

Een levensbedreigende ziekte?
Ervaar ons inloophuis



en ontdek de mogelijkheden!

Bewaarnummer met handige aanbevelingen



Inloophuizen en Psycho-oncologische centra
Samenwerking en Ondersteuning

foto volgt

De oprichters:
Tom en Tonia van der Wal



De Voorzitter: Ron de Boer

Inloophuis Medemblik

Oosterhaven 11 1671 AA Medemblik

Inloophuis In de Stek

Op den Hoef 36, 1613 LA Grootebroek

Voor beide inloophuizen:

info@inloophuismedemblik.nl

Tel: 0227820170 /0610227488

KvK-nummer 57961573

ANBI fiscaal nummer: 852811627

Rabobank : NL83RABO 0387530924

www.inloophuismedemblik.nl

www.lotgenoot.nl

www.rondomkanker.nl

LOOP EENS BINNEN!

Wanneer mogen wij u begroeten?

Voor u ligt de brochure van Inloophuis Medemblik. In ons inloophuis kunt u terecht als u geconfronteerd wordt met een levensbedreigende ziekte. Van uzelf of een naaste. Hier staan vriendelijke mensen voor u klaar in een huiselijke sfeer. Zij bieden een luisterend oor, geven een goed advies en regelmatig is er een lezing, cursus of workshop. Daarnaast is er veel ruimte voor ontspanning en creativiteit. Ook uw lotgenoten kunt u daar ontmoeten. Inloophuis Medemblik is opgericht in 2012.

Ook in Grootebroek zijn wij te vinden

U kunt ons ook vinden in Dorpshuis De Stek in Grootebroek. Daar is het aanbod beperkter, maar met dezelfde gastvrouwen en heren als in Medemblik. Informatie en programmering is te vinden op onze website : www.inloophuismedemblik.nl

Erover praten.

U denkt misschien 'dat heb ik niet nodig'. U bent immers omringd door familie en vrienden. Toch kan het zinvol zijn om eens met anderen, die los van u staan, te praten. Onze ervaring leert dat dit zeer gewaardeerd wordt. Thuis zegt en vraagt u niet altijd alles, soms kan dat zelfs niet meer, bij ons kan dat wel.

Een inloophuis is toch alleen voor kankerpatiënten?

Een inloophuis is gewoonlijk voor kankerpatiënten en hun naasten. Daarvan zijn er ong. 80 in Nederland. Deze inloophuizen zijn aangesloten bij de koepel IPSO.

Inloophuis in Medemblik en Grootebroek staan echter ook open voor mensen met een andere levensbedreigende ziekte. Wij zijn daar, met nog een aantal inloophuizen uniek in. Den Helder heeft b.v. ook een inloophuis waar deze mensen welkom zijn.

Wij begrijpen namelijk heel goed, dat zich in het hoofd van deze mensen precies eenzelfde proces afspeelt: angst, pijn, onzekerheid en heel veel vragen.

Dus stap gerust eens binnen en beleef het inloophuis. Durft u niet? Neem dan iemand mee. De koffie en thee is altijd gratis en de meeste activiteiten ook.

Handige websites: TIPS

nhg.org/nhg-standaarden
farmacotherapeutischkompas.nl
diagnosekanker.nl
lotgenoot.nl
inloophuismedemblik.nl
kanker.nl



Gehaakt door de haakdames en geschonken aan 'Langs de zijlijn'

Wat bieden wij zoal aan:

Creatieve activiteiten
lezingen (over tal van onderwerpen)
Zangkoor (samen zingen)
Wandelgroep 'stap voor stap'
Inloopochtenden
Vaartochten
Haakclub
De Mannen (speciaal voor de mannen)
Eten voor alleenstaande(n)
Mindfulness
Hotstone en voetreflex
Hoofd-halsmassage
Kinderbegeleiding (6-12 jaar)
Samen herdenken(november)
Verwendag (november)
Eet idee (als het eten even moeilijk is)
Een luisterend oor
Één op één gesprekken
Nabestaanden begeleiding
workshops en trainingen
En nog veel meer....

