

België - Belgique
P.B. - P.P.
9099 Gent x
BC 13898

Infoblad van het Oost-Vlaams Meerlingenregister



TWINNS

Dertiende jaargang, maart 2006, nr.25

Woord van de voorzitter

Het is met gemengde gevoelens dat ik mij tot u richt, beste lezer. Er is goed en minder goed nieuws. Uitzonderlijk goed is de verbintenis van de Provincie Oost-Vlaanderen om ons van nu af aan te ondersteunen. Ik wens hierbij de Gouverneur en de Bestendige Deputatie te danken. Deze hulp is een ommekeer in de structurele financiering van het register en zal ten bate komen aan alle meerlingen geboren in de provincie. Er is, jammer genoeg, een keerzijde aan de medaille 2006: de Universiteit van Maastricht is aan herstructurering toe en moet, hopelijk slechts voor korte tijd, de steun aan het meerlingenonderzoek onderbreken.

Onze raad van bestuur heeft beslist het wereldcongres 2007 van de "International Society for Twin Studies" in Gent te organiseren: een mijlpaal in de geschiedenis van het Oost-Vlaams Meerlingenregister die getuigt van de bekendheid die wij in het buitenland hebben verworven. Ook een gouden gelegenheid voor Vlaamse meerlingen om meerlingen van alle werelddelen te ontmoeten. Het succes van het congres zal grotendeels afhankelijk zijn van de hulp van vrijwilligers. Ik vraag dan ook aan alle werkwilligen om zich te melden aan het secretariaat.

*Jean-Pierre Fryns
Voorzitter dagelijks bestuur*



Laurence (links) en Marie (rechts)

Mythes

Wie is eigenlijk de eerstgeborene bij een keizersnede?



Wie is bij een tweeling de oudste van de twee? Wettelijk gezien is heden ten dage het kind dat als eerste ter wereld kwam de oudste. Wij bespraken dit reeds uitvoerig in een vorige aflevering. Maar wat na een keizersnede? Zou de eerstgeborene van een tweeling bij een keizersnede ook de eerstgeborene zijn geweest bij een normale vaginale bevalling?

Er wordt nogal eens ten onrechte verondersteld dat bij een keizersnede de eerstgeborene degene is die bij een normale bevalling als tweede zou zijn gekomen. Dit misverstand komt wellicht doordat het niet voor iedereen duidelijk is hoe de keizersnede precies gaat. Men denkt dat de baarmoeder aan de voor- en bovenkant wordt opengemaakt; dan zou inderdaad het kind in tweede positie er als eerste uit komen. Het gaat echter anders.

Allereerst opent de arts de huid overdwars, zo laag mogelijk op een lijn ter plaatse van de bovenrand van een bikini. Dit wordt dan ook wel de bikini-snede genoemd.

Daarna komen we in de buikholte door de twee lange buikspieren in de lengte (dus van boven naar beneden) opzij te schuiven. Deze spieren worden dus heel gelaten en niet dwars doorgesneden (wat veel mensen denken). Dan hebben we de baarmoeder bereikt. Die ziet er uit als een hele grote peer op zijn kop. In de baarmoeder maken we opnieuw een snee overdwars, zo ver mogelijk naar beneden (de hals van de peer), bijna bij het schaambeentje. Die plek wordt het onderste baarmoederdeel genoemd en bevindt zich dicht bij de aansluiting van de baarmoeder met de vagina.

Door die opening gaan we met een hand naar binnen en halen het hoofdje (of de billen bij een stuitligging) tevoorschijn van het eerste kind wat al het dichtst bij de uitgang lag en die ook vaginaal als eerste zou zijn geboren.

Als deze baby geboren is dan pakken we het tweede



kind dat ook bij een normale bevalling als tweede zou zijn gekomen.

Er is een speciale reden om het zo te doen. Met die zo laag mogelijke snede beschadigen we de baarmoeder het minst, en dat is belangrijk om een volgende keer veilig via de normale weg – d.w.z. vaginaal – te kunnen bevallen.

Op de vraag wie van de tweeling het eerst geboren is kunt u dus altijd aangeven wie van de tweeling het eerst het levenslicht zag, ongeacht de wijze van bevalling.

*Dr. Cornelis Lambalk, gynaecoloog
Universiteit Amsterdam*

De wetenschappelijke projecten

2005 was een uitzonderlijk jaar : 3 doctoraatsthesisen¹ werden behaald o.m. dank zij de medewerking van 1813 tweelingen uit het Oost-Vlaams Meerlingenregister Aan al deze tweelingen en hun familie onze oprechte dank: zonder jullie steun en vrijwillige deelname aan ons onderzoek waren deze mooie resultaten nooit bereikt!

