



Nieuwsbrief

december 2006

Regionaal inloophuis 't Anker
voor mensen met kanker en hun naasten



't Anker gekozen tot Vrijwilligersinitiatief van het Jaar

Groot was de verrassing toen bekend werd dat de vrijwilligers van Inloophuis 't Anker waren genomineerd voor het Vrijwilligersinitiatief van het Jaar. Op de vrijwilligersdag die op 31 oktober jl. in Partycentrum De Meijert werd gehouden maakte burgemeester Burgman bekend dat de keuze van de jury daadwerkelijk was gevallen op het team van 't Anker, voor het team van de Bloedbank Bestuurslid Rob Isaacs mocht uit handen van de burgemeester een aan de prijs verbonden cheque van 500 euro in ontvangst nemen. Maar de échte pluim gaat natuurlijk naar de vrijwilligers van Inloophuis 't Anker, die telkens klaar staan om het de gasten naar hun zin te maken, activiteiten te organiseren en te zorgen dat het reilen en zeilen in het Ajoc-gebouw in goede banen blijft lopen. En daar hebben ze een flinke klus aan!



't Anker weer op volle sterkte

De open dag voor vrijwilligers die begin september plaats vond, heeft voor 't Anker een aantal enthousiaste nieuwe vrijwilligers opgeleverd. Dankzij deze steun kan ons Inloophuis weer twee volle dagen per week open. Sinds de zomervakantie was 't Anker alleen op donderdag en eens in de twee weken op dinsdagmiddag open voor de repetities van smartlappenkoor Licht 't Anker. De uitbreiding van de openingstijden betekent ook een uitbreiding van het aantal activiteiten. Zo zal de langverwachte cursus digitale fotobewerking nu eindelijk kunnen plaatsvinden. Ook wordt gekeken naar andere activiteiten.



Bestuurslid Rob Isaacs met de burgemeester en een vertegenwoordigster van de bloedbank. (Foto André Veenstra).

Inhoud	Blz
't Anker gekozen tot Vrijwilligersinitiatief van het Jaar	1
't Anker weer op volle sterkte	1
Attendum - landelijke federatie voor inloophuizen	2
Donatie Schipholfonds voor workshop fotograferen	2
Rabobank fietst zich fit voor het goede doel	3
Gehouden themabijeenkomsten	3
't Anker te gast bij Radio LOT	3
In gesprek met...	4



Donatie

Schipholfonds voor workshop fotografieren



bedrijfslogo
Fotofinesse

Inloophuis 't Anker heeft van het Schipholfonds een prachtige donatie van € 4.300 ontvangen. Het Schipholfonds steunt door

middel van donaties projecten die van maatschappelijk, cultureel of sportief belang zijn. In het derde kwartaal van dit jaar is in totaal € 139.988 aan 47 instellingen en organisaties geschonken. Dankzij deze donatie kunnen materialen zoals laptops, camera's, een printer aangeschaft worden, zodat onze gasten een digitale fotoworkshop kunnen volgen. Deze workshop is bedoeld voor de beginnende of enigszins ervaren digitale fotograaf. De workshop geeft meer inzicht in de werking en de mogelijkheden van de camera en leert betere foto's te maken. Tevens wordt ingegaan op "foto's bewerken op de computer". De workshop wordt gegeven door beroepsfotograaf Rob de Bruin van Fotofinesse. Hij wil mensen passie en plezier bijbrengen voor het fotograferen. De deelnemers leren om van elke foto iets bijzonders te maken. De workshop wordt vanaf 9 januari 2007 wekelijks om 10.00 tot 12.00 uur gegeven in Inloophuis 't Anker.



Attendum

landelijke federatie voor inloophuizen

Een aantal inloophuizen (w.o. Inloophuis 't Anker) hebben het initiatief genomen om de krachten te bundelen in een landelijke federatie van inloophuizen, genaamd Attendum.

