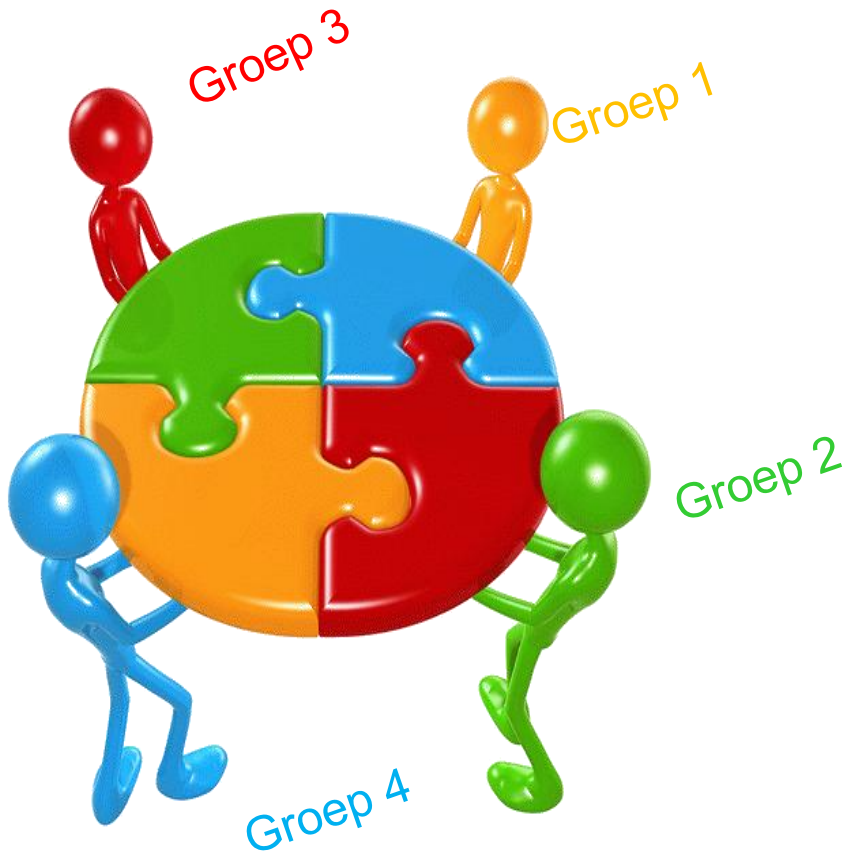
Seksuoloog NVVS SH & VPO

- Polikliniek medische Seksuologie Radboudumc
ParC Dagcentrum
- Polikliniek medische Seksuologie Rijnstate Arnhem

Ga naar de website: [Shakeq.com](https://shakeq.com)

Login in met: Radboudumc972

Instructie interactieve sessie



To me mobile interaction with my audience has an added value because;

A	It underlines the transparency of our organization	16%
B	It encourages involvement of stakeholders	12%
C	It fits today's way of knowledge sharing	48%
D	Something else	24%

Time: 01 sec | Web open

TXT: Send to 2255. Web: shakespeare Your choice (p.g. 1/10) | shakespeare
Internet: Go to shakespeare.com and sign with Web
Twitter: Tweet @shakespeare Your choice (p.g. @shakespeare)

shakespeare™

Inhoud

- Rol / taken van de HVZ Verpleegkundige
- Algemene seksuologie
- Erectiele dysfunctie en HVZ
- Etiologie en diagnostiek
- Behandelingsopties
- Take home messages

We gaan stemmen

De tekst op deze dia legt aan uw publiek uit hoe te stemmen. Deze tekst komt tevoorschijn zodra u een sessie heeft gestart.

Let op: de tekst en het uiterlijk van deze dia (font, grootte, kleur, etc.) kunnen niet aangepast worden.

SMS

①

②

De boete voor de wilplassende vrouw is

- A. Terecht
- B. Onterecht
- C. Boeie ..



De vraag gaat open zodra u een sessie en diavoorstelling start.

Stemmen: 0

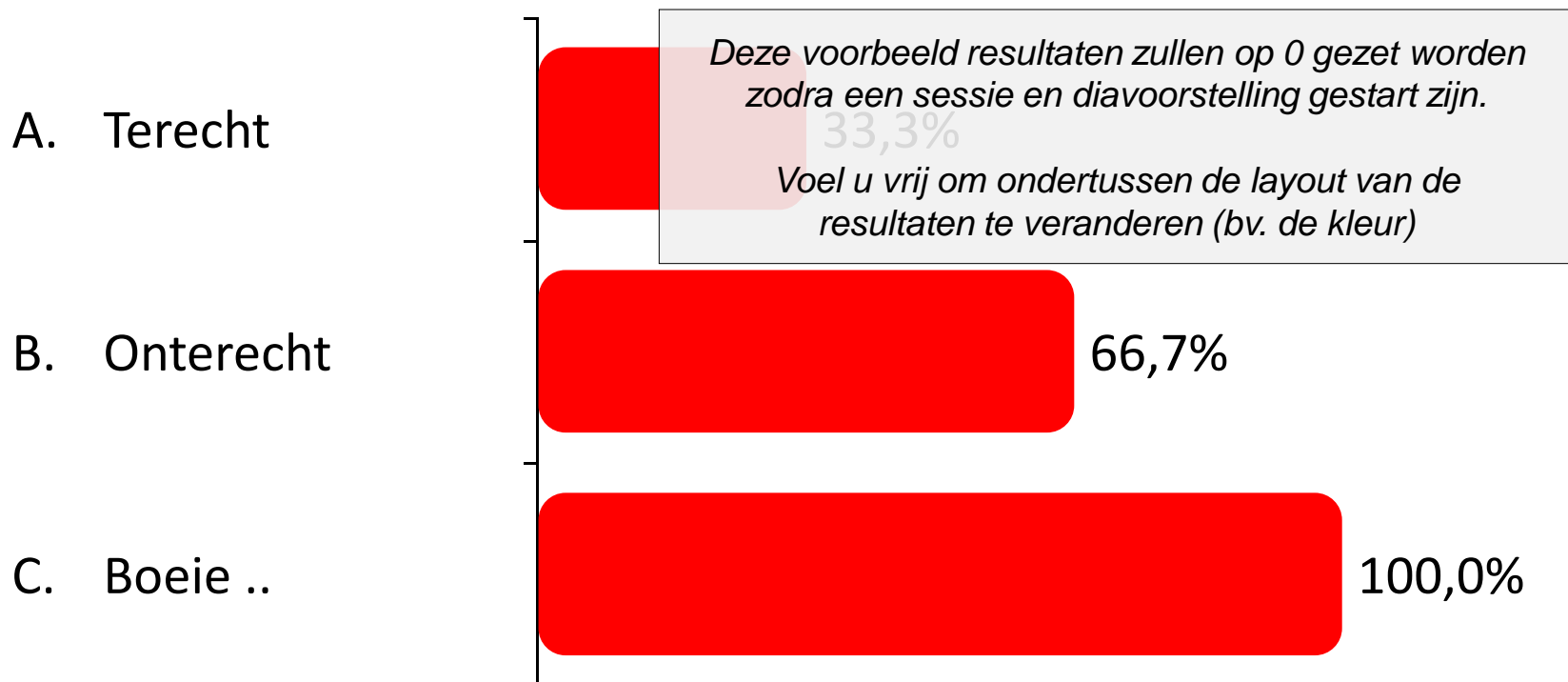
Gesloten

Internet Dit tekstvak wordt gebruikt om de verschillende stemmethodes uit te leggen.

SMS De juiste uitleg wordt hier ingevuld nadat u een sessie heeft gestart.



De boete voor de wilplassende vrouw is



 Gesloten

Internet Dit tekstvak wordt gebruikt om de verschillende stemmethodes uit te leggen.

SMS De juiste uitleg wordt hier ingevuld nadat u een sessie heeft gestart.



Sterven er maandelijks meer mannen of meer vrouwen aan HVZ?

- A. meer mannen
- B. meer vrouwen
- C. evenveel mannen als vrouwen

De vraag gaat open zodra u een sessie en diavoorstelling start.

Stemmen:
1

 Gesloten

Internet Dit tekstvak wordt gebruikt om de verschillende stemmethodes uit te leggen.



SMS De juiste uitleg wordt hier ingevuld nadat u een sessie heeft gestart.

Sterven er maandelijks meer mannen of meer vrouwen aan HVZ?



107 sterfgevallen per dag
aan hart- en vaatziekten

A. meer mannen

0,0%

B. meer vrouwen



100,0%

C. evenveel mannen als vrouwen

0,0%

 Gesloten

Inhoud

- Rol / taken van de HVZ Verpleegkundige
- Algemene seksuologie
- Erectiele dysfunctie en HVZ
- Etiologie en diagnostiek
- Behandelingsopties
- Take home messages



Behoort het seksueel (dis) functioneren van de HVZ patiënt tot jullie aandachtsgebied?

- A. Ja
- B. Nee
- C. Ja maar

De vraag gaat open zodra u een sessie en diavoorstelling start.

Stemmen: 1

 Gesloten

Internet Dit tekstvak wordt gebruikt om de verschillende stemmethodes uit te leggen.

SMS De juiste uitleg wordt hier ingevuld nadat u een sessie heeft gestart.

Behoort het seksueel (dis) functioneren van de HVZ patiënt tot jullie aandachtsgebied?

A. Ja

0,0%

B. Nee

0,0%

C. Ja maar

100,0%

 Gesloten

Deze voorbeeld resultaten zullen op 0 gezet worden zodra een sessie en diavoorstelling gestart zijn.

Voel u vrij om ondertussen de layout van de resultaten te veranderen (bv. de kleur)

Maak je seks bespreekbaar bij jouw patiënten?

- A. Ja
- B. Ja maar niet altijd
- C. Nee

De vraag gaat open zodra u een sessie en diavoorstelling start.

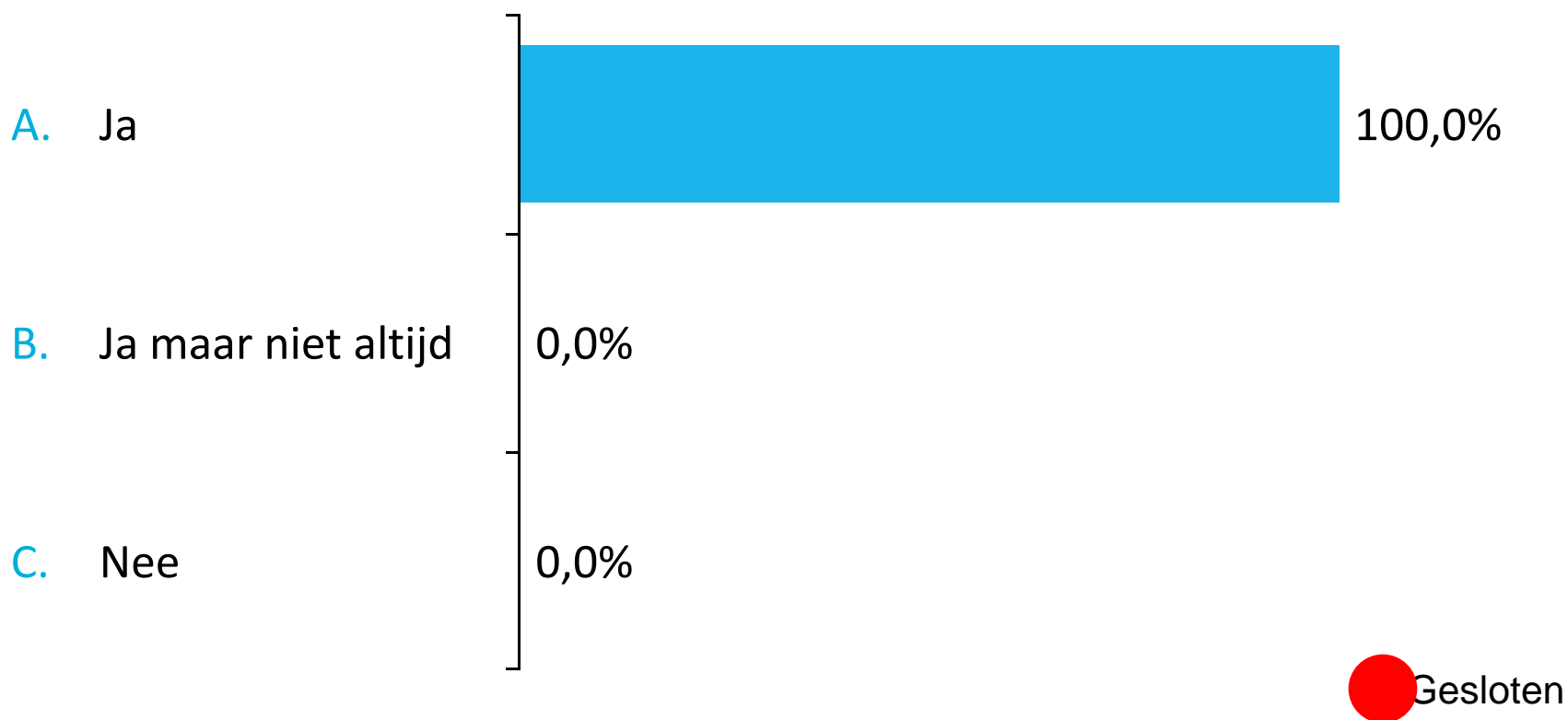
Stemmen: 1

 Gesloten

Internet Dit tekstvak wordt gebruikt om de verschillende stemmethodes uit te leggen.