De 3 doctoraatsthesisen steunen op 4 verschillende studies: we zetten hier alles terug op een rij.

(1) de Leuvense Longitudinale Tweelingenstudie (1986-1999) ligt aan de basis van het doctoraat van Maarten Peeters. Gedurende 14 jaar zijn 105 tweelingen van hun 10 tot en met hun 16 jaar trouw om het half jaar afwisselend naar de Universiteit van Gent en de Katholieke Universiteit van Leuven gekomen om verschillende lichamelijke testen af te leggen. Dezelfde testen werden nog eens herhaald toen ze 18 jaar waren.

(2) in 1994 en '95 kregen ouders van 6 tot 16-jarige tweelingen een uitgebreide vragenlijst in de brievenbus. In deze vragenlijst waren een groot aantal gedragsbeschrijvingen opgesomd, waarbij de ouders de keuze konden maken of het kenmerk al dan niet van toepassing was voor hun kinderen. De ouders van 760 tweelingen vulden deze vragenlijst in en in totaal werden 1518 vragenlijsten ingevoerd en verwerkt in de thesis van Marieke Wichers.

(3) eind 1996 startten we een groots onderzoek naar de erfelijkheid van intelligentie en vroegen we de medewerking van alle tweelingen geboren tussen 1982 en 1991. Meer dan 650 tweelingen (1298 kinderen) hebben we ontmoet en bij allen werd een intelligentietest afgenomen. Deze gegevens vormen een onderdeel van het doctoraat van Nele Jacobs.

(4) eind 1999 startte in samenwerking met de Universiteit van Maastricht een studie naar stressgevoeligheid en de effecten ervan op het psychisch welzijn. 275 vrouwelijke tweelingen en 73 zussen (totaal 623 deelnemers) namen deel aan de studie. Deze studie komt uitvoerig aan bod in het doctoraat van Nele Jacobs en ook van Marieke Wichers.

¹ Proefschrift ingediend ter verkrijging van de graad van "doctor" aan de universiteit

De resultaten van de analyses van al deze gegevens zijn neergeschreven in 15 Engelstalige artikelen die ondertussen gepubliceerd zijn in internationale tijdschriften. Alvorens een tijdschrift een artikel ter publicatie aanneemt, wordt nauwlettend gekeken of het artikel interessant genoeg is en van voldoende kwaliteit. Het zijn deze artikelen, met een algemene inleiding en een discussie, welke de basis vormen van de doctoraatstheses.

Hierna een korte samenvatting van elk doctoraatsproefschrift.

Genetische en omgevingsinvloeden op de groei en de ontwikkeling van gestalte, gewicht en spierkracht tijdens de adolescentie

door Maarten Peeters, Katholieke Universiteit Leuven (departement Biomedische Kinesiologie, afdeling fysieke activiteit en gezondheid)

Iedereen kent wel het beeld van de klasfoto's van bijvoorbeeld het eerste jaar van het secundair onderwijs waarop een aantal leerlingen boven de klastitularis uittorenen, terwijl sommige leeftijdsgenootjes niet eens tot aan zijn/haar schouder reiken. Verschillen in de timing en het tempo van de groeisput tijdens de adolescentie liggen meestal aan de basis van deze grote verschillen in gestalte, gewicht en ook bijvoorbeeld spierkracht bij adolescenten die qua kalenderleeftijd even oud zijn. Het doctoraatsonderzoek van Maarten Peeters toont aan dat deze interindividuele verschillen in het tempo en de timing van de adolescentie groeisput, en eveneens de gestalte en het gewicht op 18-jarige leeftijd, in zeer sterke mate genetisch bepaald worden. Bovendien blijkt dat een goede score op een sprongtest (explosieve kracht) op jonge leeftijd (10 jaar) je meer kans geeft om ook op latere leeftijd (18 jaar) goed te scoren op zulke test. Dit zou voor het merendeel aan stabiele genetische invloeden te wijten zijn. Wat maximale statische kracht betreft wordt het goed blijven scoren echter niet enkel door de genen, maar ook voor een aanzienlijk deel door een stabiele omgevingsinvloed verklaard.