Behandeling en late effecten

Voor en tijdens de behandeling

Als u weet dat u ernstig ziek bent, dan bent u meestal onder behandeling. Dit kan genezend zijn of palliatief. Elke behandeling heeft consequenties in meer of mindere mate. Het kan dan gaan om een operatie, chemo, bestraling. Een nieuwe wetenschappelijke behandeling de z.g. 'clinical trail', MRI, PETscan, echo, biopt, neurologisch onderzoek, een hersteloperatie of een behandeling tegen de pijn.

Late effecten

Als de behandeling eenmaal achter de rug is, dan zijn er helaas de 'late effecten', zeg maar de gevolgen van de behandeling. Vroeger overleden mensen sneller aan een ernstige ziekte, maar door de vooruitgang op medisch gebied overleven veel mensen. Dat betekent ook, dat late effecten die vroeger bijna niet voorkwamen, nu relevant aanwezig zijn. U kunt denken aan: neuropathie (zenuwpijn), benauwdheid, stoma, dialyse, verandering van eetlust, vermoeidheid, geen zin meer in seks. Om er maar een paar te noemen.

Voor alles geldt dat een inloophuis een rustpunt kan betekenen. Daar moet immers niets. Wellicht kunnen we u op weg helpen met wat goede adviezen of met een training mindfulness. Rust in het hoofd is immers belangrijk. De ervaringsdeskundigheid is groot in ons inloophuis. We helpen u graag op weg.

4 verdiepingen zorg. Voor u!



Altijd wat te doen. Korenfestival Medemblik



Inloophuis In de Stek in Grootebroek

Het inloophuis financieel steunen.

Voor het behoud van het inloophuis zijn wij volledig afhankelijk van giften.

Uw donatie is dus belangrijk.

Hoe kunt u ons financieel steunen?

- Door vriend te worden (financieel);
- Door geld over te maken;
- Door een legaat (bij testament);
- Door een schenking;
- Door een evenement op te zetten;
- Collecte bij een uitvaart;
- Door sponsor te worden;

Meer voorbeelden:

zie: www.inloophuismedemblik.nl

Rabobank : NL83RABO 0387530924

U kunt ook op de website direct doneren.



Wat is er nog wel mogelijk?

U herinnert het zich vast nog wel. De arts aan de andere kant van de tafel met een ernstig gezicht. Misschien vermoedde u het al en toch is het nog onverwachts. De diagnose: een levensbedreigend ziekte. Die conclusie zette uw wereld op z'n kop. Weg zekerheid. Ongetwijfeld heeft u het gevoel gehad dat u in een rollercoaster terecht was gekomen.

Terwijl de wereld gewoon doorging, stond uw wereld even stil. Hoe moet het nu verder? Ga ik dood? Wanneer? Krijg ik pijn? En nog duizend andere vragen. Dit is en was een moeilijke periode die te zwaar is om zelf te dragen. Gelukkig is er altijd professionele hulp beschikbaar. De specialist, maatschappelijk werk, de huisarts, de therapeuten, maar ook familie en vrienden staan vaak klaar.

Belangrijk is dat u alles op een rijtje krijgt. Wat is er nog wel mogelijk? Waar en bij wie moet ik zijn? Is er nog hoop op een levensreddende behandeling? Ben ik wel op het juiste adres? In het juiste ziekenhuis? Bij de juiste specialist?

Als u eenmaal van de schrik bekomen bent, dan kunt u daar doorgaans mee aan de gang. Geholpen door uw huisarts of specialist. Ook een inloophuis kan dan veel voor u betekenen. Hier krijg u de rust en ontspanning om alles eens goed te overdenken. Het is ook prettig om in een niet klinische omgeving daar met anderen over te praten. U bent van harte welkom!



Workshop of mindfulnessstraining

Leven in het hier en nu.

Veel mensen zijn constant bezig met het verleden en vrezen de toekomst. Het verleden is echter niet meer te veranderen en de toekomst is en blijft onzeker. Door u bezig te houden met 'het nu' krijgt u meer grip op uw leven. U gaat de dingen anders bekijken en meer waarderen. Hierdoor wordt uw leven gegarandeerd interessanter en ook waardevoller (zie website).

De paasbrunch

Rondom Pasen genieten onze gasten van de paasbrunch. Op een vrolijk gedekte tafel staan lekkere gerechten en hapjes klaar, met voor ieder wat wils. Smakelijke sandwiches, scones, muffins en andere verrassende hapjes.

