



## Oorzaken en gevolgen nierschade

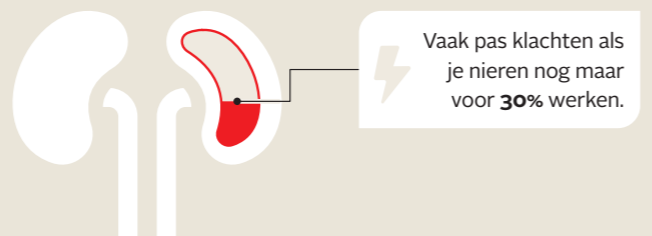
 **1,7 miljoen** Nederlanders hebben **nierschade**. En dit aantal neemt toe.

**Nierschade** is onomkeerbaar. Als we nu niets doen, wordt het straks wereldwijd **doodsoorzaak nummer 5**.

Meest voorkomende **oorzaken**:

-  **diabetes**
-  **hoge bloeddruk**
-  **overgewicht**
-  **hart- en vaatziekten**

Met chronische nierschade loop je een **verhoogd risico** op hart- en vaatziekten. Nierschade is verraderlijk, want vaak merk je het pas als het te laat is.



Vaak pas klachten als je nieren nog maar voor **30%** werken.



Collecteer je met ons mee? Dat kan ook via **social media**.

Ga naar je persoonlijke pagina en deel een donatieverzoek. Bijvoorbeeld via **WhatsApp**. Je ziet je opbrengst terug op je persoonlijke collectepagina.


## Geen Nederlands? Laat deze teksten zien:

**Engels** We are raising funds for the kidney foundation this week. Your support is appreciated.

**Turks** Bu hafta Böbrek Haftası. Böbrek Vakfı için para topluyoruz. Bağışlarınızı bekliyoruz.

**Arabisch** حل اصل ل اوم ال اعم ج ن ح ن . ى لك ل ا ع و س ا ا ه  
ا ه ب ح ر م ت ا ع ر ب ت ل ا . ى لك ل ا ق س س و م

## Veilig QR-collecteren in 4 stappen:

-  De veiligste manier om een iDeal QR-code te scannen is met de mobiel bankieren-, iDeal- of Tikkie-app.
-  Controleer het **bedrag**, standaard staat het op €5, maar dit kan worden aangepast.
-  Controleer of de **ontvanger** Nierstichting is.
-  Druk op **betalen**. De bank bevestigt de betaling.



Deze tips zijn **onmisbaar**



Neem mee tijdens het **collecteren**.

**Week van de Nieren**  
15 t/m 21 september 2024

# Week van de Nieren

Tijdens de Week van de Nieren vragen we begrip voor leven met een nierziekte. Gezonde nieren zijn zó belangrijk. Veel onderzoek naar genezing is nog nodig.

## Fijn dat je meehelpt!

- Collecteer huis-aan-huis en online
- Hang de poster voor je raam
- Maak een collecteselfie en plaats deze op je social media: → [nierstichting.nl/collecteselfie](https://nierstichting.nl/collecteselfie)



Wil je weten wat nierschade met mensen doet?

→ [nierstichting.nl/weekvandenieren](https://nierstichting.nl/weekvandenieren)

Hier vind je:

- Boeiende podcasts
- Informatieve webinars
- Ervaringsverhalen
- De nieuwste onderzoeksresultaten

## Collectetips

- 1 Collecteer tussen **17.00** uur en **20.30** uur.
- 2 Sta je voor een dichte deur? Noteer het **huisnummer** en ga later terug.
- 3 Is er weer niemand thuis? Gebruik het **niet-thuis-kaartje**. Laat op het kaartje een persoonlijke berichtje achter dat je geweest bent.



Collecteer je met **kinderen**? Leuk! Geef ze een kleurplaat en na afloop een oorkonde ([nierstichting.nl/kids](https://nierstichting.nl/kids)).

Collecteren kan **overall**. De Nierstichting heeft ieder jaar de derde week van september een vergunning om op alle openbare plekken te collecteren. **Neem je collectebus mee** onderweg naar je werk, de sportvereniging of ga een uurtje bij de markt collecteren.

## Zo werkt collecteren met een QR-code

- 1 Plak je persoonlijke stickers boven op de **collectebus** en op het **legitimatiebewijs**.  
  
Of alleen op je **QR-bus** als je daarmee collecteert.
- 2 Laat **jouw QR-code** scannen. Dat kan veilig met de mobiel bankieren-, iDeal- of Tikkie-app.  

- 3 De donatie zie je terug op je **persoonlijke collectepagina**.  
  
**Tip** Probeer zelf een donatie met je persoonlijke QR.

Er is nog  
zo veel  
om voor te  
strijden.

Lees mijn verhaal op  
[nierstichting.nl/weekvandenieren](https://nierstichting.nl/weekvandenieren)