Om tot deze conclusies te komen werden in het kader van de 'Leuvense Longitudinale Tweelingenstudie' 105 tweelingparen vanaf 10 jaar tot en met 18 jaar opgevolgd zowel qua lichaamsafmetingen (gestalte, gewicht, omtrekmetingen, breedtemetingen, huidplooiën,...) als qua fysieke fitheid (lenigheid, evenwicht, statische kracht, explosieve kracht, uithoudingsvermogen,...). Door de graad van de gelijkenis binnen ééneige tweelingen -die als natuurlijke 'klonen' genetisch identiek zijn- te vergelijken met de gelijkenis binnen twee-eiige tweelingparen -die gemiddeld slechts de helft van hun genetisch materiaal gemeenschappelijk hebben- kon de mate waarin interindividuele verschillen in het groeipatroon te wijten zijn aan genen, dan wel omgevingsfactoren, geschat worden.

Uit de analyses bleek dat de interindividuele verschillen in het groeipatroon van gestalte en gewicht bij Vlaamse jongeren voor respectievelijk meer dan 85% en meer dan 80% aan genetische verschillen toe te schrijven zijn. Ook wat de ontwikkeling van statische kracht tijdens de adolescentie betreft worden de verschillen voor meer dan de helft verklaard door genetische invloeden. Bovendien werd aangetoond dat de vorm van de groeicurve van lichaamsgewicht -waarvan de spiermassa een belangrijke component vormt- en het groeipatroon van de statische kracht voor een aanzienlijk deel door dezelfde genen bepaald worden.

In een tweede luik van het onderzoek werd aangetoond dat, indien men rekening houdt met de verschillen in de timing van de groeisput, kinderen die goed scoren op explosieve en statische krachttests, onder invloed van genetische eigenschappen, meer kans hebben om ook goed te scoren op deze tests na de puberteit. Wat de statische kracht betreft spelen echter ook

stabiele omgevingsfactoren een belangrijke rol in het behoud van je positie binnen de groep van leeftijdsgenoten.

Toekomstig onderzoek zal moeten aantonen welke regio's op het genoom, en in een verdere stap welke genen, verantwoordelijk zijn voor het bepalen van de erfelijkheid van het groeipatroon.

"Gene-stress-immune activation interplay in depression"

door Marieke Wichers, Universiteit Maastricht (capaciteitsgroep Psychiatrie en Neuropsychologie)

Depressie is een van de meest voorkomende psychiatrische ziektebeelden. Depressieve mensen zijn voortdurend erg somber en verliezen hun motivatie en interesse voor dingen die ze daarvoor wel leuk vonden om te doen.

Depressie is een complexe ziekte die niet gemakkelijk te verklaren is vanuit één enkele oorzaak, maar door een combinatie van vele factoren ontstaat. Hierbij zijn zowel genen als omgevingsfactoren, zoals stress, betrokken. Daarnaast blijken ook biologische invloeden van belang te zijn op het ontstaan van depressieve klachten, zoals de activatie van de HPA as (het stress systeem van het lichaam), neurotransmitters (zoals bijvoorbeeld de stof serotonine) en stoffen die het immuunsysteem activeren, cytokines genaamd. In dit proefschrift is gekeken naar het samenspel van genen, omgeving en biologische factoren bij het ontstaan van depressie, met behulp van gegevens van het Oost-Vlaams Meerlingenregister.

Aangetoond werd dat een verstoring in de prenatale ontwikkeling, te zien aan een lager geboortegewicht van het kind, voorspellend is voor het krijgen van psychische problemen in de kindertijd en adolescentie. De mate waarin geboortegewicht dit voorspelde werd weer beïnvloed door genetische factoren. Hoe komt het nu dat genen of omgevingsfactoren zoals een laag geboortegewicht depressieve klachten kunnen veroorzaken? De hypothese was dat genen en omgeving invloed hebben op biologische systemen in het lichaam die met depressie te maken hebben.

Dit hebben we onderzocht in een andere studie waarbij we niet hebben gekeken naar prenatale stress, maar naar stress in de kindertijd en op volwassen leeftijd als omgevingsfactor. Onderzocht werd in welke mate stress invloed had op cortisol, het stresshormoon en eindproduct van de HPA as, en op cytokines die het immuunsysteem activeren. Het meemaken van stress als volwassene verminderde concentraties van TNF-alpha, een cytokine. Dit effect was nog eens sterker als deze personen ook als kind veel stress hadden meegemaakt. De invloed van het meemaken van stress als volwassene op cortisol concentraties bleek ook af te hangen van de mate waarin personen als kind waren blootgesteld aan stress. Bovendien leken genetische factoren het effect van stress op cortisol concentraties te versterken.