Dit is elk jaar weer opnieuw een feest. Hiermee halen wij het voorjaar ook gelijk in huis.

Allerzielen

In November is er altijd een bijeenkomst rondom allerzielen. Wij noemen dit samen herdenken. Op deze dag herdenken wij onze geliefden die overleden zijn. In een bijzondere sfeer, met kaarslicht. Het is een droevige, maar vooral een mooie avond waar mensen veel steun uit halen. Het is een moment waarin verhalen en verdriet gedeeld worden. Soms met een koor of anders met passende muziek.

Samen het water op

Diverse keren zijn wij met onze gasten uit varen geweest op het IJsselmeer, de Waddenzee of op het binnenwater.

Dit is altijd weer een hoogtepunt. Onze gasten genieten dan zichtbaar van dit uitje. Je hoofd even lekker in de wind of zon en weer thuiskomen met de 'golven nog in je benen', maar bovenal met een voldaan gevoel.

Er is altijd wat te doen in het inloophuis

Samen zingen

Elke maandagmiddag gaan we samen zingen onder leiding van een dirigente. Zingen ontspant en doet je goed en je ontmoet nieuwe mensen. Het repertoire is heel divers en wordt door de groep zelf bepaald.

Kun je niet zingen? Geen probleem, dan wordt het je geleerd. Het gaat vooral om het samen zijn, samen zingen en plezier maken.

Kinderen (6-12 jaar)

Kinderen komen soms ongewild in een droevige situatie terecht. Dat kan zich o.a. uiten in verzet, zorgen, boosheid, of afzonderen. Allemaal logische reacties die aandacht verdienen.

Het inloophuis heeft een vrolijke gekleurde kinderruimte in het souterrain. Een teken- en rouwtherapeut helpt de kinderen om beter met hun emoties om te gaan.

Wandelen 'Stap voor Stap'

Elke dinsdagmorgen is er gelegenheid om te wandelen. Meestal door en rondom Medemblik. Er wordt rekening gehouden met de zwakste. Het gaat immers om het plezier.

Wandelen geeft een verbondenheid met je omgeving en de natuur, zodat je eventuele problemen even kan laten voor wat ze zijn. Na het wandelen is iedereen weer welkom in het Inloophuis waar de koffie klaar staat.

De mannen

Elke laatste vrijdagavond van de maand ontmoeten 'de mannen' elkaar in het inloophuis. Waarom alleen mannen zult u zich afvragen? Mannen verwerken zaken anders, moeten vaak ook sterk zijn (voor hun gevoel). Buiten het gesprek doen we ook leuke dingen, zo bezochten we een brouwerij, de technische ruimte van een schaatsbaan, kijken en bespraken wij een film en hadden wij een workshop Sushi maken.

Kom ook eens en beleef het mee!



Op pad met de zeewolf

Handige weblinks:

centrumlevensvragen.nl
meewering.nl
stichtinghulpvaardig.nl
omring.nl
hospicedignitas.nl

Veerkracht ondanks alles

Veel mensen beschikken over voldoende veerkracht en energie om zelfs nieuwe hobby's of een cursus op te pakken. Dat is natuurlijk heel goed!

Ziek en ook nog eens eenzaam

Er zijn helaas ook mensen die door hun ziekte aan huis gekluisterd zijn, of die zich moeilijk kunnen voortbewegen. Deze patiënten zijn afhankelijk van anderen. Een uitje om even naar het inloophuis te mogen is dan heel waardevol. Kent u iemand, dan kunt u deze echt een groot plezier doen, door deze eens mee te nemen naar het inloophuis.



Onze wensboom in het inloophuis

Als je niet meer beter wordt

Palliatieve zorg: als genezen niet meer mogelijk is

Deze zorg wordt toegepast wanneer de patiënt niet meer kan genezen. Doel is om een patiënt een zo lang mogelijk leven met een goede kwaliteit van leven te geven. De eigen wensen en keuzes zijn dan belangrijk. Er wordt geprobeerd om ongemakken te voorkomen en klachten te verlichten. Palliatieve zorg kan, in tegenstelling tot terminale zorg nog lang duren (soms jaren).

