

NIEUWSBRIEF



ROUWZORG KANAALZONE

rouwzorg-kanaalzone@outlook.com

06 20830968

*Persoonlijke rouwbegeleiding
Laagdrempelige en algemene rouwzorg*

ROUWZORG KANAALZONE

*Rouwzorg Kanaalzone staat voor een
laagdrempelige en kwalitatief hoge
rouwbegeleiding voor (jong) volwassenen.*

AANMELDEN (GROEPS)ROUWZORG

START SEPTEMBER 2017

U kunt zich weer aanmelden voor de nieuwe rouwzorggroep. Het is een gesloten groep. Dat betekent dat men zich inschrijft voor de volledige reeks bijeenkomsten en dat na de start er geen nieuwe mensen bijkomen. De afspraak wordt gemaakt dat wat binnen deze groep besproken wordt, ook daar zal blijven. Wij hechten aan deze privacy. Na aanmelding wordt u gebeld en maakt één van de begeleiders van de rouwgroep een afspraak met u voor een intakegesprek.

Uiteraard kunt u zich ook aanmelden voor één op één rouwzorg.

ALLEEN WITTE BLOEMEN

Auteur: Jessie de Caluwe

Boek en CD

Jessie de Caluwe selecteerde 27 gedichten over afscheid nemen. Eenvoudige, mooie en herkenbare kunstwerkjes van o.a. Annie M.G. Schmidt en Hugo Claus voeren de luisteraar zachtjes mee. Zoals bij de poëzievoorstellingen van Jessie de Caluwe speelt muziek ook op deze CD een belangrijke rol. Samen met Philippe de Chaffoy vertolkt ze de diepe gevoelens van verdriet, troost en hoop.

Aanmelding voor de rouwzorg:

Ingrid Wojtal

rouwzorg-kanaalzone@outlook.com

Tel.: 0115 618915

Mobiel: 06 20830968



STICHTING HET STEUNPUNT TERNEUZEN

Doelgroep:

*(ex)kankerpatiënten, chronisch zieken
en hun naasten*

hetsteunpunt@outlook.com

www.hetsteunpuntterneuzen.wordpress.com

tel. 06 20830968

kvk: 22065049

STEM OP HET STEUNPUNT BIJ DE RABO CLUBKASCAMPAGNE

AGENDA MAART

- | | |
|----------|---------------------------------|
| 1 maart | kaartjes maken (TS) |
| 1 maart | meditatie (de Blide) |
| 3 maart | infotafel bibliotheek Terneuzen |
| 6 maart | creatief met pastel (TS) |
| 7 maart | brei-en haakcafé (Brasserie TS) |
| 8 maart | tekenen (TS) |
| 8 maart | meditatie (de Blide) |
| 9 maart | CREAtijd (Rivierenhuis) |
| 10 maart | infotafel bibliotheek Terneuzen |
| 13 maart | cryptogram oplossen (TS) |
| 15 maart | meditatie (de Blide) |
| 15 maart | activiteiten Steunpunt |

HET KADER " WEEK VAN DE ZORG EN WELZIJN" Brasserie Ter Schorre

- | | |
|------------------|--|
| 16 maart | zingen (Zeemeeuw) |
| 17 maart | infotafel bibliotheek Terneuzen |
| 20 maart | cryptogram oplossen (TS) |
| 21 maart | brei- en haakcafé (Brasserie TS) |
| 22 maart | tekenen |
| 22 maart | meditatie (de Blide) |
| 24 maart | infotafel bibliotheek Terneuzen |
| 27 maart | quiltten (TS) |
| 29 maart | kaartjes maken * |
| 1 APRIL | WELZIJNSMARKT (Kameleon) |
| 5 april | tekenen* |
| 12 april | paasstukjes maken |
| 18 april | contactavond |
| | (ex)prostaat kankerpatiënten (TS) |
| 26 april | tekenen* |
| TS = Ter Schorre | |
| *gewijzigde data | |

WELZIJNSMARKT

De welzijnsmarkt wordt dit jaar georganiseerd op 1 APRIL, bij de Kameleon, Dokweg Terneuzen. We hebben een gevarieerd aanbod tijdens deze markt: informatievoorziening, mindfuldansen, gratis workshops, zang, beauty, bloemen, magneetsieraden, betaalbare cadeautjes of hebbedingetjes, verloting, rommelmarkt enz. We maken er samen met u een gezellige dag van!!
Heeft u voor ons spullen voor de rommelmarkt of prijsjes voor de verloting, optreden deze dag enz. dan kunt u contact opnemen met Ingrid Wojtal ingridwojtal@hotmail.com of tel. 06 20830968