SMS De juiste uitleg wordt hier ingevuld nadat u een sessie heeft gestart.

Maak je seks bespreekbaar bij jouw patiënten?



Bespreekbaar maken van seksualiteit met de patiënt. Welke uitspraak past het beste bij jou?

- A. ik begin er meestal zelf over met de patiënt
- B. ik ga het gesprek aan als patiënt er zelf over begint
- C. ik begin er alleen over als het relevant is
- D. ik verwijs patiënt gelijk naar een hulpverlener met meer kennis van zaken op seksuologisch gebied
- E. ik ga het onderwerp uit de weg
- F. Anders:

De vraag gaat open zodra u een sessie en diavoorstelling start.

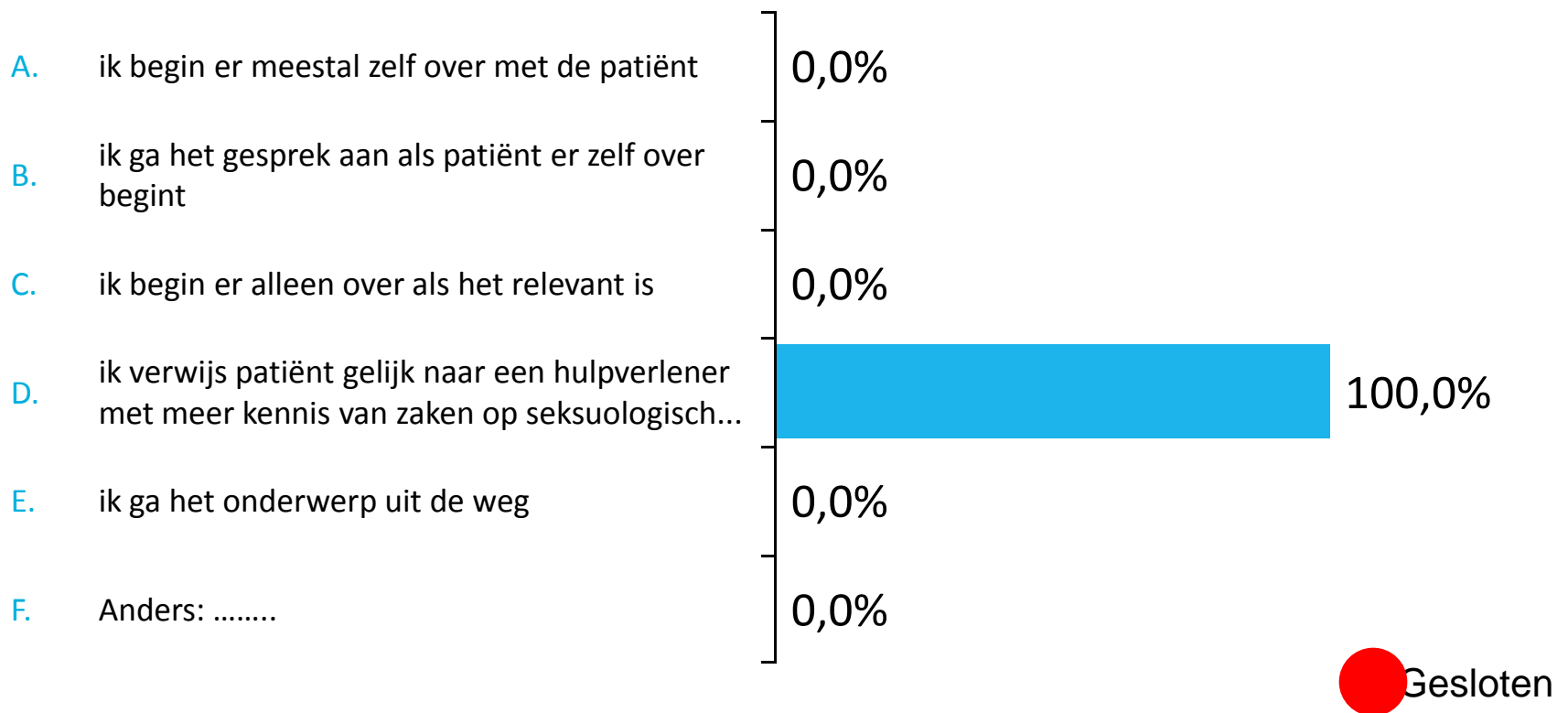
Stemmen: 1

 Gesloten

Internet Dit tekstvak wordt gebruikt om de verschillende stemmethodes uit te leggen.

SMS De juiste uitleg wordt hier ingevuld nadat u een sessie heeft gestart.

Bespreekbaar maken van seksualiteit met de patiënt. Welke uitspraak past het beste bij jou?



Wel of geen partner?

- A. ja alleen als patient een partner heeft
- B. nee daar maak ik geen onderscheid in

De vraag gaat open zodra u een sessie en diavoorstelling start.

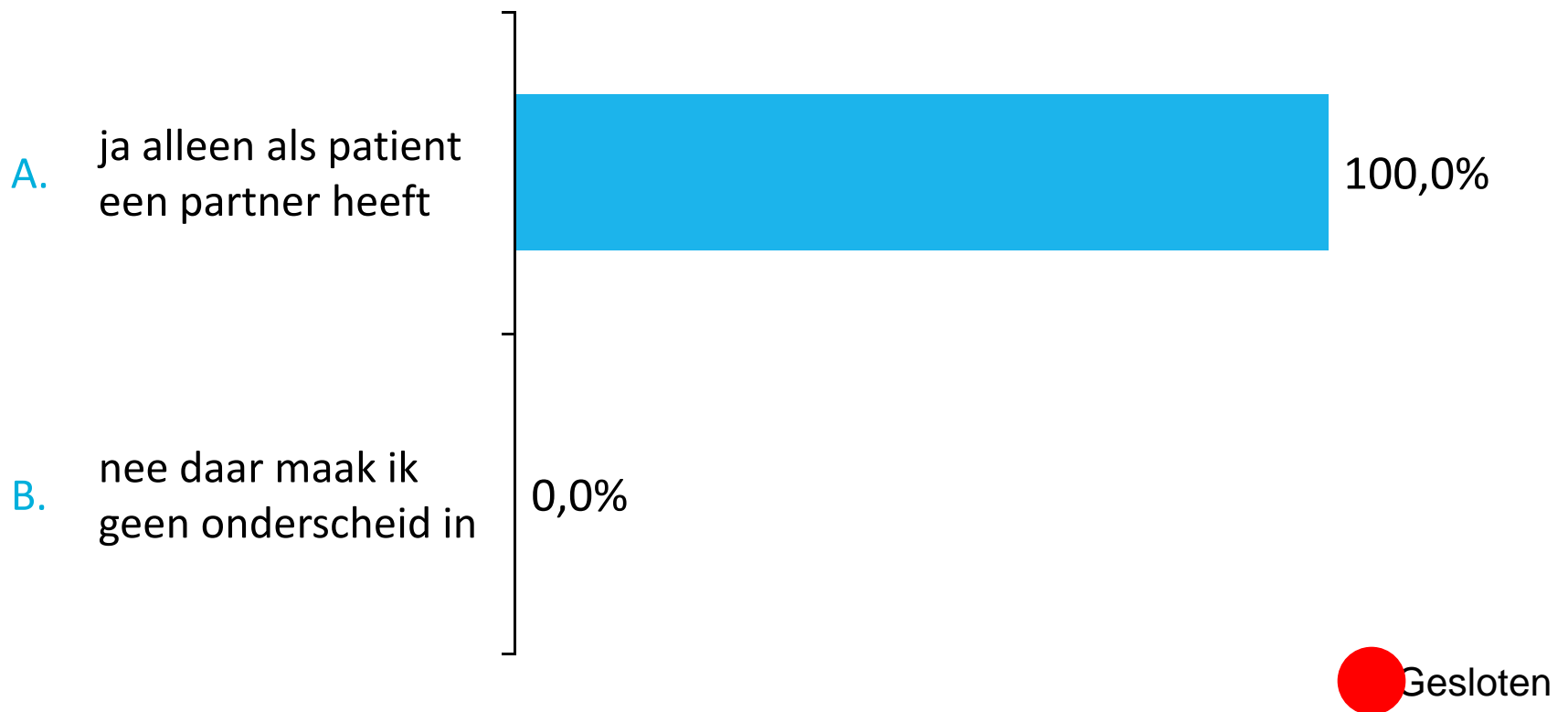
Stemmen: 1

● Gesloten

Internet Dit tekstvak wordt gebruikt om de verschillende stemmethodes uit te leggen.

SMS De juiste uitleg wordt hier ingevuld nadat u een sessie heeft gestart.

Wel of geen partner?



Speelt de leeftijd van de patiënt daar een rol in?

- A. ja
- B. nee

De vraag gaat open zodra u een sessie en diavoorstelling start.