Het blijkt dus dat verschillende omgevingsfactoren en genen voortdurend op elkaar ingrijpen, gedurende de gehele

levensloop, en samen veranderingen veroorzaken in biologische systemen van ons lichaam die ons kwetsbaar maken om een depressie te ontwikkelen. De hoop is dat toekomstig onderzoek deze verschillende interacties duidelijk in kaart kan brengen zodat we in staat zullen zijn depressieve klachten beter te behandelen of zelfs te voorkomen.

'Twin Studies: Beyond Nature-Nurture'

door Nele Jacobs, Universiteit Maastricht (capaciteitsgroep Psychiatrie en Neuropsychologie)

Het eerste deel van dit proefschrift toonde aan dat erfelijkheid een belangrijke rol speelt in cognitieve² bekwaamheden en dat deze erfelijke of genetische factoren grotendeels aan de basis liggen van verbanden tussen cognitie enerzijds en mentaal welzijn anderzijds.

Het tweede deel van dit proefschrift deed verslag van het stressonderzoek waar meer dan 500 tweelingen (en ook een aantal zussen) van het Oost-Vlaams Meerlingenregister in participeerden.



Anna (rechts) met haar tweelingzussen Marthe (links) en Marie (midden)

Ieder van hen droeg gedurende 5 opeenvolgende dagen een uurwerk dat op 10 willekeurige momenten per dag een signaal gaf. Op dat moment werd een soort dagboekje ingevuld (met vragen zoals "hoe voel je je nu?", "wat ben je aan het doen?") en werd een speekselstaaltje genomen. Uit dat speeksel werd cortisol, het menselijk stresshormoon, bepaald. Van zodra stress ervaren wordt, zal de cortisolproductie toenemen.

Er werd gevonden dat kleine dagelijkse stress (zoals bv. iets doen wat je niet graag doet of wat je niet echt goed kunt) gepaard gaat met veranderingen in stemming nl. positieve gevoelens zoals zich opgewekt voelen, zich ontspannen voelen, gaan duidelijk afnemen terwijl negatieve gevoelens zoals zich somber voelen, zich eenzaam voelen, duidelijk gaan toenemen. Deze stijging in negatieve gevoelens gaat bovendien ook gepaard met een stijging in cortisol productie. Kortom, kleine dagelijkse stress heeft niet alleen effect op de stemming maar zet a.h.w. ook het biologisch stressmechanisme in werking.

Echter, niet iedereen reageert op dezelfde wijze op stress. Zowel genetische factoren als omgevingsfactoren verklaren waarom mensen verschillen in de wijze waarop met kleine dagelijkse stress omgegaan wordt.

Ofschoon deze studie al een aantal interessante bevindingen opleverde (met name 5 artikels gepubliceerd in internationale vaktijdschriften), blijven toch nog een aantal vragen onbeantwoord zoals bv. "welke genen zijn betrokken bij deze stressreactie en hoe oefenen zij hun effect uit" of "in welke mate is dagelijkse stressreactiviteit voorspellend voor depressieve en andere psychische klachten later?" Dit wordt verder onderzocht en we hopen ook op deze vragen nog een antwoord te vinden, waarbij wij jullie met plezier op de hoogte zullen houden van onze zoektocht. Tegelijk willen wij alle deelnemende tweelingen en hun zussen nog eens heel hartelijk danken voor hun medewerking gedurende de laatste jaren. Zonder uw hulp waren deze prachtige gegevens nooit verzameld geweest!

² Ofschoon het begrip 'intelligentiequotiënt' (IQ) algemeen is ingeburgerd, zijn niet alle psychologen gelukkig met die term. Zij spreken dan ook liever van cognitieve eigenschappen, die duiden op het vermogen om kennis te vergaren en toe te passen (cognitie = het bewust kennen).

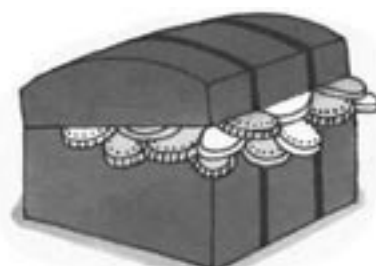
Steun ons

Als dank voor eerdere en toekomstige medewerking aan onze projecten, is ons zesmaandelijks Twin-infoblad gratis voor alle leden van het register en de Oost-Vlaamse gynaecologen en pediaters. Om dit in de toekomst te blijven doen zijn wij nog altijd op zoek naar nieuwe financiële sponsors!