RIDE FOR THE ROSES 11 JUNI 2017

Onder het motto "VELE HANDEN MAKEN LICHT WERK" kunt u zich als vrijwilliger aanmelden bij Ingrid Wojtal@outlook.com

BOEKENNIEUWS

ZORGVERHALEN

De eerste verhalenbundel met de 54 best gelezen zorgverhalen is uit! Pure, prachtige, ontroerende en soms hartverscheurende verhalen geschreven door de zorgverlener zelf. Bestel hem nu voor €14,95!

We zijn nog steeds op zoek naar verhalenschrijvers! Werk je in de zorg en lijkt het je leuk om zorgverhalen te schrijven? Mail je verhaal naar redactie@vrijheidinzorg.nl en wie weet lezen onze duizenden volgers op social media en de website binnenkort jouw verhaal!

VEERKRACHT: BEWEGEN NAAR VERMOGEN

Voor aanmelding en informatie kunt u terecht bij Roselieke Faasse, 0115-613398 of Eldina Steenbakker, 0115-481633.
veerkracht1@hotmail.com

THEMA'S BORSTKANKERVERENIGING NEDERLAND AFD. ZEEUWS VLAANDEREN

Huidverzorging- en make-up tips

Verwendag voor borstkankerpatiënten tot 6 jaar na de diagnose

Zaterdag 11 maart 2016 van 12.30u tot 15.00u.

Bij Angelique Beautycare,
Vliegende Vaart 5, 4537 DH Terneuzen

Modeshow en Ladies Night

Maandag 10 april om 19u30' in de bibliotheek

Oostkant 1, 4531 HA Terneuzen te Terneuzen.

Modeshow i.s.m. meerdere modezaken, waaronder Erika Bodyfashion uit Axel en diverse stands.

Verwenmiddag

Vrijdag 21 april van 13u30' tot 16u in de kerkzaal van ziekenhuis de Honte te Terneuzen.

Deze verwenmiddag is bedoeld voor patiënten tot 3 jaar na de diagnose of tijdens behandelingen. Nieuwe patiënten hebben voorrang op patiënten die al eens deelgenomen hebben.

U bent van harte welkom op deze dagen, al deze activiteiten zijn gratis.

Gelieve vooraf te reserveren!

Monika Crosiers – Maes

Papegeulestraat 2,

4551 HZ Sas van Gent

0115 451981

terneuzen@borstkanker.nl

15 MAART: ZORGMARKT

Tijdens de verkiezingsdag op 15 maart, organiseert Brasserie Ter Schorre een Zorgmarkt die ingevuld wordt door Het Steunpunt. Van 10u tot 13u wordt er een miniworkshop gegeven door Matty de Jager van Creatijd en van 13u tot 16u kunt u kaartjes maken met Saar Faas en Christine v. Doorn. U kunt kennis maken met het "brei-en haakcafé", workshop bloemschikken met kleine bloemstukjes door Annick De Nooze, rouwzorg Kanaalzone en de andere activiteiten van het Steunpunt. Wij hopen u daar te ontmoeten.

PRH PERSOONLIJKHEID EN RELATIES VOOR CURSUSSEN, WORKSHOPS, LEZINGEN EN COACHING

www.prh-nederland.nl of

jacqueline.hermans@prh-nederland.nl

tel. 0115 697300

Je innerlijke drive ontdekken

Actief inspelen op de stroom van leven in mezelf
In deze cursus ga je op zoek naar je diepe innerlijke 'drive' om te leven. In voeling komen met deze kracht zet je op een andere manier in het leven. Hoe meer je je met die drive verbindt, hoe meer je je leven kunt sturen in de richting van 'waar maken' wie je bent en wat je aan mogelijkheden in je draagt. Deze cursus leert je dit te doen. Er wordt o.a. gewerkt met inspirerende teksten.

Dinsdag 4, 11 en 18 april – van 19u tot 22u15 –
Cursusbegeleider Jacqueline Hermans - Plaats: BS De Twijn, Terneuzen

**Tijdens de welzijnsmarkt op 1 april geeft
Jacqueline Hermans een workshop met de titel:
Kiezen is kinderspel....toch?**

WORKSHOP KOKEN 27 MAART



Tijdens de workshop koken van maart wordt er Lasagna met spinazie en zalm bereid en als dessert, zelfgemaakte caramelvla. Deelname 8 euro. Na afloop wordt er in gezamenlijkheid gegeten.