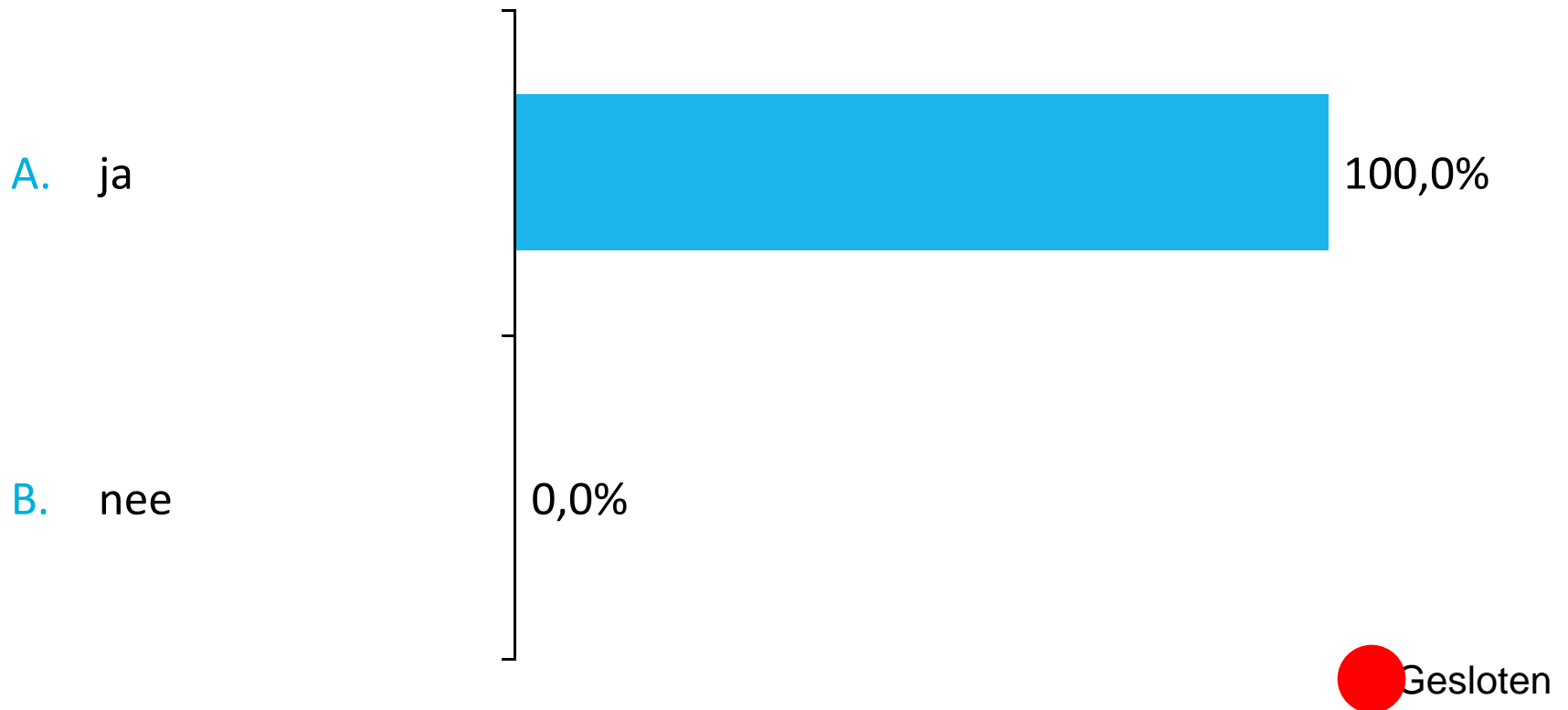
Stemmen: 1

 Gesloten

Internet Dit tekstvak wordt gebruikt om de verschillende stemmethodes uit te leggen.

SMS De juiste uitleg wordt hier ingevuld nadat u een sessie heeft gestart.

Speelt de leeftijd van de patiënt daar een rol in?



en de sekse van de patiënt?

- A. ja
- B. nee

De vraag gaat open zodra u een sessie en diavoorstelling start.

Stemmen: 0

● Gesloten

Internet Dit tekstvak wordt gebruikt om de verschillende stemmethodes uit te leggen.

SMS De juiste uitleg wordt hier ingevuld nadat u een sessie heeft gestart.

en de sekse van de patiënt?

A. ja

0,0%

B. nee

0,0%

Deze voorbeeld resultaten zullen op 0 gezet worden zodra een sessie en diavoorstelling gestart zijn.

Voel u vrij om ondertussen de layout van de resultaten te veranderen (bv. de kleur)

 Gesloten

Wat maakt een gesprek over seks voor velen zo lastig?

Jaaaaaa

2. Hier verschijnen de berichten. Pas dit aan naar de gewenste grootte, lettertype etc. Dit bericht verdwijnt na het starten van uw sessie en diavoorstelling.

3. Hier verschijnen de berichten. Pas dit aan naar de gewenste grootte, lettertype etc. Dit bericht verdwijnt na het starten van uw sessie en diavoorstelling.

Berichten: 0

Internet Dit tekstvak wordt gebruikt om de verschillende stemmethodes uit te leggen.

SMS De juiste uitleg wordt hier ingevuld nadat u een sessie heeft gestart.

Wat maakt het zo moeilijk?

- (seks) Normen en waarden



Wat maakt het zo moeilijk?

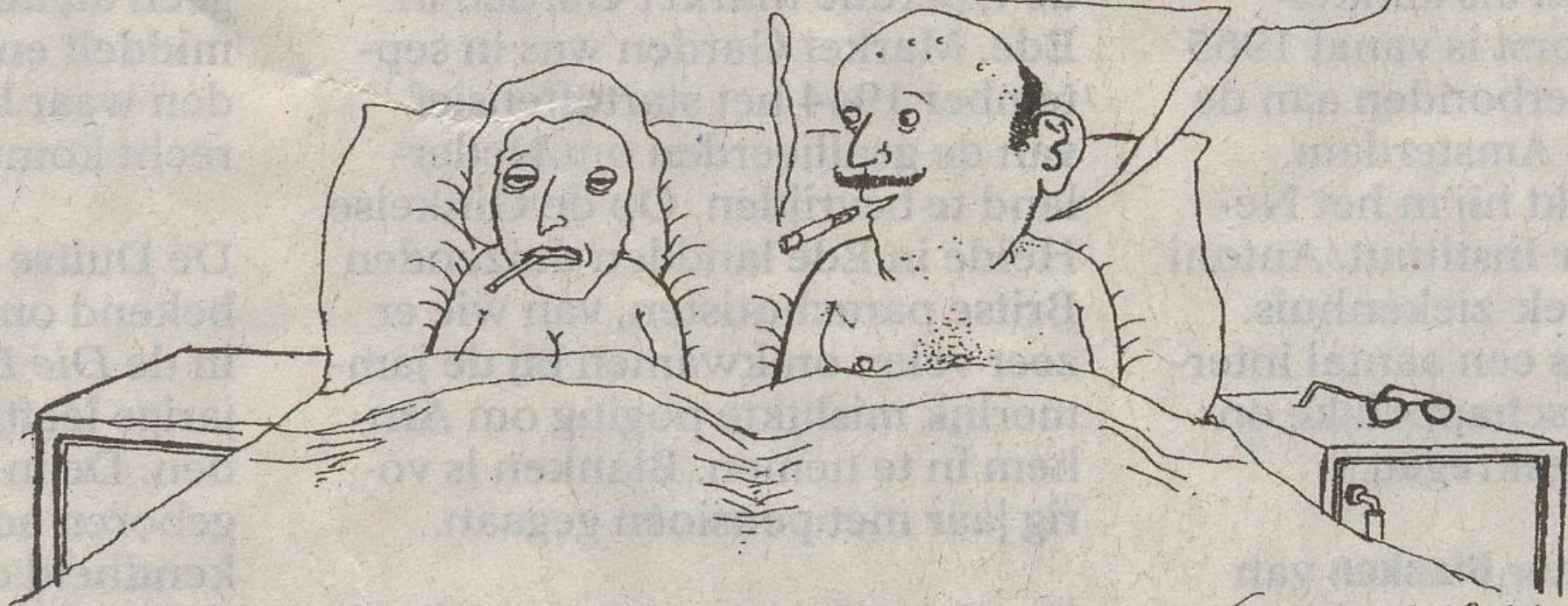


- (seks) Normen en waarden
- “Privé pet” / “Professionele pet”
- Het exclusieve karakter van seks / We houden het graag privé
- **We willen liever niets weten over iemand anders seksleven**
- Ongemakkelijk / schaamte / voyeuristisch
- Inbeeldings / voorstellingsvermogen
- Bespreekbaar maken van het onderwerp seksualiteit in combinatie met een HVZ ziekte

-
- Hoe pak ik het professioneel aan / angst voor grensoverschrijdend gedrag
 - Het ontbreken van een theoretisch kader / niet weten hoe het probleem op te lossen (tips / adviezen)
 - Wie begint er over?
 - Er staan zoveel andere zorg en aandachtspunten op de voorgrond vooral bij HVZ patiënten
 - En seks is meer een “doe” activiteit dan een “praat” activiteit

Gummbah

HOE WAS IK,
KORT SAMENGEVAT?



...GUMMBAH...

Het Verpleegkundig Beroepsprofiel (Nat. Raad voor de Volksgezondheid)

- De omschrijving van de verpleegproblemen pag.. 21
- De beschrijving van de kennis en vaardigheden pag. 33

De HVZ verpleegkundige

- Laagdrempelig
- Zelfstandig spreekuur (soms)
- Beschikt over basisvaardigheden
 - communicatief
 - zicht op het bio-psycho-sociaal functioneren van de patiënt

Rol van de HVZ verpleegkundige

Wat kun je doen?

- Stap af van de: *“probleem - doel - actie”* gedachte

Wat kun je doen als HVZ verpleegkundige?

- **Bespreekbaar maken (soms is dat al voldoende)**
- Samen met patiënt helderheid verschaffen in de problematiek
- Patiënt en partner aansporen tot communicatie
- Communicatie faciliteren (partner / vrienden / lotgenoten)
- Informatie over seksualiteit opnemen in de afdelings/patiënten folder

Wat kun je doen als HVZ verpleegkundige?

- Soms kennis bijspijkeren bij patiënten
- Voorlichten aan zowel patiënt als partner in een vroeg stadium
- Praktische problemen vragen vaak om een praktisch oplossing (soms i.o.m de cardioloog / uroloog / BB therapeut / incontinentie verpleegkundige / seksuoloog)
- Verwijsmogelijkheden weten

Internet

- www.nvvs.info
- www.rutgers.nl

The screenshot shows the homepage of the Nederlandse Wetenschappelijke Vereniging voor Seksuologie (NVVS). The browser address bar displays <https://www.nvvs.info/>. The website header includes the NVVS logo, contact information (075-647 6374), and navigation links for HOME, PROFESSIONALS, CLIËNTEN, TVS, CONTACT, and MIJN NVVS. A search bar is located in the top right corner.

The main banner features a map background with the heading "ZOEK EEN SEKSUOLOGO" and the text: "Seksuele problemen kunnen vaak heel goed worden opgelost. Soms kun je dit zelf, soms is het beter om een hulpverlener in te schakelen. Bij wie kun je dan terecht? Via deze zoekfunctie vind je een hulpverlener die gegarandeerd is door de NVVS." A "ZOEK" button is positioned over the map.

Below the banner are three content blocks:

- NVVS NIEUWS**: "HET LAATSTE NIEUWS" section featuring "15 februari 2017 Jaarverslag P3NL 2016" with a "Lees meer" link.
- NVVS AGENDA**: "AGENDA" section featuring "06 april 2017 Zie IGO-Doelencongres 2017" with a "Lees meer" link.
- STICHTING NRVS**: A red block with the text: "Bezoek de website van de Stichting het Nederlands Register voor Seksuologie voor informatie over de NVVS-registers en voor de professionals om in te loggen in uw persoonlijke dossier in PE Online. Bezoek".

At the bottom, the section "Wat doet de NVVS" is partially visible, with the text: "De NVVS is de Nederlandse Wetenschappelijke Vereniging voor Seksuologie. Zij heeft tot doel het bevorderen van de kwaliteit van de seksuologie en het behartigen van de belangen van haar leden. De NVVS heeft momenteel 630 leden, werkzaam in allerlei disciplines, zoals psychologen, artsen, maatschappelijke werkers, verpleegkundigen en".

Nieuwe Opleiding



“Consulent Seksuele Gezondheid”

Rino Utrecht

2 jaar (part time)

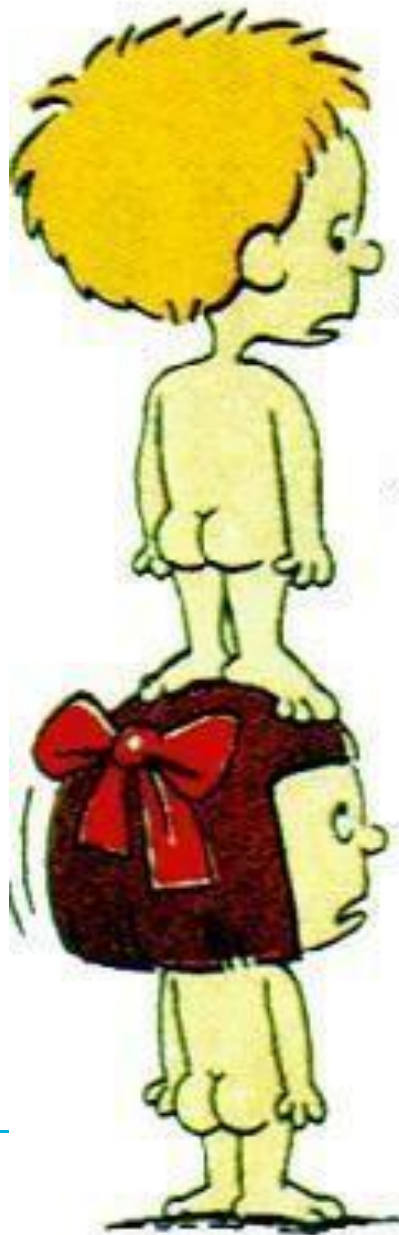
apart register bij de NVVS



Inhoud

- Rol / taken van de HVZ Verpleegkundige
- Algemene seksuologie
- Erectiele dysfunctie en HVZ
- Etiologie en diagnostiek
- Behandelingsopties
- Take home messages

Seks ... hoe gaat het in zijn werk?