Dit infoblad laat ons toe om informatie te verspreiden, verslag uit te brengen over onze wetenschappelijke activiteiten en de activiteiten van onze vrijwilligerswerking, en ons adressenbestand up-to-date te houden. De grote belangstelling en aanmoediging van de meerlingouders voor ons de belangrijkste motivatie om deze nieuwsbrief verder te zetten.

Door een bijdrage te betalen, steunen jullie de vzw Twins en haar activiteiten. Jaarlijkse steun is helemaal geen verplichting maar is volkomen vrijblijvend. 30 Euro is jullie gift fiscaal aftrekbaar. Om te voldoen aan de eisen van Ministerie van Financiën, dient gestort te worden op rekeningnummer 3971000-83 van Twins vzw met de melding 'gift'.

Aarzel dus niet om ons verder te steunen, spreek vrienden en kennissen aan. Alle ideeën zijn meer dan welkom voor het zoeken naar nieuwe sponsors. Laat ons snel iets weten op onderstaand adres!



blijft

Deze
Vanaf
het
5 5 1 -

Twins-UZ Gent
De Pintelaan 185 PB 91
B-9000 Gent
twinlokaal@hotmail.com

Wisten jullie dat?

Lezing: "Tweelingen opvoeden, twee keer zo zwaar?"

Tweelingen groeien op en leven in een broze maar boeiende balanssituatie.

Dat broze karakter vloeit voort uit het feit dat tweelingen op aangeboren en verworven gronden meer dan anderen geconfronteerd worden met biomedische en psychosociale invloeden die hen uit evenwicht kunnen brengen. Hun ontwikkeling verloopt daarom niet noodzakelijk problematisch, maar hun uitzonderlijke situatie brengt wel met zich mee dat ze uit preventief oogpunt extra aandacht verdienen en dat ze, wanneer hun leven uit balans raakt, de mogelijkheid moeten krijgen om een gezonde en gelukkige ontplooiing te herwinnen via hun ouders, leerkrachten, latere partners en bevoegde hulpverleners. De risico's moeten worden bestreden en de oplossingen die daarvoor worden aangereikt worden in de voordracht uitgebreid besproken. Ook de situatie bij drielingen en andere meerlingen komt daarbij aan bod. Het onderwerp is niet alleen belangwekkend voor de ouders en genoemde hulpverleners maar ook voor de tweelingen (en andere meerlingen) zelf.

Tweelingen groeien niet enkel op in een broze maar ook in een boeiende balanssituatie. Ze kunnen immers worden

beschouwd als een vergrootglas waardoor we de invloed van erfelijkheid kunnen onderscheiden van de invloed



Maxime (links) en Julie (rechts)

van de omgeving. Ze werpen licht op het eeuwenoude vraagstuk over de respectievelijke aandelen van nature (aard) tegenover nurture (opvoeding). En dat belangt eenieder aan.

Op dinsdagavond 28 maart organiseert SIG Destelbergen een vorming over de opvoeding van tweelingen. De lezing gaat door van 20u tot 22u30 in de gebouwen van SIG. Spreker Prof. Dr. Evert Thiery leidt de sessie.

Voor informatie en inschrijvingen kunt u terecht bij SIG vzw
Kerkham 1 bus 2
9070 Destelbergen
Tel: 09/ 238 31 25
info@sig-net.be • www.sig-net.be

Het broertje of zusje van de tweeling

Wanneer er in een gezin een tweeling geboren wordt, dan verandert er heel veel. Niet alleen voor de ouders, maar ook voor de andere kinderen als die er zijn.

Als de tweelingkinderen de 'eerste kinderen' in een gezin zijn en er komt later nog een kind bij, dan levert dat meestal weinig problemen op. Maar wanneer er een kind boven de tweelingkinderen zit, dan doen er zich wel eens problemen voor. Stel je maar eens voor hoe het is om in de schaduw gesteld te worden door niet één maar door twee kindjes!

De komst van twee baby's tegelijk is soms moeilijk te verwerken. Oudere broers en zussen van een tweeling kunnen veel last hebben van het feit dat de tweeling zoveel aandacht en energie van de ouders opeist. De tweeling geeft dubbel werk aan de ouders, zij moeten zelf wennen aan alle veranderingen, zij zijn zelf vaak moe, en daardoor hebben ze minder tijd en aandacht voor het oudere kind.