Locatie ZeldenrustSteelantCollege, Sloelaan

Terneuzen. Aanwezig: 16.45u. start 17u stipt.

Aanmelding: hetsteunpuntterneuzen@hotmail.com

Tel. 06 20830968

LONGPUNT ZEELAND

Onderstaand het programma in Zeeuws Vlaanderen van het Longpunt Zeeland:

Het programma is onder voorbehoud en er wordt u met klem verzocht tijdens deze bijeenkomst geen geurtjes te gebruiken. Longpunt Terneuzen:

Ter Schorre, Bachlaan 90 Terneuzen

9 mei: Speeddaten met zorgverleners

Tijd: 14u tot 16u (zaal is om 13.30u open)

Meer informatie kunt u krijgen via de website:

<http://zeeland.longfonds.nl> of

zeeland@longpunt.longfonds.nl

Voor vragen en of opmerkingen over het Longpunt kunt u contact opnemen met

Els Davidse coördinator Longpunt Zeeland,

tel. 06 10764857 of e-mail: elsdavidse@gmail.com

MEDITATIE BIJ HET STEUNPUNT

'Meditatie is een training van de geest, kijken wat er gebeurt'.

En waarvoor? Dat is zelf in te vullen, de essentie is : zien wat er gebeurt, hoe het voelt, meer niet. Aanwezig zijn in het moment zonder er mee bezig te zijn. Je kan het nooit fout doen ook al word je honderd keer afgeleid. Het is geen competitie... maar gaat om de intentie, het kan niet elke keer goed zijn. Meditatie is geen ontspanningsoefening maar kan tot ontspanning leiden.

welkom vanaf 17:00 voor de thee.

De meditatie start om 17: 30 tot 18:30 in:

De Blide

Alberdingk Thymstraat 1

4532 GZ Terneuzen

De volgende meditatie dagen:

iedereen die graag wil mediteren is welkom.

Maart: 1-8--15-29.

April: 12-19-26.

Mei: 3- 10.

€30 voor de hele reeks of €5 voor een éénmalige deelname. De bijdrage is voor de werking van **'Het Steunpunt' centrum voor (ex) kankerpatiënten en mensen met een chronisch ziektebeeld.**

Ann: 06/ 30835942

Ann Mary en Wil.

CONTINUÏTEITSHUISBEZOEKEN

In Zeeuws-Vlaanderen worden de continuïteitshuisbezoeken door vier wijkverpleegkundigen gedaan. De huisbezoeken zijn bedoeld voor ALLE mensen die in aanraking komen met kanker. De drie huisbezoeken en/of telefonische contacten worden afgestemd op de behoeften van de cliënt. De één zal aan meer contacten behoefte hebben dan de ander. Via diverse manieren kunnen wij ingeschakeld worden of zijn wij te bereiken. Vanuit het ziekenhuis:

dit kan op de poli maar ook via de afdeling of de dagbehandeling.

Via de huisarts.

Door de cliënt zelf kunnen wij ook ingeschakeld worden.

Het gebied is als volgt onderverdeeld:

Biervliet, Axel zuid, Westdorpe, Zuiddorpe en een deel van Terneuzen : Saskia de Smit

Zeeuws Vlaanderen oost, Koewacht en Zaamslag

(Axel noord): Michelle Eijssackers

Zeeuws Vlaanderen west: Nel Terhaag.

Hoek, Philippine, Sluis en Sas van Gent, deel van

Terneuzen: Ineke de Prenter

Wij werken allemaal mee in de zorg aan bed in thuissituaties.

We zijn te bereiken via het centrale nummer van de thuiszorg:

gemeente Terneuzen: 0115-674500

gemeente Sluis/Oostburg: 0117-456500

gemeente Hulst: 0114-383500

**KIKA: Nelleke Joesse – neljos@zeelandnet.nl
0117 386244**

INBALANS ZAAMSLAG

SensiPlus-therapie en coaching
www.inbalans-zaamslag.nl

Rosita van Geersdaele

Veerstraat 15

4543 BG Zaamslag

0115-431096

rvgeersdaele@zeelandnet.nl

ONCOLOGISCHE REVALIDATIE

.....REVALIDEREN BIJ KANKER

Oncologische revalidatie:

U traint onder begeleiding van een oncologisch geschoolde fysiotherapeut.