Tesamen met Concentris, de Nederlandse Federatie voor Therapeutische Centra, maken zij deel uit van IPSO (Instellingen voor PsychoSociale Oncologie).

De kracht van dit samenwerkingsverband is dat aan mensen met kanker en hun naasten een breed scala van psychosociale zorg verleend kan worden, variërend van puur lotgenotencontact tot individuele of groepsgerichte therapie.

De Stichting IPSO heeft ten doel de levenskwaliteit van mensen met kanker en hun naasten te helpen handhaven of te verbeteren, alsook Attendum en Concentris bij hun werkzaamheden te ondersteunen. IPSO onderhoudt contacten met de overheid, (zorg)verzekeraars en brancheorganisaties en staat garant voor de kwaliteit van de begeleiding en (na)scholing van de hulpverleners van de aangeslotene van de federaties.

Attendum, de landelijke federatie van inloophuizen wil zijn doel bereiken door:

- * de vorming van een landelijk platform voor uitwisseling van ervaringen en informatie, alsook training- en scholingsaanbod voor vrijwilligers en medewerkers van de leden;
- * het versterken van de positie van inloophuizen binnen het geheel van de gezondheidszorg;
- * het komen tot landelijke samenwerking met organisaties van kankerpatiënten en psychosociale oncologische zorg;
- * het opzetten en uitvoeren van een landelijk PR-programma;
- * het ontwikkelen van kwaliteitsbeleid en een kwaliteitssysteem;
- * het verwerven van giften en donaties ten behoeve van haar leden;
- * al wat verder nuttig of nodig is ten behoeve van de leden.

De twee federaties komen in hun aanpak en doelgroep veel overeen. Beide verlenen zorg die aanvullend is op de bestaande eerste en tweede lijns gezondheidszorg. Er zijn echter ook duidelijke accentverschillen.

De verleende zorg van de inloophuizen, hoofdzakelijk door vrijwilligers, is bijvoorbeeld vooral gebaseerd op aandacht geven aan de doelgroep.

Lotgenotencontact staat hierbij voorop. De therapeutische centra werken echter in hoofdzaak met betaalde krachten, oncologisch gespecialiseerde professionele hulpverleners.

Bij het samenwerkingsverband IPSO-Attendum-Concentris zijn bijna alle therapeutische centra en de meeste inloophuizen voor mensen met kanker en hun naasten aangesloten. IPSO heeft zich onlangs gemanifesteerd met een stand op de beurs van het jaarlijkse VvOV-congres (Vereniging van Oncologie Verpleegkundigen) op 9 en 10 november in Utrecht. In totaal zijn 20 inloophuizen en 8 therapeutische centra bij de IPSO aangesloten. In een paar jaar tijd is het aantal inloophuizen verdubbeld.

Voor zover bekend

zijn nog 5 à 6 in oprichting. Dat geeft al aan dat er grote behoefte is aan dit soort voorzieningen.





De drie grootste kilometer'vreters' overhandigden onlangs de cheque aan een delegatie gasten en vrijwilligers

Hoe zorgen we ervoor dat onze kantoormedewerkers meer beweging krijgen? Rabobank Veenstroom bedacht een originele oplossing. Medewerkers werden aangespoord om te gaan fietsen. Voor elke kilometer die ze zouden afleggen, zou hun werkgever 10 eurocent betalen aan een goed doel: Inloophuis 't Anker. Rijwielhandel Waning sponsorde échte fietscomputertjes waarop de verreden kilometers keurig netjes konden worden bijgehouden.

Rabobank fietst zich fit voor het goede doel

Na drie maanden fietsen kwam er een telefoontje binnen. Of we een cheque van maar liefst 2.300 euro wilden komen ophalen. Want er was inderdaad door de medewerkers in totaal ruim 23.000 kilometer bij elkaar gefietst! Een ongelooflijke prestatie, die een ongelooflijk bedrag opleverde. Dank aan de medewerkers van de Rabobank voor dit unieke gebaar!