Daarenboven gaat ook de aandacht van de omgeving bijna uitsluitend naar de tweeling, het oudere kind wordt genegeerd,



Emilie (midden) met haar tweelingzussen Magalie (links) en Maurien (rechts)

of er wordt hooguit gevraagd hoe het is om nu een 'grote zus' of 'grote broer' te zijn.

Soms passen oudere kinderen zich langzamerhand aan. Maar het kan ook dat het kind zich van zijn plaats verdrongen voelt, jaloeus wordt, en aandacht gaat vragen op een negatieve manier: zeuren, lastig-zijn, agressieve buien, regressie (terugvallen in gedrag van een vroeger ontwikkelingsstadium, bvb opnieuw in bed plassen).

Het is dus belangrijk dat je als ouder stilstaat bij wat er allemaal verandert voor het oudere kind, en hoe die zich daarbij voelt.

Zorg er vooreerst voor dat er zich niet veel nieuwe situaties voordoen in het leven van het oudere kind, bvb voor het eerst naar de peuterschool gaan.

Probeer tijd te maken voor het oudere kind en, indien mogelijk, laat de zorg voor de tweeling eens over aan iemand anders. Laat regelmatig zien dat je om hem/haar geeft, geef speciale aandacht, verwen hem/haar eens extra, geef een knuffel of een complimentje. Laat hem/haar wat langer opblijven, zodat er nog tijd rest voor een verhaaltje of een spelletje. Of maak eens een uitstapje met het oudere kind alleen.

Als het oudere kind daar zin in heeft, dan mag hij/zij meehelpen met de verzorging van de baby's of met andere werkjes, maar niet elk kind wil dat.

Zorg er ook voor dat, wanneer je bezig bent met de voeding of verzorging van de tweelingkinderen, het oudere kind iets specifiek te doen heeft, bvb alleen dan mag hij/zij een video bekijken. Geef hem/haar zijn/haar eigen hoekje, een eigen speelgoedbox, ...

En vergeet niet: uiteindelijk komt alles meestal wel goed, leert iedereen rekening houden met elkaar, en krijgt elkeen zijn eigen plekje in het gezin.

Lut De Zeure

Boekbespreking

'ALLES IN 3VOUD, een vader over zijn drieling!'

door Ton van Rietbergen

Uitgeverij M O M/Unieboek BV (ISBN 90 269 6171 5)

Als 'ervaringsdeskundige' las ik met heel veel plezier deze verzameling columns van de Nederlander Ton van Rietbergen. Ton is columnist voor 'Ouders van Nu' en het 'Utrechts Nieuwsblad'. Hij vertelt met heel veel humor over de verschillende stadia van 'vader worden' en 'vader zijn' van een drieling.

Na een periode van alleen-zijn met zijn vrouw, worden ze vader en moeder van een drieling, een wereld van verschil. Waar vroeger alles meestal ongepland kon en mocht, moeten ze nu heel veel zaken planmatig aanpakken.

Waar zal de bevalling gebeuren? Zullen we gezonde baby's krijgen? Wanneer mogen wij onze ukjes mee naar huis nemen en wie mag er al meekomen: slechts eentje of twee of... alledrie tegelijk? Hoe pakken we dit aan?

Hoe kiezen we namen, hoeveel namen kiezen wij? Zullen we kunnen blijven wonen in ons mooi, maar onpraktisch herenhuis of moeten we toch maar uitkijken naar een grotere woning? Moeten we nu noodgedwongen overschakelen van ons klein autootje naar een grotere minibus of ruimtewagen? Zullen we onze kinderen naar een crèche brengen? Hoeveel dagen dan wel? Hoe makkelijk of moeilijk raak je naar buiten met je kinderen, zit er nog vakantie in?

Welke reacties krijg je van de buitenwereld?

De schrijver geeft in columnstijl een verslag vanaf het ogenblik dat de zwangerschap bevestigd wordt tot 40 maand na de geboorte.

Het boekje geeft geen opvoedkundig en pedagogisch advies; het laat je gewoon wegdromen in de wereld van een drieling: drie eigen individuutjes en toch een 3-eenheid. Het laat je aanvoelen dat deze wereld druk en meeslepend is en... spannend.

Ik voelde bij de lectuur hiervan een heleboel herinneringen naar boven komen en stond ervan versteld hoe snel je vergeet. Een aanrader, zeker voor ouders van meerlingen. Misschien ook wel eens laten lezen door onze grotere zonen /dochters ?