Oké, we hebben ons uitgekleed. Ik ben op jou geklommen. Wanneer gaat het nou een fijn gevoel geven?

Weet ik niet, maar ik heb al wel hoofdpijn!

zin in seks komt vanzelf daar hoeft je niets voor te doen

- A. ja dat is juist
- B. nee dat is niet juist
- C. dat geldt alleen voor mannen

De vraag gaat open zodra u een sessie en diavoorstelling start.

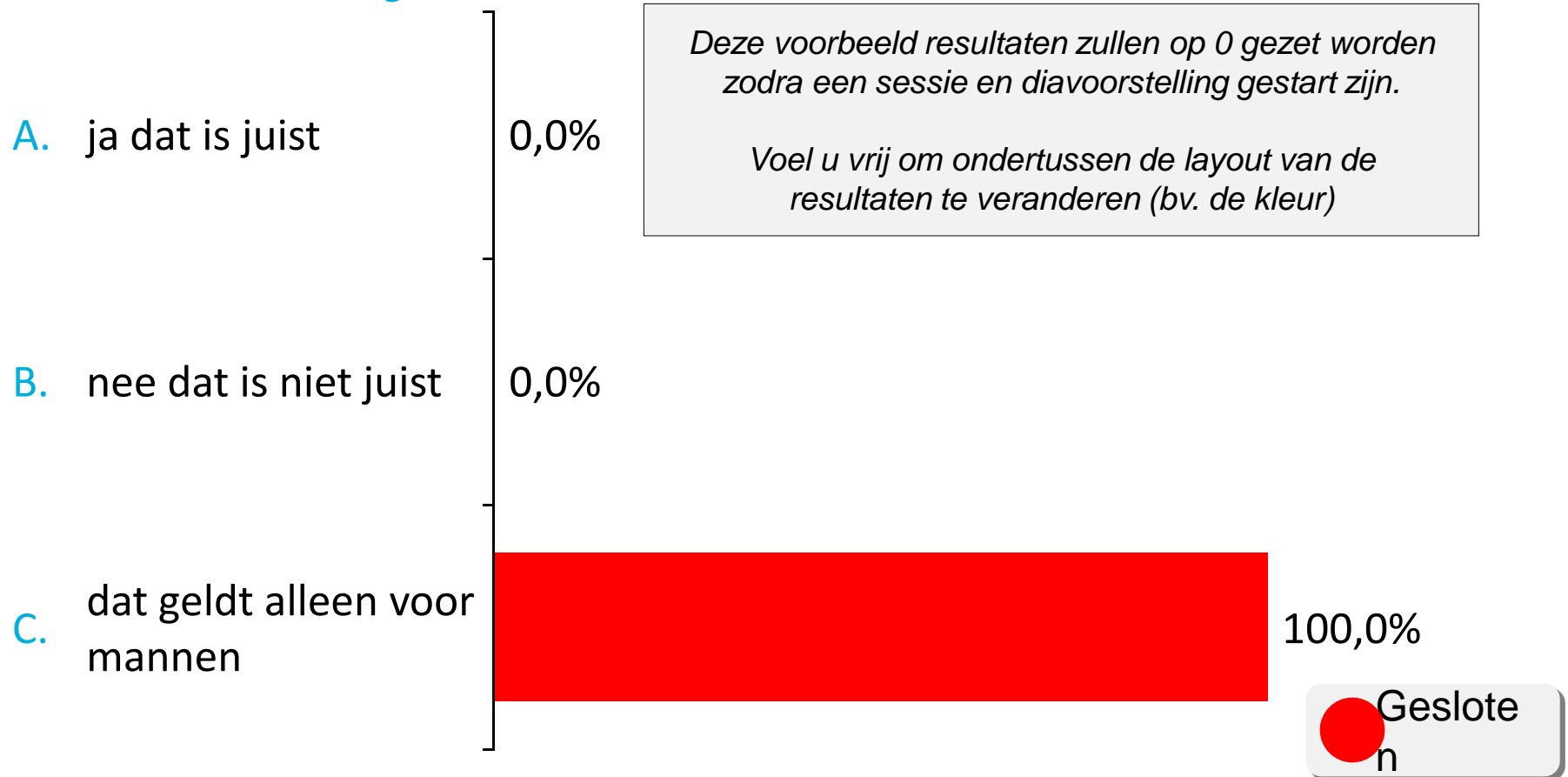
Stemmen: 1

 Gesloten

Internet Dit tekstvak wordt gebruikt om de verschillende stemmethodes uit te leggen.

SMS De juiste uitleg wordt hier ingevuld nadat u een sessie heeft gestart.

zin in seks komt vanzelf daar hoef je niets voor te doen



seks

impulsief

spontaan

uit eigen beweging

opwelling

vloeiend

Spontaniteit

vlot

ongeremd,

nonchalant

onvoorbereid

onschuldig

ongedwongen

uit zichzelf

onbevangen

onverholen

eerlijk

natuurlijk

ongevraagd

gemakkelijk

onbeschroomd

familiaar

ongekunsteld

gemeenzaam

vanzelf

onverbloemd

los

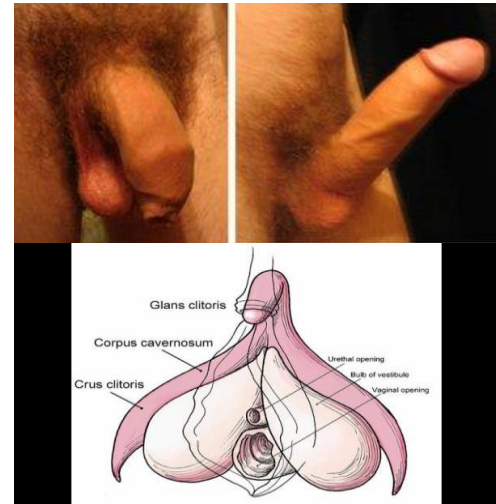
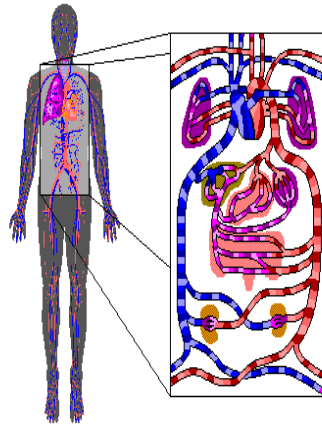
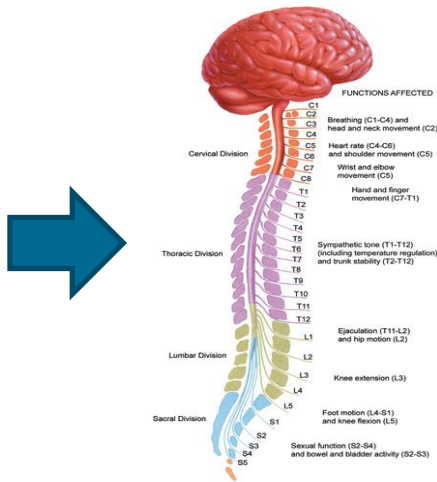
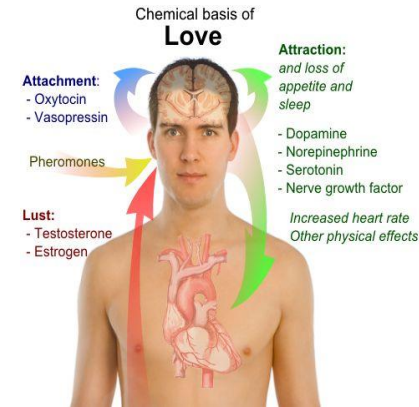
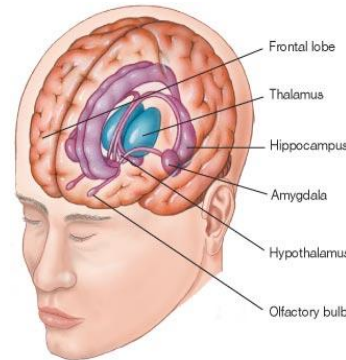
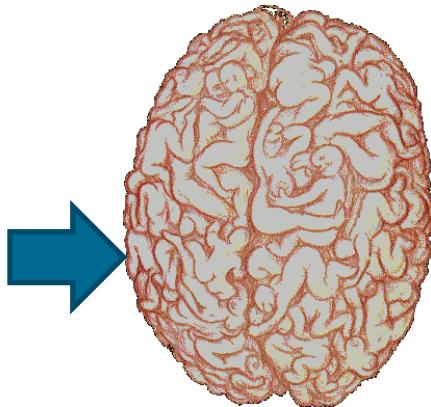
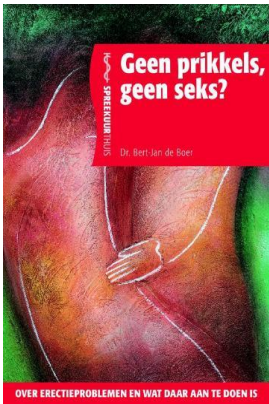
vrijwillig

automatisch

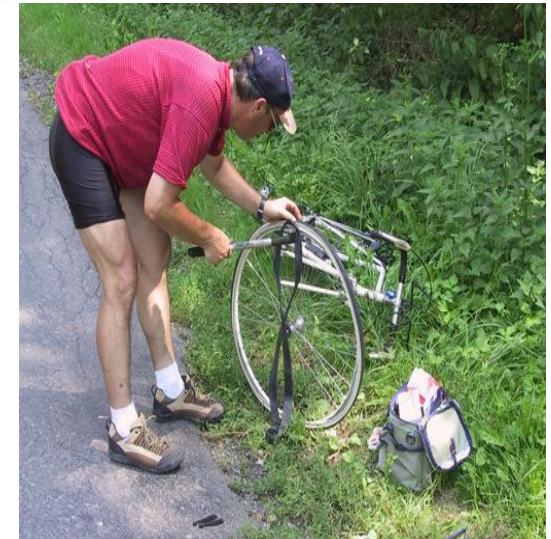
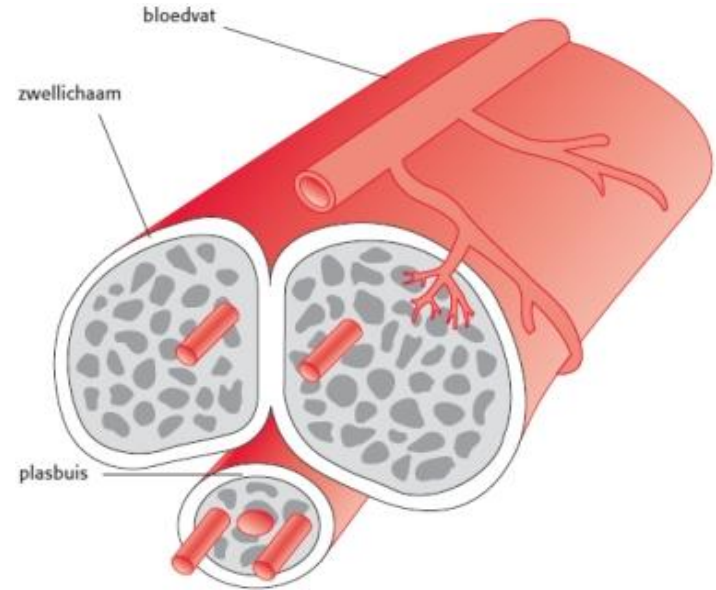
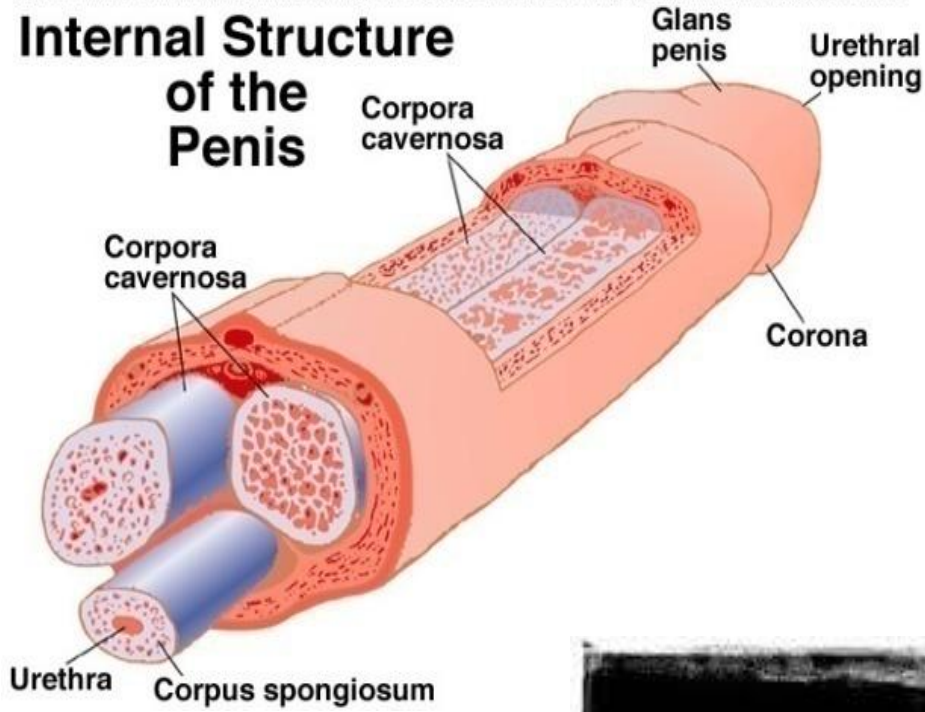
gezellig