Gehouden themabijeenkomsten

Behalve lotgenotencontact willen wij mensen met kanker informatie en voorlichting geven over aan kanker gerelateerde onderwerpen. De afgelopen periode hebben we in 't Anker de volgende themabijeenkomsten gehouden:

Werk en werkhervatting (juni)

Werkhervatting na een behandeling voor kanker kan gepaard gaan met onzekerheid, stress of teleurstellingen. Hoe ga je daarmee om? Wat helpt bij problemen rond werkhervatting? Op deze kwesties werd uitvoerig ingegaan door een therapeute van het Helen Dowling Instituut en een bedrijfsarts.

Voorlichting stoma (september)

Bij de behandeling van kanker ontkomt een patiënt er soms niet aan een stoma. Dat is een ingrijpende gebeurtenis. Niet alleen voor de patiënt, maar ook voor diens omgeving. Wat betekent een stoma? Wat houdt de ingreep in? En hoe gaat het na de operatie? Kun je alles doen met een stoma? De voorlichtingsavond werd gegeven in nauwe samenwerking met de Stomavereniging Nederland.

Kanker en zingeving (oktober)

Door de diagnose kanker komt het hele leven op zijn kop te staan. Alles waarin je vertrouwen had is of lijkt verdwenen. Hoe ga je daar mee om? Na de schok van de diagnose en de behandeling komen vele vragen los ten aanzien van zin en zingeving van het leven. Een therapeute van het Ingeborg Douwes Centrum in Amsterdam hield hierover een inleiding.

Kanker in het gezin (november)

Als een vader, moeder of kind kanker krijgt, heeft dat voor alle gezinsleden gevolgen. Kanker heb je niet alleen. Het evenwicht dat er was, wordt behoorlijk verstoord. Partners krijgen dikwijls veel meer taken, zowel binnen als buitenshuis. Het thema voor deze avond was: "Wanneer één van de gezinsleden kanker krijgt, wat het betekent dit voor het hele gezin en hoe hiermee kan worden omgegaan". De avond werd samen met het Helen Dowling Instituut ingevuld.



In de studio bij Radio LOT



't Anker te gast bij Radio LOT

Inloophuis 't Anker heeft een regionale functie. Helaas blijkt het in de praktijk niet altijd even makkelijk om ook de om ons heen liggende gemeenten te wijzen op het nuttige werk dat in 't Anker wordt verricht. Veel regionale kranten leggen de persberichten terzijde of reserveren ze alleen voor de Mijdrechtse editie. Groot was dan ook de verrassing toen we werden uitgenodigd door de lokale omroep van Ter Aar, Radio LOT om een hele vrijdagavond te gast te zijn in hun Vrijwilligerscafé, een programma dat wekelijks een andere vrijwilligersorganisatie belicht. OP vrijdag 6 oktober werden wij allerhartelijkst ontvangen door de mensen van Radio LOT, waaronder presentatoren Hans Flerig, Yvonne van Dijk en technicus Jan Looy, zij zijn ook allemaal vrijwilligers. Gezeten aan een grote ronde tafel stelden Hans en Yvonne de ene na de andere vraag over 't Anker, zodat de luisteraars zich een goed beeld konden vormen van onze activiteiten. In plaats van de reguliere plaatjes tussen de praatjes, werd door iedereen uit volle borst meegezongen met het repertoire van ons smartlappenkoor(tje). Volgens de deskundigen van Radio LOT, dat hoofdzakelijk Nederlandstalige muziek uitzendt, klonk het allemaal geweldig. Het werd een gezellige en informatieve avond. Na afloop bekenden Hans en Yvonne dat ze er toch wel een beetje tegenop hadden gezien een uitzending te verzorgen over zo'n zwaar onderwerp. Gelukkig hebben we hen, én de luisteraars van Ter Aar en omstreken, kunnen laten zien dat er in Inloophuis 't Anker ook heel wat wordt gelachen.