Terminale zorg

Terminale zorg ontvangen patiënten die een levensverwachting hebben van drie maanden of minder. Bij deze vorm van zorg worden nare ziekteverschijnselen tegengegaan, zoals pijn, jeuk en/of benauwdheid. Ook wordt er steun geboden voor geestelijke klachten, zoals angst of depressiviteit. Verder worden maatregelen getroffen om de laatste levensfase zo goed mogelijk te laten verlopen. Wilt u weten wat mogelijk is? We praten u graag bij.

Wat kunnen wij voor u betekenen

Zolang u het wilt, blijven we aanspreekbaar. Ook voor uw familie, naasten en mantelzorger(s).

Opvang en begeleiding nabestaanden

Het Inloophuis biedt eenmaal per maand steun aan nabestaanden. Onze gasten zijn daarover heel tevreden. Samen kom je immers verder. 'Delen is helen' zegt een beroemd spreekwoord dan ook. Meer weten? info@inloophuismedemblik.nl

Oncologie patiënt? Surf dan eens naar de 'zorgwijzer van het Westfriesgasthuis'

Eten voor alleenstaanden in het inloophuis

Eenmaal per maand is er 'eten voor alleenstaanden'. Voor een klein bedrag mag u dan mee-eten en krijg u ook nog wat te drinken. Het diner start om 17:00 uur. Het eten wordt bereid door vrijwilligers. Bekijk de agenda van het inloophuis voor meer informatie. N.B. Tijdig reserveren is wel verplicht: info@inloophuismedemblik.nl

Centre of excellence

De 'hoofddealer' voor uw ziekte. Sommige ziekten vragen een hoge mate van specialisatie, m.a.w. ziekenhuizen en artsen die specifiek met uw ziekte bezig zijn. Een voorbeeld is b.v het Antoni van Leeuwenhoek ziekenhuis voor kanker. Bent u onzeker over uw behandeling? Vraag dan naar de mogelijkheden.

Vertrouwensrelatie met je arts

Wederzijds respect is belangrijk. 'Wie goed doet, goed ontmoet' Bedenk dat veel artsen onder hoogspanning werken. Dat wil niet zeggen dat u alles maar moet accepteren. Vragen staat vrij, dus maak daar gebruik van!

Langere tijd naar het ziekenhuis

Als patiënt moet je soms voor langere tijd naar het ziekenhuis. Soms zelfs meerdere keren per week. Ziekenhuizen doen er alles aan om het u naar de zin te maken. Soms lukt dat bijzonder goed, zoals hieronder te zien is



VU behandelcentrum Amsterdam, prima verzorgd



Inloophuizen en Psycho-oncologische centra
Samenwerking en Ondersteuning

Handig om te weten

Een inloophuis vervangt niet uw arts

Voor medische adviezen moet u altijd bij uw huisarts of specialist zijn. Mocht u er niet uitkomen, dan denken we even met u mee. Hoe pakt u het aan? Welke stappen kunt u nog zetten? Waar liggen nog kansen? Maar ook 'hoe kom ik daar evt. voor in aanmerking?' We lopen dus een stukje met u mee.

TIPS: Hoe bereid ik mij voor op een bezoek aan mijn arts of specialist?

- Bedenk van te voren wat u wilt vragen. Beter schrijf het op;
- Schrijf ook tijdens uw bezoek (opnemen mag ook);
- Stuur uw vragen op voordat u op bezoek gaat bij uw arts;
- Belangrijke uitslag? Neem altijd iemand mee;
- Ziekenhuis? Vraag altijd: Wie is mijn hoofdbehandelaar? (naam);
- Vraag een telefoonnummer en een e-mailadres (voor als er wat is);
- U kunt uw vraag ook neerleggen bij de secretaresse van uw arts;
- Een second opinion kan meer duidelijkheid geven;
- Niet tevreden over uw arts? Kies dan voor een nieuwe behandelaar;
- Ook uw verzekeraar kan u goed op weg helpen;
- Lees goed van tevoren waarvoor u verzekerd bent;
- Wees eerlijk en vertel welke medicijnen u nog meer gebruikt!;
- Vermeld altijd als u alternatieve medicatie en middelen gebruikt;
- Denk niet 'dat snapt de arts ook wel'. Wees duidelijk en compleet;
- Internet? Let op recente datums en betrouwbare informatie;
- Alternatieven aangeboden? Google dan even sceptisch ;
- Twijfelt u over een behandeling? Praat er dan over met uw arts;
- Denkt u meer tijd nodig te hebben? Vraag van te voren om meer tijd

Clinical Trail? 'Ik laat me niet gebruiken als proefkonijn'!