losjes


de seksuele respons



Internal Structure of the Penis



Wat is er nodig voor (prettige) seks?



*Voor seks moet
lichamelijk en
geestelijk lekker in
je vel zitten*

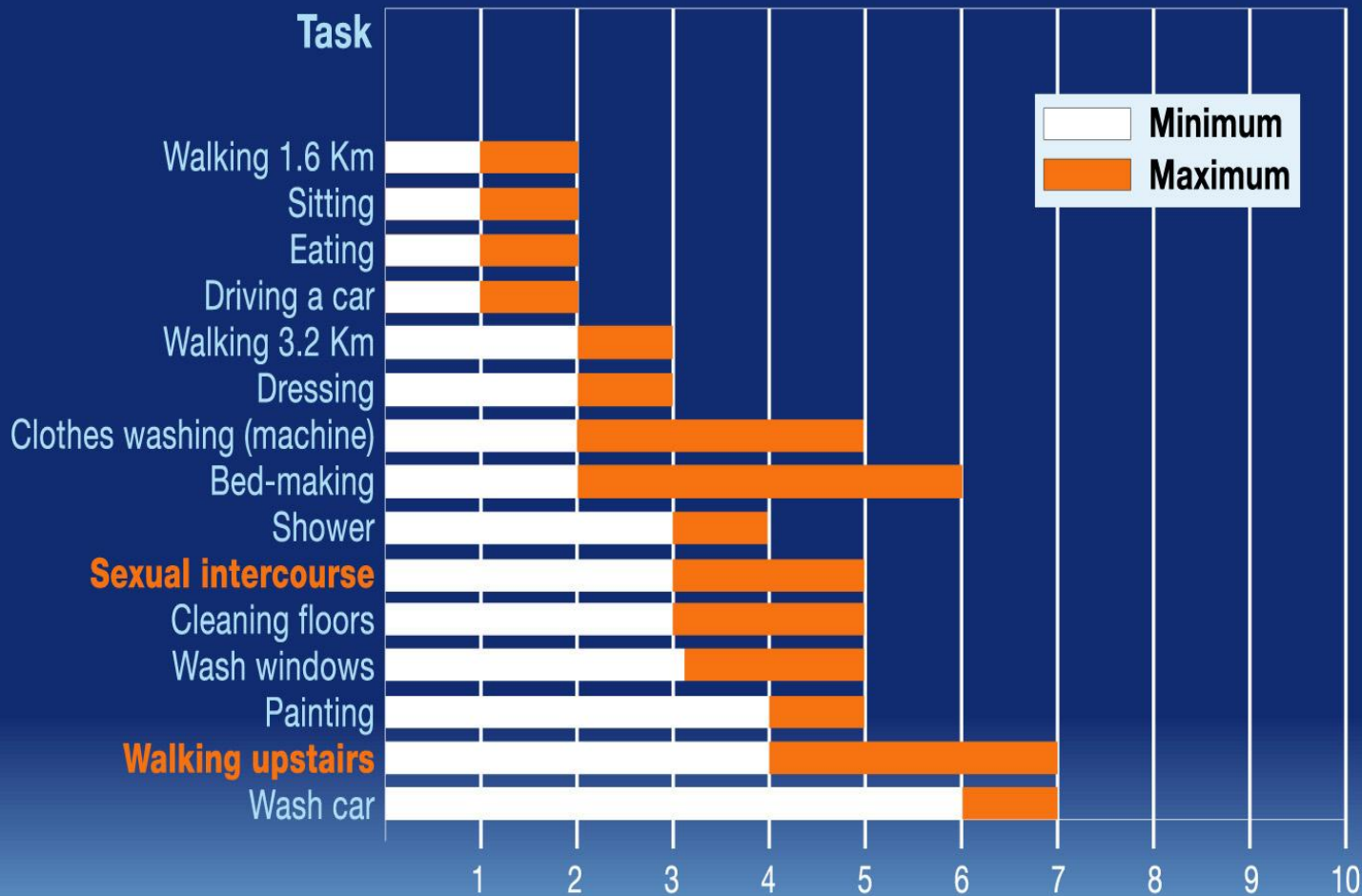
Wat is er nodig voor (prettige) seks?

- Intacte “Hard and software”
 - Lichamelijke factoren (neurogeen / vasculair / hormonaal)
 - Sociale / relationele factoren (kontekst)
 - Psychische factoren (intra psych / cognities (oa opvoeding)/ emotie)

Wat is er nodig voor (prettige) seks?

- Prettige lichamelijke stimulatie
- Prettige gedachten over vrijen, over zelf / partner, over situatie
- Kiezen voor (zin in) contact / lichamenlijk contact
- Aandacht bij de eigen beleving
- In staat tot seksuele gevoelens, seksueel reageren en seksueel gedrag (conditie en uithoudingsvermogen)...

Daily Activity and Energy Costs (Mets)



***METS -energy costs- activities of daily living**

*Mets- Metabolic equivalents of oxygen consumption



Inhoud

- Rol / taken van de HVZ Verpleegkundige
- Algemene seksuologie
- **Erectiele dysfunctie en HVZ**
- Etiologie en diagnostiek
- Behandelingsopties
- Take home messages



Ouder worden



kinderen



Langdurige relaties



To do list



Ziekte



Levensgebeurtenissen

Leefstijl



Sterkte



GOEDELE
LIEKENS
START 2 SEX



welke seksuele disfunctie wordt door mannen met HVZ het vaakst gerapporteerd?

- A. erectiestoornis (ED)
- B. geen zin in seks
- C. te snel klaarkomen (EP)

De vraag gaat open zodra u een sessie en diavoorstelling start.

Stemmen:
1

 Gesloten

Internet Dit tekstvak wordt gebruikt om de verschillende stemmethodes uit te leggen.



SMS De juiste uitleg wordt hier ingevuld nadat u een sessie heeft gestart.

welke seksuele disfunctie wordt door mannen met HVZ het vaakst gerapporteerd?

A. erectiestoornis (ED)



100,0%

B. geen zin in seks

0,0%

C. te snel klaarkomen (EP)

0,0%

 Gesloten

HVZ & Seksuele disfuncties



- Verminderd seksueel verlangen
- **Erectiele disfunctie**
- Orgasme stoornissen:
 - Voortijdige zaadlozing
 - Vertraagd orgasme
 - Anorgasmie
 - Veranderd orgasme gevoel



- Verminderd seksueel verlangen
- Seksuele opwindingsstoornis (lubrificatie / vaginale droogheid)
- Dyspareunie
- Orgasme stoornissen
 - Vertraagd orgasme
 - Anorgasmie
 - Veranderd orgasme gevoel (intensiteit / anhedonisch)

Seksuele disfuncties



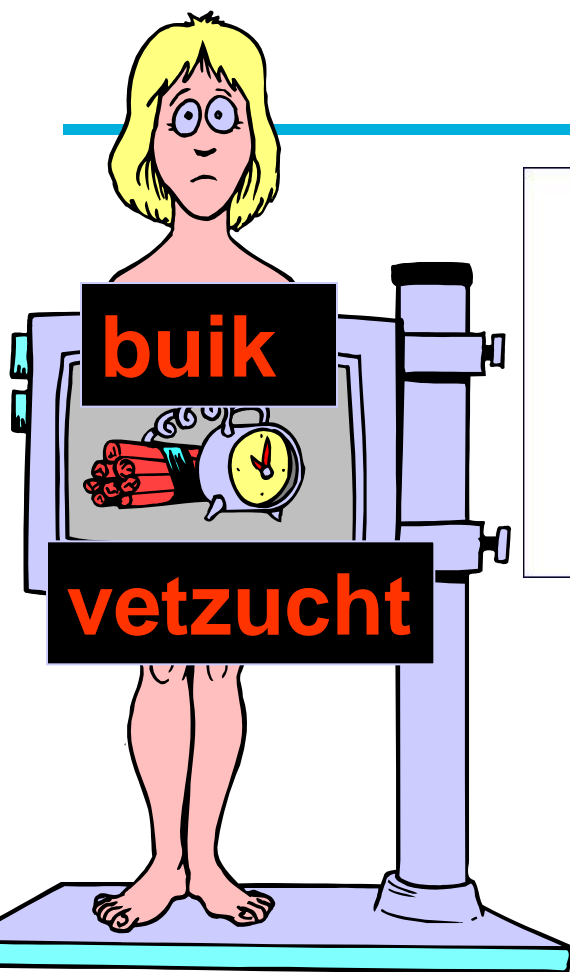
- Verminderd en toegenomen seksuele verlangen /
- Erectiele disfunctie
- Orgasme stoornissen:
 - Voortijdige zaadlozing
 - Vertraagd orgasme
 - Anorgasmie
 - Veranderd orgasme gevoel