Luc Quinteyn, vader van Quinten, Lorens en Pieter-Jan



Vrijwilligershoekje

ADRESWIJZIGING van het secretariaat van de Vrijwilligerswerking Twins Gent:

de Vrijwilligerswerking is nu gevestigd in het UZ te Gent, Polikliniek II, kelderverdieping (PB 91). Er is (telefoon) permanentie op dinsdag tussen 10 en 16 uur, behalve tijdens de schoolvakanties (wel antwoordapparaat).

NIEUW telefoonnummer: 09/2403907 en faxnummer: 09/2403570!

E-mail: meerlingouders@hotmail.com



DATA info- en praatavonden Twins Gent 2006

SCHRIJF TIJDIG IN!

Praatavonden

woensdag 19 april 2006

Praatavond voor ouders van meerlingen uit de leeftijdsgroep baby's en peuters

woensdag 26 april 2006

Praatavond voor ouders van meerlingen uit de leeftijdsgroep kleuters en lagere school

telkens in Maaltemeers 84 Sint-Denijs-Westrem om 20 uur

Info-avonden voor toekomstige meerlingouders

Donderdag 16 maart & 15 juni 2006

Donderdag 21 september & 14 december 2006

telkens in Technisch Instituut Don Bosco

Kortrijkse steenweg 1025 St-Denijs-Westrem om 20 uur

- Inschrijving noodzakelijk: tel. en antwoordapparaat 09/240.39.07, jullie ontvangen dan een bevestiging + wegbeschrijving.
- Bij inschrijving via antwoordapparaat zeker het aantal personen vermelden!
- Door de grote belangstelling lopen de administratieve kosten hoog op, daarom vragen we jullie op de avond zelf 2.5 € als deelname in de onkosten.
- Gelieve tijdig te verwittigen indien jullie niet aanwezig kunnen zijn!

Twins Antwerpen

Agenda Twins Antwerpen 2006 :

Donderdag 16 Maart 2006

Infoavond voor baby's en de peuterleeftijd

Zaterdag 10 Juni 2006

Wandeldag Twins Antwerpen

Zaterdag 11 Oktober 2006

Praatnamiddag mét kinderopvang voor alle meerlingouders en geïnteresseerden



Voor informatie, inschrijving of nuttige tips voor andere meerling(ouders) kan je steeds terecht via ons email adres (twinsantw@tiscali.be) of telefonisch bij Mieke Elpers-Dedecker (03/886.72.25). Wij zoeken locaties en/of hulp voor praat- en/of informatieavonden: Heb je een tip? Heb je enkele uurtjes vrij? Wil je andere meerlingouders helpen? Steeds welkom!!! Laat het ons weten!

Verder hierbij nog een woordje van een meerlingouderpaar uit het Antwerpse die naast hun drukke leven ook nog een tandje willen bijsteken met het organiseren van de Antwerpse meerlingenpraat-, info en wandeldagen...

Hallo,

Wij zijn Mark en Miek, de fiere mama en papa van Lien en Lore, een twee-eiige tweeling! Aan beide kanten zitten tweelingen in de familie, dus ergens hadden we wel een tweeling verwacht! Maar toch was het een hele schok toen de gynaecoloog zei dat we een tweeling zouden krijgen!

Ook al waren er veel tweelingen in de familie, toch zaten we met een heleboel vragen en voelden we ons erg onzeker! Dankzij het 'in verwachtingsnummer' van de gezinsbond, vonden we het telefoonnummer van Twins Antwerpen.



van links naar rechts en van voor naar achter: Lien en Lore, en Lise en Nette

Onze eerste ontmoeting met de Twins was tijdens een infoavond in het Middelheim ziekenhuis. Daar maakten we kennis met een enthousiaste kliek die erg gemotiveerd was om alle toekomstige tweelingouders met raad en daad bij te staan!

Enkele maanden later gingen we dan ook naar een infoavond over de baby-en peuterleeftijd bij tweelingen en daar staken we toch heel wat van op!

We voelden ons nu toch ietsje geruster en keken vol ongeduld uit naar de geboorte van onze meisjes!

Ook na de bevalling konden we rekenen op de steun van de Twins, dit door activiteiten als een wandeling en praatnamiddag. Het blijft immers fijn om met lotgenoten te kunnen babbelen! Nu zijn onze meisjes al 2,5 jaar en gaan binnenkort naar school!

Elke dag weer genieten we ervan hen samen te zien spelen en delen. Het zijn echte kameraadjes die elkaar niet meer kunnen missen! En wij hen natuurlijk ook niet!