Dat is gelukkig niet waar. Vaak krijgt u zelfs meer aandacht. U mag ook altijd stoppen zonder een reden op te geven. U krijgt dan de standaardbehandeling. Vraag wel welke fase u krijgt. Hoe hoger de fase, des te meer al bekend is over het resultaat.

Handige weblinks:

Alsjenietmeerbeterwordt.nl
Ambulancewens.nl
hospicehoorn.nl
lotgenoot.nl
broederzielalleen.nl
Rondomkanker.nl

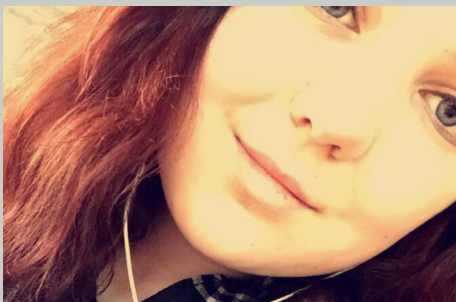
Hoop doet leven, Stay Strong

Een mooi, gewoon en gelukkig gezin. Vader, moeder en twee kinderen: Kylian en Dalisay, totdat in december 2014 de vreselijke ziekte anorexia in het leven van de mooie, lieve en talentvolle dochter Dalisay kwam. Daarmee kwam ook de anorexia in hun gezin. Later werd Dalisay ook depressief en suïcidaal en werd de strijd voor haar steeds moeilijker.

Een lange strijd, waarbij Dalisay uiteindelijk de hoop en de vechtlust verloor en een eind maakte aan haar leven.

In de laatste momenten dat ze als gezin bij elkaar waren, hebben ze door de mooie woorden van haar broer Kylian, besloten om haar kracht te gebruiken om hier sterker uit te komen. Om ervoor te zorgen dat ze nooit meer vergeten zal worden. Samen maken ze haar droom tot werkelijkheid

Op 30 oktober 2017, de dag dat Dalisay 16 jaar zou zijn geworden, is de Stichting Dalisay Recovery door hen opgericht.



Dalisay de Boer -Slachtoffer Anorexia

Ook bij ons in het inloophuis

Huren? Onze ruimte is ook te huur.

Inloophuis Medemblik biedt ook onderdak aan andere organisaties. U mag onze ruimte ook huren als deze beschikbaar is (niet voor feestjes).
www.inloophuismedemblik.nl/huren



GGZ-NH Op weg naar herstel

De GGZ verzorgt bij ons in huis het programma 'Op weg naar herstel' Voor programma en openingstijden:
<https://www.ggz-nhn.nl>



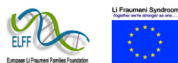
Stichting 'Dalisay Recovery'

De stichting organiseert bijeenkomsten voor mensen met een eetstoornis. Maar ook voor de ouders, broer(s), zus(sen), opa, oma's en belangstellenden. Leven met een eetstoornis is niet gemakkelijk. Maar er is hoop! alisay Recovery informeert, inspireert en verbindt.
www.dalisayrecovery.nl



EETEAM-NH

EETEAM is ontstaan uit Dalisay Recovery. Doel is om zorgorganisaties, scholen, behandelaars, verpleegkundigen gemeenten en organisaties voor eetstoornissen beter te laten samenwerken. Een sociale kaart is daar een onderdeel van.
www.eeteam.nl



European Li Fraumeni Families Foundation (ELFF) Stichting Belangengroep Li Fraumeni Families.(BLF)

Een erfelijke aandoening die kanker veroorzaakt. Helaas ook op zeer jonge leeftijd. www.lifraumeni.nl en www.lifraumeni.eu



Rndom Kanker-Stichting Diagnose Kanker (SDK)

Sinds 2000 een steunpunt voor kankerpatiënten en hun naasten
www.rndomkanker.nl. Voor lotgenoten: www.lotgenoot.nl