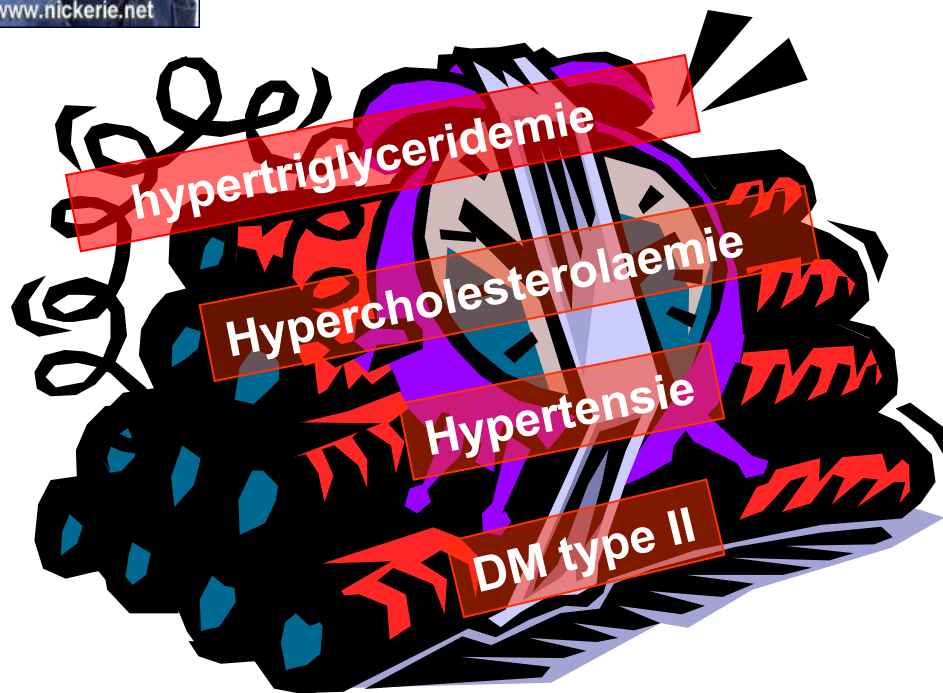
- Verminderd en toegenomen seksuele verlangen
- Seksuele opwindingsstoornis (lubrificatie / vaginale droogheid)
- Dyspareunie
- Orgasme stoornissen
 - Vertraagd orgasme
 - Anorgasmie
 - Veranderd orgasme gevoel (intensiteit / anhedonisch)

Inhoud

- Rol / taken van de HVZ Verpleegkundige
- Algemene seksuologie
- Erectiele dysfunctie en HVZ
- **Etiologie en diagnostiek**
- Behandelingsopties
- Take home messages



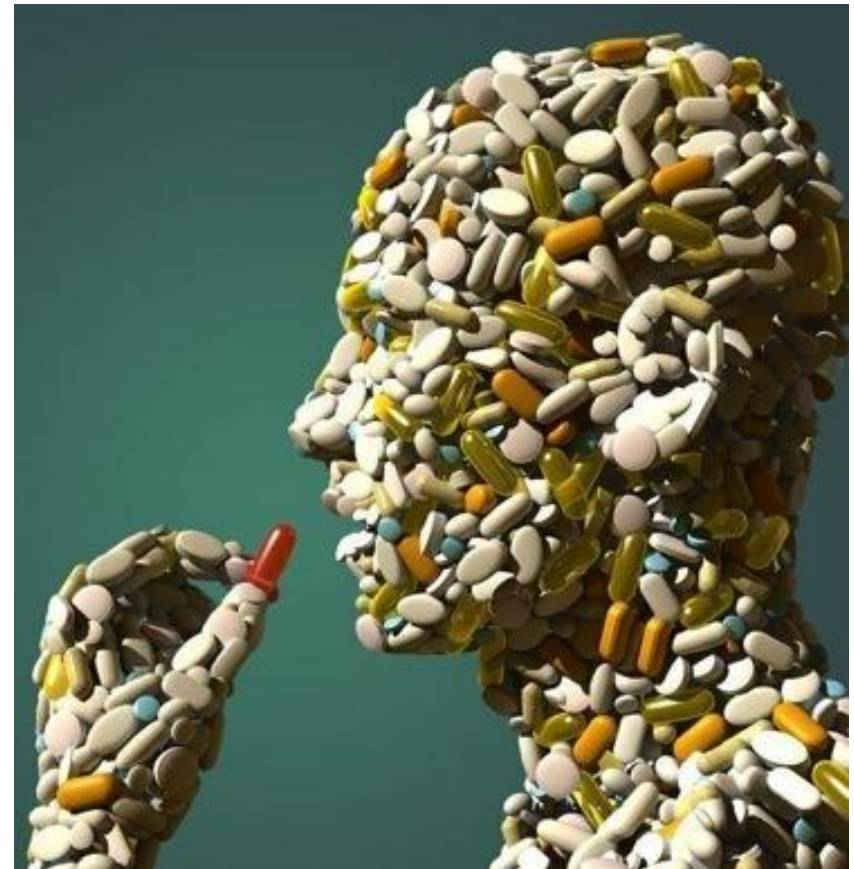
het metabole syndroom



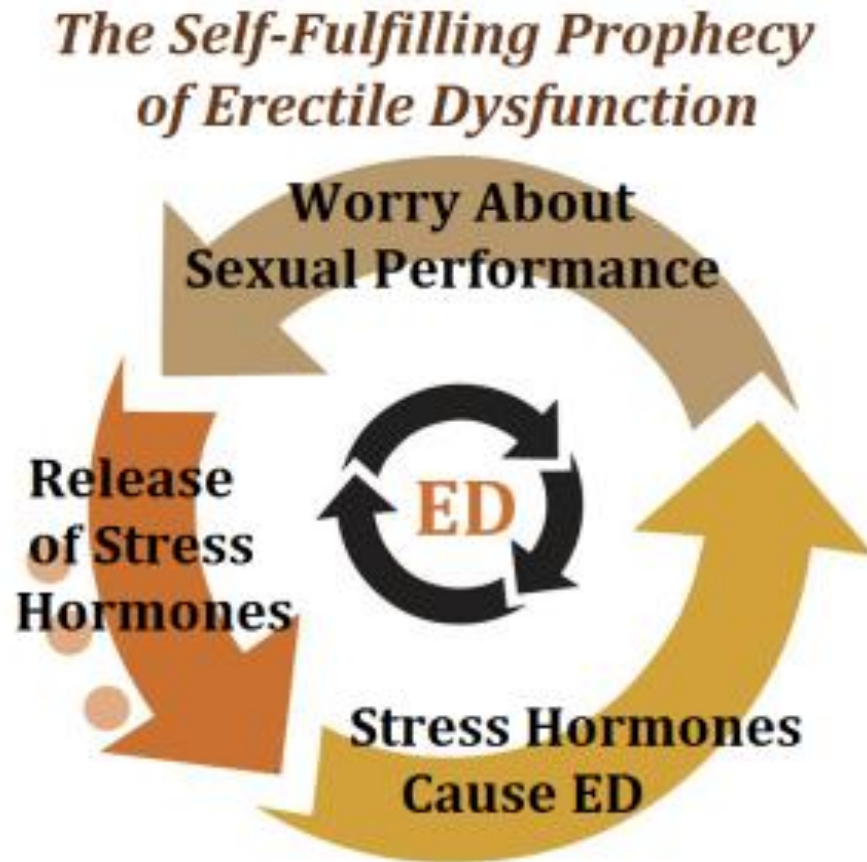
(Cardio) Medicatie / behandeling

Onder andere:

- Anti hypertensiva
- Cholesterolverlagers
- CV medicatie
- Psychofarmaca: oa middelen tegen depressie
- Radio en chemotherapie



Vicieuze cirkel van faalangst en prestatiedruk bij ED



Diagnostiek

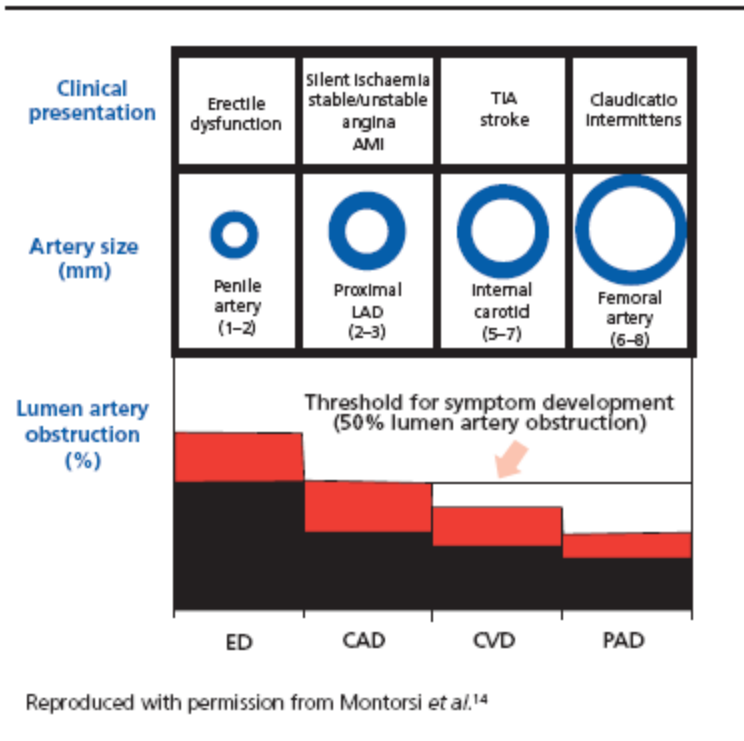
- Anamnese (algemene tractus & tractus sexualis / hetero anamnese)

Ochtend en nachtelijke erecties en hoe gaat het bij masturbatie

- Co-morbiditeit: bv de DM type I / II
- Iatrogene: operatie / medicatie / (onco)behandeling
- Risicofactoren / leefstijl : roken / alcohol / drugs

Waarom zou er in een eerder stadium naar ED gevraagd moeten worden?

Figure 3. Erectile dysfunction (ED) occurs 3–5 years before coronary artery disease (CAD)



Diagnostiek

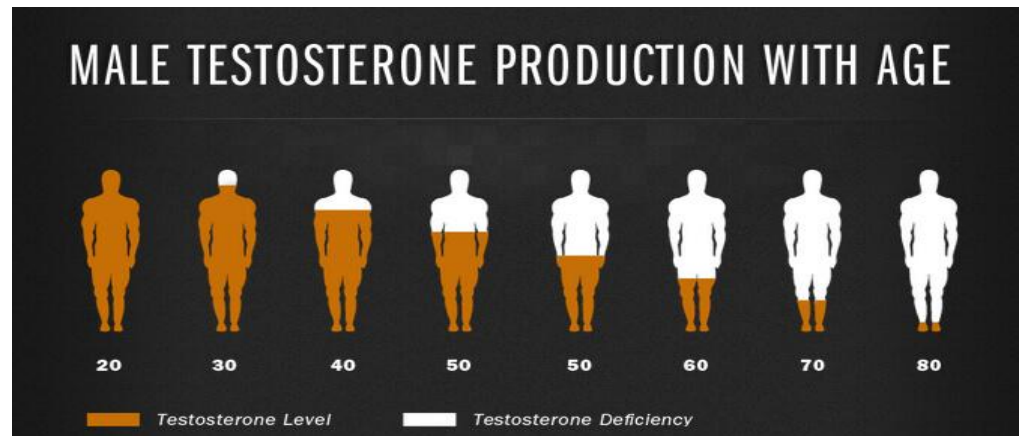
- Anamnese (algemene tractus & tractus sexualis / hetero anamnese /
Ochtend en nachtelijke erecties en hoe gaat het bij masturbatie
- Co-morbiditeit: bv de DM type I / II
- Iatrogene: operatie / medicatie / (onco)behandeling
- Risicofactoren / leefstijl : roken / alcohol / drugs (ook de 60+)



Diagnostiek

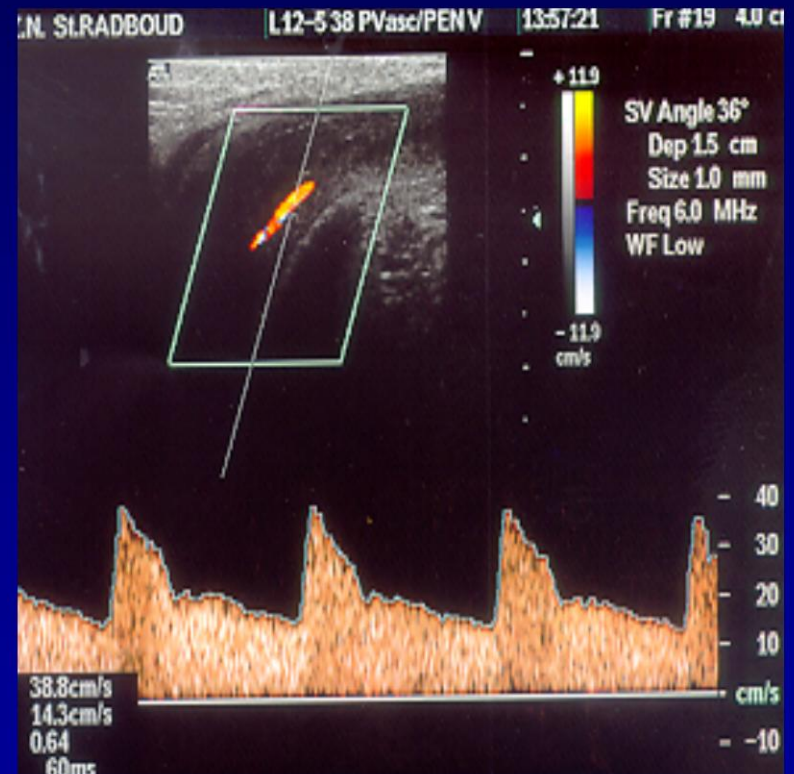
Op indicatie

- Lichamelijke onderzoek
- Bloedonderzoek: hormonaal mn Testosteron (**hypogonadisme verhoogd risico op HVZ**)
- Pharmaco Duplex
- Rigiscan