Nu we zelf al wat meer ervaring hebben met onze tweeling, willen we die graag delen met toekomstige tweelingouders. Dat is dan ook de reden dat we ons geëngageerd hebben voor het bestuur van Twins Antwerpen.

Maar eerst kijken we vol verwachting uit naar de geboorte van onze derde spruit.

Groetjes vanwege de medewerkers van Twins Antwerpen

**EINDELIJK! DE VRIJWILLIGERS-WERKING
GENT IS ONLINE...**

Voor een weetje, een vraagje, een babbeltje, een koopje of interessante links kan je surfen naar **www.twins-vwg.be**



Meerlingendag 9 april 2006

De Nederlandse Vereniging voor Ouders van Meerlingen (NVOM) organiseert een groots opgezette Meerlingendag: een informatieve en gezellige beurs over alle aspecten die te maken hebben met het krijgen en opvoeden van een meerling. Er worden 13 verschillende lezingen en workshops gehouden. Op het praatplein kunt u ervaringen uitwisselen met andere (aanstaande) meerlingouders. Ook is er een groot Winkel- en Infoplein met meer dan 40 standhouders. Op het Marktpllein worden tweedehands artikelen te koop aangeboden en op het Filmplein worden doorlopend films vertoond. Voor de kinderen is er volop vermaak op het Kinderplein. Daar wordt ook de finale van de verkiezing van de Minst Identieke Tweeling gehouden. De Meerlingendag vindt plaats in NH Koningshof te Veldhoven. Op onze website www.nvom.net, menukeuze meerlingendag vindt u alle informatie. De entree is € 5,- per persoon. Tegen inlevering van dit artikel krijgt u € 2,50 korting p.p. op de entreprijs. Kinderen gratis.

Wij zien u graag op de Meerlingendag, het Meerlingendagcomité van Nederland.



VERHUISKAART

Zijn jullie verhuisd of gaan jullie verhuizen, stuur ons dan deze verhuiskaart.

Zo kunnen wij in de toekomst verder contact met jullie houden.

Wensen jullie niet meer gecontacteerd te worden, laat het ons dan weten.

Naam : _____

Voornaam eerstgeborene : _____

Voornaam tweedegeborene : _____

Voornaam derdegeborene (voor drielingen) : _____

Geboortedatum meerling : _____

Naam en voornaam van de moeder : _____

Naam en voornaam van de vader : _____

Oud adres : _____

Nieuw adres : _____

De verhuizing betreft : O gezin

O deel van de tweeling / drieling (wie ?)

O anders, nl.



Opsturen aan : Oost-Vlaams Meerlingenregister
Twins UZ-Gent
De Pintelaan 185 PB 91
9000 Gent

Colofon

Redactie :

Dr. Sc. Catherine Derom
Prof. Dr. Robert Derom

Prof. Dr. Jean-Pierre Frysns

Prof. Dr. Fernand Leroy
Prof. Dr. Evert Thiery
Prof. Dr. Robert Vlietinck

Secretariaat :

L. De Zeure/M. Van Heuverswyn
Twins UZ-Gent
De Pintelaan 185 PB 91
B-9000 Gent
Tel: (09)240 29 14
Fax: (09)240 35 70
e-mail: twinlokaal@hotmail.com

Twintelefoon :

Tel: (09) 2403907
dinsdag tussen 10.00 en 16.00 uur
(vrijwilligerswerking)

Lay-out :

demeersman.com

Met medewerking van :

Lut De Zeure, Nele Jacobs,
Cornelis Lambalk, Maarten Peeters,
Luc Quinteyn, Marieke Wichers en
de vrijwilligerswerking.

*Dit TWIN-infoblad wordt gratis
verdeeld aan alle meerlingen geboren
in Oost-Vlaanderen.*

*Geïnteresseerden kunnen dit tijdschrift
ontvangen door jaarlijks € 5 of meer
te storten op het rekeningnummer
van de VZW-TWINS :
Dexia 551-3971000-83.*

**Giften van 30 Euro of meer zijn
fiscaal aftrekbaar.**

Om dit tijdschrift en onze andere
sociale activiteiten te kunnen blijven
garanderen is financiële hulp steeds
welkom.

**Twins, het Infoblad van het Oost-
Vlaams Meerlingenregister**, is
een publicatie van Twins v.z.w., de
vereniging ter ondersteuning van
het wetenschappelijk onderzoek bij
en voor meerlingen.

Verantwoordelijke uitgever: Catherine Derom,
Kwadrantstraat 20, B-9000 DESTELDERGEN

Met
Vlaa