In deze rubriek willen we mensen aan het woord laten, die zich op een of andere manier met 't Anker betrokken voelen. Ditmaal zijn we in gesprek met Frieda Steenkist, die als gast tot de regelmatige bezoekers gerekend mag worden.

Bij 't Anker weet je zeker dat je op je plek bent"

'Het kostte wel even moeite voordat ik naar binnen ging'

Drie jaar geleden werd bij Frieda Steenkist borstkanker vastgesteld. Dat veranderde haar leven in één klap. "Ik werkte bij Jantje de Goede in ploegdienst en had nogal een druk leven. Ik voelde me helemaal niet ziek, maar had wel veel last van vermoeidheid. Bij controle bleek ik longkanker te hebben. Dat is dan wel schrikken hoor. Naast het feit dat je in een behandeling terecht komt, is er het probleem van de verwerking. Hoe ga je met zo iets om? In mijn directe omgeving had men moeite om erover te praten. Ik kon mijn gevoelens en angsten eigenlijk met niemand delen. En toen hoorde ik van 't Anker, dat toen net van start was gegaan. Dat leek me wel een plek waar ik naar toe zou kunnen gaan. Maar daar heb ik nog wel een tijdje over lopen denken. Ik ben ook wel eens die kant op gereden en weer omgedraaid. Het kostte wel even moeite voordat ik naar binnen ging. Achteraf onzin natuurlijk, maar dat weet je op dat moment niet."

Wat vond je bij 't Anker?

"Ik vond er precies wat ik zocht. Mensen die begrip hebben voor jouw situatie en met wie je over je ziekte en de gevolgen daarvan kunt praten. Lotgenoten met wie je ervaringen kunt uitwisselen en vrijwilligers die je op een heel plezierige manier opvangen en je de kans geven om je verhaal te vertellen, wanneer je daar behoefte aan hebt."

Maar het zijn toch niet alleen de moeilijke gesprekken?

"Nee hoor, juist niet. Het is ook een perfecte plek om eens even iets anders te doen en aan iets anders te denken dan aan je ziekte. Na een tijdje ben ik dan ook aan allerlei activiteiten mee gaan doen. Elke donderdag doe ik mee aan het schilderen. Ik ben wel niet zo'n talent, maar je ziet dat ik in de loop van de jaren wel iets beter ben geworden. Dat schilderen is een goede manier om je gevoelens uit te drukken. En het is vooral erg gezellig. En ik zing met heel veel plezier in het Smartlappenkoor. Dat is heerlijk ontspannend. Ik heb ook een keer een yoga les gevolgd, maar dat trok me toch niet zo. Het is bij 't Anker absoluut geen sombere of trieste bedoening. Er is altijd plek voor een serieus gesprek als je dat wilt. Maar er is vooral ook veel gezelligheid en ontspanning. En daar knap ik elke keer weer van op."

Hoe gaat het nu met je?

"Het gaat best wel redelijk. Ik sta nog wel onder voortdurende controle. Je kunt bij kanker niet gauw zeggen dat je genezen bent. Maar je leert er ook steeds beter mee omgaan. En daarin speelt 't Anker voor mij een belangrijke rol. Ik zou me dan ook niet kunnen voorstellen dat dat er niet meer zou zijn. Ik ben ook heel erg blij dat we nu weer twee keer in de week terecht kunnen. Ik hoop ook dat steeds meer mensen met kanker, en ook hun naasten, de weg naar 't Anker weten te vinden. Bij 't Anker weet je zeker dat je daar op je plek bent."

Informatie:

Het actuele overzicht vindt u op:
Onze website: www.inloophuishetanker.nl
Lokale omroep Midpoint Kabelkrant en teletekst
Of onze nieuwspagina in het Witte Weekblad.