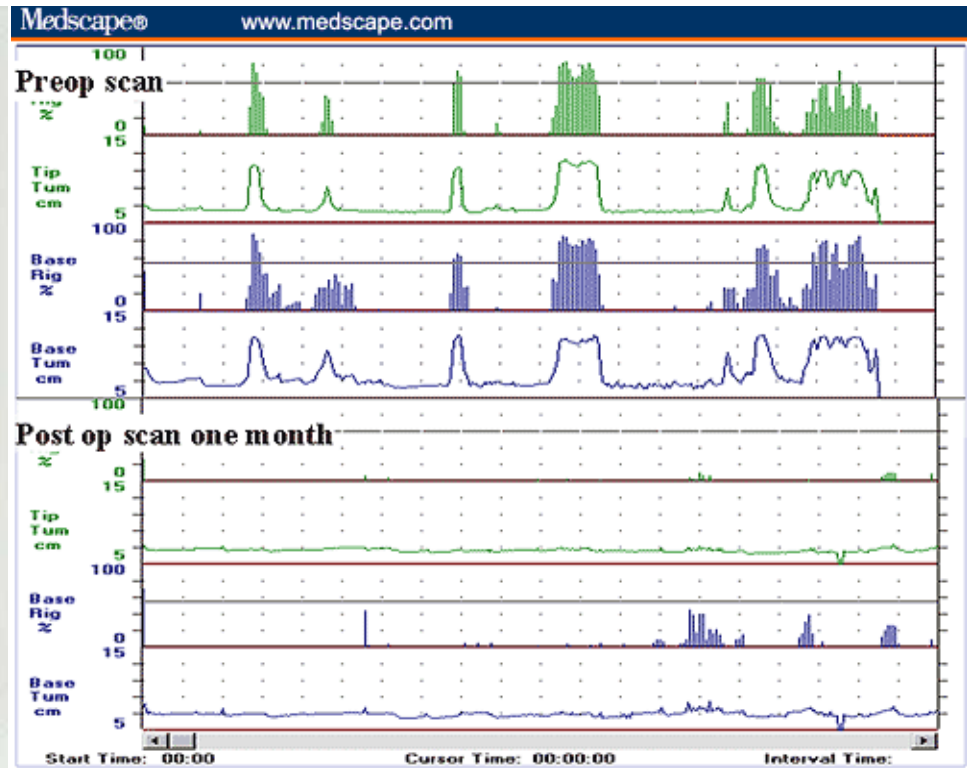


Vasculair onderzoek

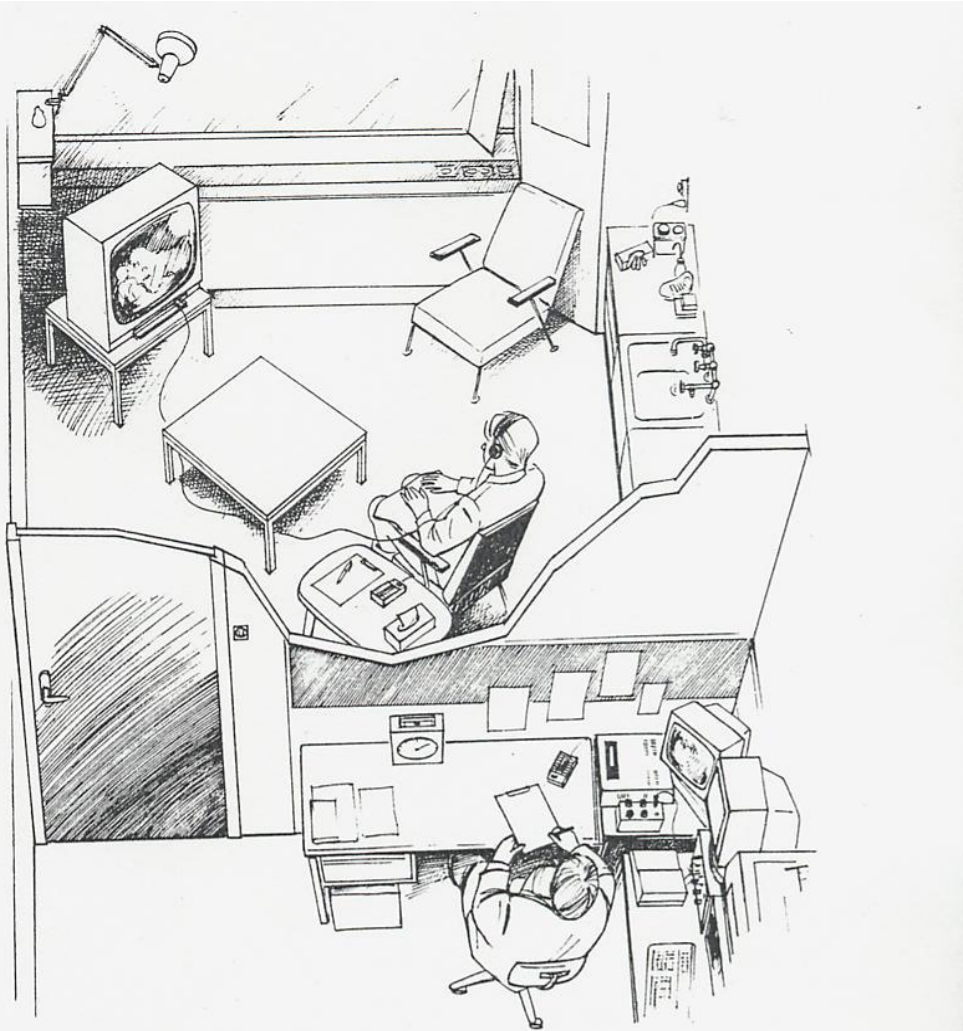
Pharmaco-peniele duplex ultrasonografie



Rigiscan



Psycho/fysiologische metingen Man (nachtelijk / VES)




Figuur 3-6. Voorbeeld van een onderzoekkamer met zijkamer, zoals gebruikt voor psychofysiologisch onderzoek.



Inhoud

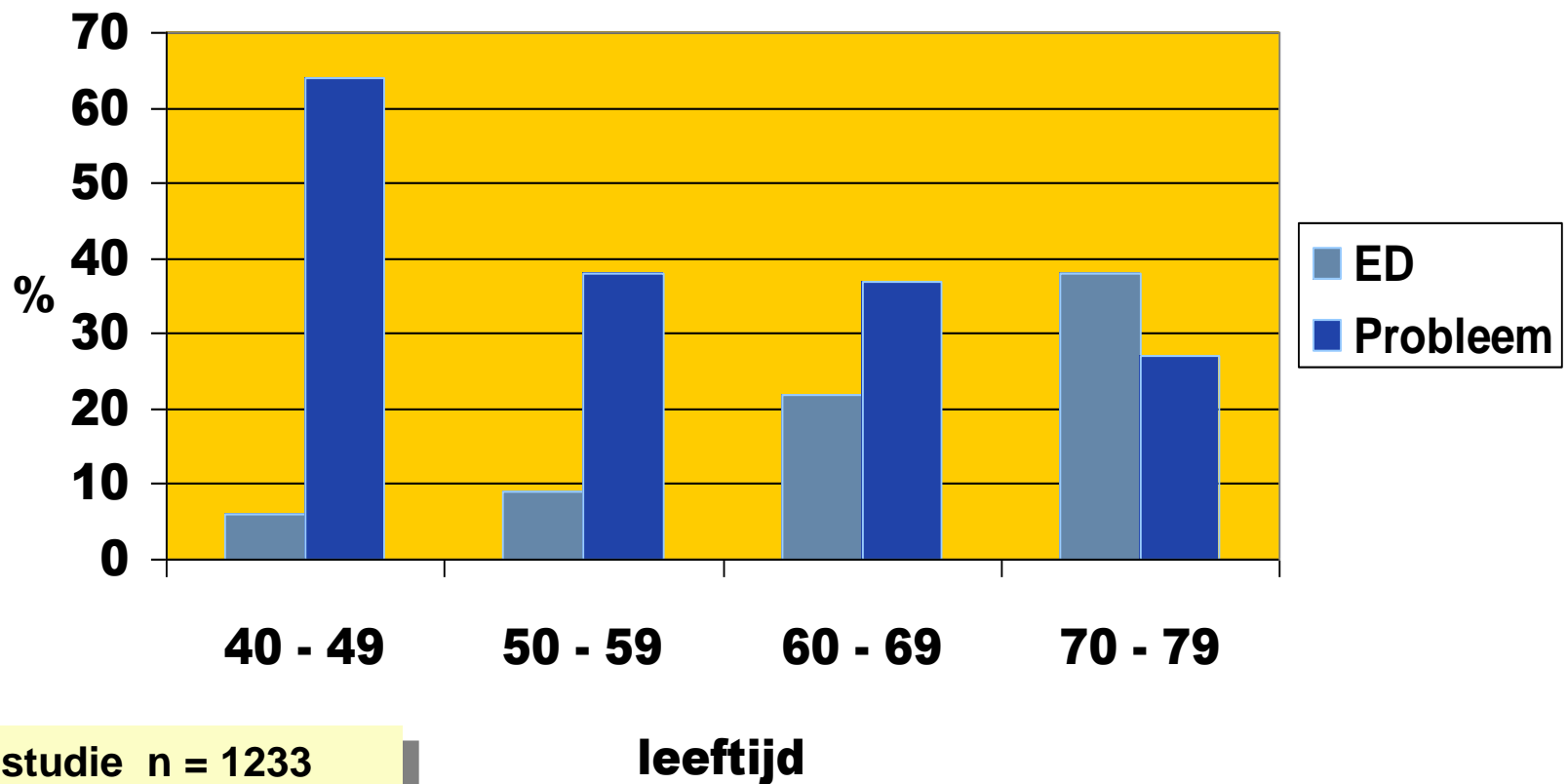
- Rol / taken van de HVZ Verpleegkundige
- Algemene seksuologie
- Erectiele dysfunctie en HVZ
- Etiologie en diagnostiek
- **Behandelingsopties bij erectiele dysfunctie**
- Take home messages



*Seks is niet per
definitie de poort
naar levensgeluk!*

Prevalentie van ED

Percentage die ED als een probleem ervaren



Boxmeer studie n = 1233

Behandelingsopties

- Operatief / Medicamenteus Instrumenteel technisch / oefentherapie
- Inzichtgevende ondersteunende seksounselingsgesprekken
 - Lichaamsgerichte oefentherapie
 - Cognitieve herstructurering (andere mindset)
 - Begeleiding bij coping strategieën



Behandelingsopties

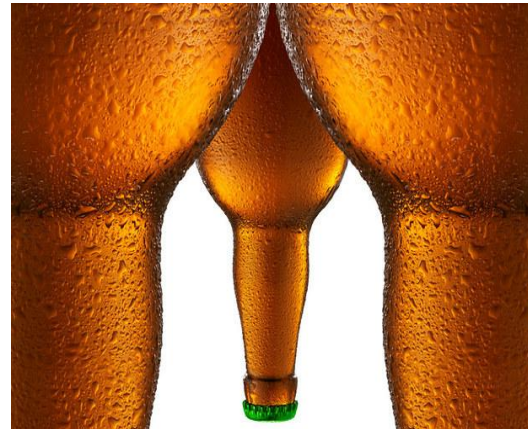
- Investeren in je seksuele relatie voelt als gekunsteld / onnatuurlijk
- Veel behandelingsopties zijn op LT vaak teleurstellend
- Hoofdprobleem: hoe in te passen in de (seksuele) relatie





“Survival of the fittest”

- Conditie verbeteren van patiënten met hartfalen / HVZ
- Aandacht voor leefstijl factoren







(doelgerichte) seks



initiatief



voorspel



opwinding



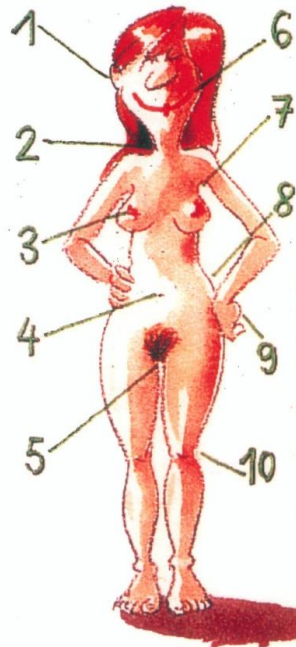
coïtus



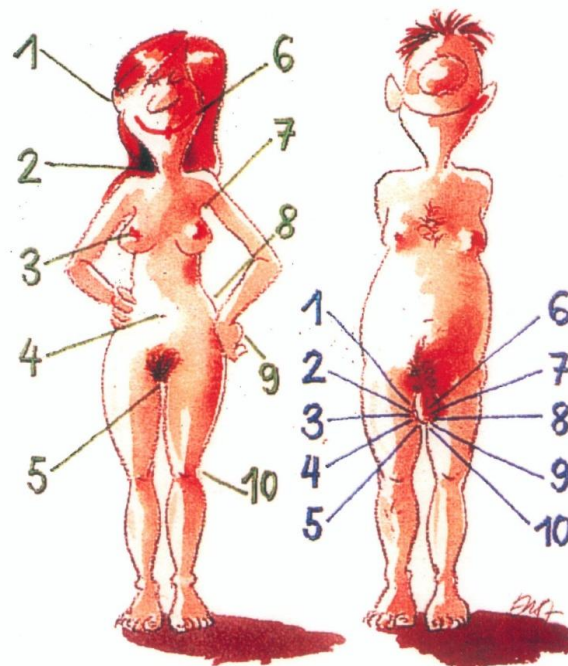
orgasme

ten minste houdbaar tot:

Die erogenen Zonen...
...der Frau:

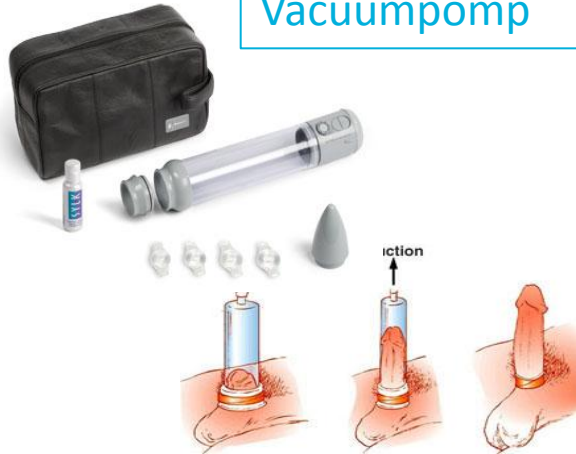


Die erogenen Zonen...
...der Frau: ...des Mannes:

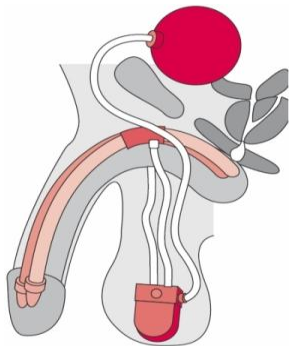


Erectiestoornis

Vacuümpomp



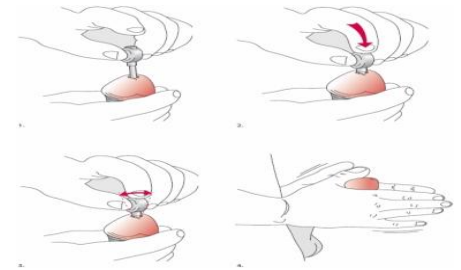
PDE5i /
erectiepillen



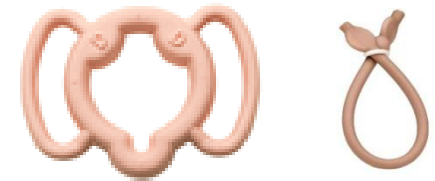
Penis protheses



Medicatie via plasbuis



Elastiekje bandjes



Injectie therapie penis



Erectiepillen verhogen je libido

- A. ja dat is juist

- B. nee dat is onjuist

De vraag gaat open zodra u een sessie en diavoorstelling start.

Stemmen:
1

 Gesloten

Internet Dit tekstvak wordt gebruikt om de verschillende stemmethodes uit te leggen.

SMS De juiste uitleg wordt hier ingevuld nadat u een sessie heeft gestart.

Erectiepillen verhogen je libido

A. ja dat is juist



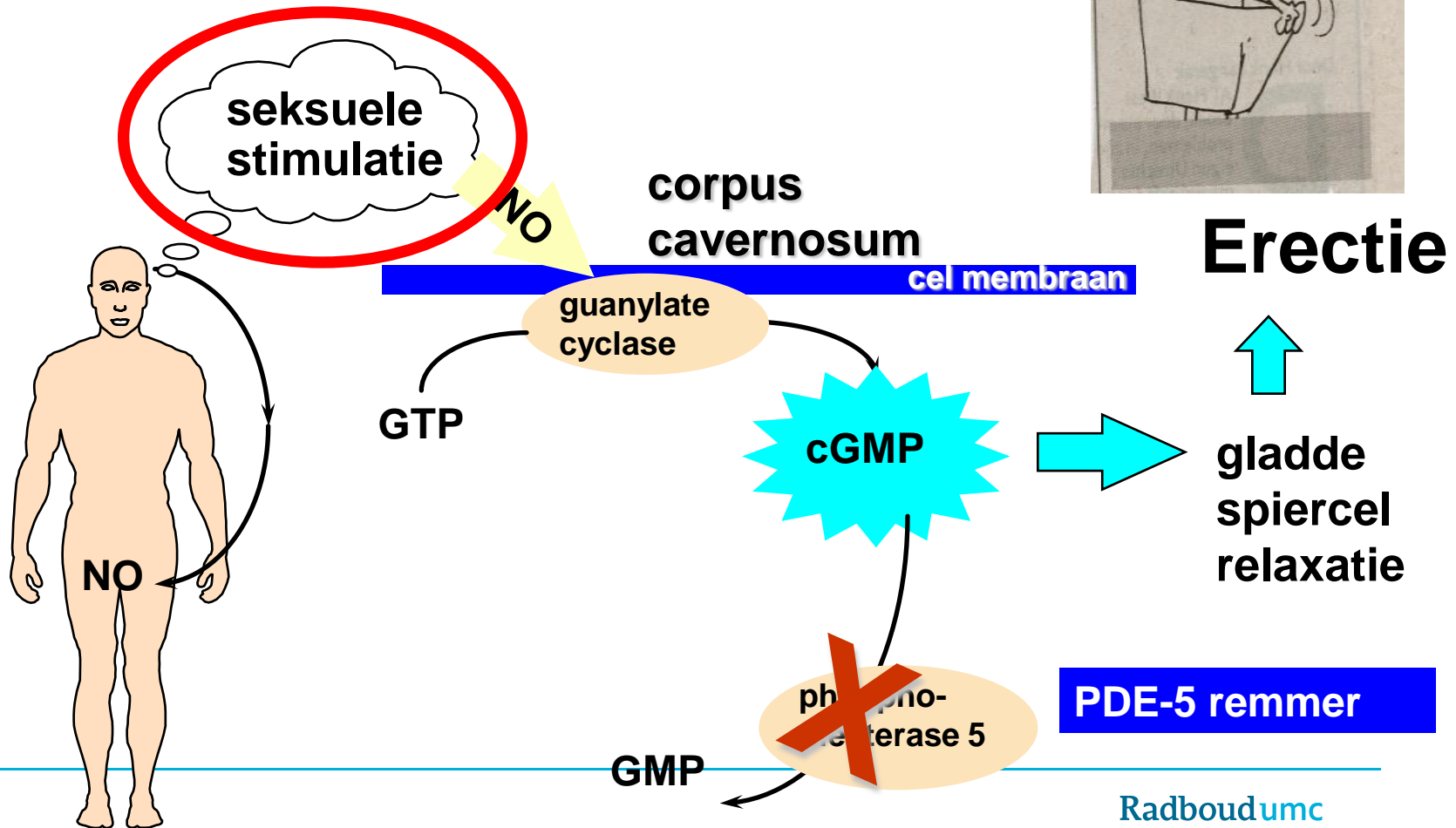
100,0%

B. nee dat is onjuist

0,0%

 Gesloten

Werkingsmechanisme PDE5i



	PDE5-remmers Viagra® Cialis® Levitra® Stendra® Avanafil	Apomorfine Uprima®	alprostadil Muse®	papaverine/ fentolamine Androskat® Prostaglandine E-1
Toediening	tablet	onder de tong	gel in de plasbuis	injectie in het zwellichaam
De werking	16 min - 24 uur na inname Na seksuele stimulatie	20 minuten na inname Na seksuele	10 minuten na inname Ook zonder	15 minuten na inname Ook zonder seksuele
Hoe vaak	Maximaal eenmaal per 24 uur	Maximaal driemaal per 24 uur, herhalen na	Maximaal tweemaal per 24 uur en 7 maal per	Maximaal eenmaal per week
Dosering	Van stof afhankelijk	Start 2 mg Max. 6 mg	Start 0.25 mg Max. 1 mg	Start 0,25-0,5 ml, Lager bij onderhoud. Max. 2 ml
Hoe effectief	70-90% Pas optimaal na een aantal keren gebruik	40-50%** Pas optimaal na een aantal keren gebruik	60-70 %	50-85% 40-50% van de mannen stopt binnen één jaar
Wanneer niet te gebruiken	Instabiele angina pectoris / Hersen- of hartinfarct tot voor 6 maanden / Gebruik van nitraat verbindingen / Lage bloeddruk (<90/50)	Instabiele angina pectoris Myocardinfarct tot voor 6 maanden Lage bloeddruk	Sikkelcelanemie Zwangerschap partner Relatief: M.Peyronie	Sikkelcelanemie Relatief: M.Peyronie Gebruik antistolling
Bijwerkingen	Hoofdpijn / Maagklachten Spierpijn Blozen / Neusloop	Misselijkheid Hoofdpijn Duizeligheid	Pijn of branderig gevoel plasbuis	Pijn Bloeduitstorting Verlittekening Langdurige stijfheid
Vergoeding	Niet vergoed	Niet vergoed	Niet vergoed	Niet Vergoed

Inhoud

- Rol / taken van de HVZ Verpleegkundige
- Algemene seksuologie
- Erectiele dysfunctie en HVZ
- Etiologie en diagnostiek
- Behandelingsopties



**Take
home message*

**HVZ verpleegkundigen, cardiologen,
psychologen, medisch MW enz**

A photograph of a person with reddish hair, wearing a dark blue jacket, holding a large white megaphone. The megaphone is positioned in front of their face, obscuring it. The megaphone has a small logo on its center.

BESPREEK SEKS MET JE PATIËNTEN






Sluit niemand uit!



**Take
home message*

- Houd je “professionele pet” op ipv je “privé pet”
- Niet alleen bij het eerste gesprek maar ook tijdens follow up
- Vergeet de partner niet





**Dank voor jullie
aandacht en actieve
deelname !!**