Heeft u klachten of wilt u klachten voorkomen dan is revalidatie zinvol. Zowel tijdens de behandeling als daarna. Ook als u niet meer kunt genezen, heeft revalidatie zin.

U kunt individueel of in een groep samen met lotgenoten revalideren.

Revalidatie kan ervoor zorgen dat u zo weinig mogelijk last heeft van de behandeling van kanker.

Na de behandeling kunt u in speciale revalidatieprogramma's werken aan uw herstel: Herstel & Balans (www.herstelenbalans.nl)

Individuele revalidatie. De revalidatie is er op gericht om klachten te voorkomen of te verminderen.

Vóór de revalidatie wordt uw beginsituatie in kaart gebracht door middel van een vraaggesprek en het invullen van enkele vragenlijsten, inspanningstesten en spierkrachttesten. Zo kan een programma voor u op maat worden gemaakt.

Om in aanmerking te komen voor vergoeding van oncologische revalidatie hebt u een verwijfsbrief nodig van uw specialist of huisarts.

Kijk in uw aanvullende polis hoe u verzekerd bent voor fysiotherapie of voor Herstel en Balans.

Voor meer informatie kunt u terecht bij Yolanda van Esbroek (oncologie fysiotherapeut) Fysio-fit Stams Terneuzen tel. 0115 620530

VOKK (VER. OUDERS KINDEREN MET KANKER)

Veel ouders ervaren contact met lotgenoten als een belangrijke steun. Het praten over eigen ervaringen met mensen die begrijpen wat je bedoelt, het delen van gevoelens die anderen ook hebben.

Freddy de Burger: tel. 0114 310435, e-mail:

fredeburger@hotmail.com

ACTIVITEITEN VAN HET STEUNPUNT

Creatief met pastel – 6 maart

Elke eerste maandag CREATIEF MET PASTEL.

Van: 14.00 – 15.30 uur, Vivaldizaal Ter Schorre.

Kosten € 4 Onder leiding van Loes Minneboo, met ondersteuning van Ineke Sijbinga

Informatie en aanmelding: tel. 0115 694035

jsijbinga@kpnplanet.nl

Kaartjes maken – 1 maart en 29 maart

Elke eerste woensdag kaartjes maken o.l.v. Saar den Dekker, ondersteuning Christine van Doorn. Locatie Ter Schorre Vivaldizaal, Deelname € 2,50 incl. materiaal. Tijdstip 14u – 15.30u. Aanmelden: hackri@zeelandnet.nl of saarfaas@zeelandnet.nl Tel. 0115 618063

Cryptogrammen oplossen 13 en 20 maart

Van 14u tot 15.30u Deelname € 2 . Onder leiding van Nikki Vaas. Vivaldizaal Ter Schorre. Opgave: 06 20830968 hetsteunpunt@outlook.com

Brei-en haakcafé 7 en 21 maart

van 10u tot 11.30u kunt u terecht in “het brei-en haakcafé”.

De opzet is om gezellig samen te haken en te breien met een praatje en een bakje koffie.

Plaats: Brasserie Ter Schorre. Kosten: € 2,50 als je eigen materiaal meebrengt anders € 5,00 **Voor wie:** Beginners en gevorderden binnen de doelgroep. Voor meer informatie en/of aanmelden: Matty de Jager: makimo@zeelandnet.nl tel. 0115 620248

Tekenen 8 en 22 maart

Elke tweede en vierde woensdag van de maand onder leiding van Mieke Neyt en Christine van Doorn. Van: 14.00 – 15.30u., Vivaldizaal Ter Schorre. € 4 incl. materiaal. Vivaldizaal, Ter Schorre hackri@zeelandnet.nl of 0115 618063

Creatijd – 9 maart

Elke tweede donderdagochtend van de maand. Rivierenhuis, IJsselstraat 3, Terneuzen. O.l.v. Matty de Jager met ondersteuning van Magda Duysserink. Deelname 5 euro. Aanvang 10u. Aanmelden bij: makimo@zeelandnet.nl 0115 620248

Meditatie

1 – 8 – 15 – 29 maart, 12 – 19 – 26 april, 3 en 10 mei

Bij voldoende interesse wordt er op 10 mei een wandelmeditatie gegeven in het Braakmanbos. De meditatie reeks wordt begeleid door Ann Lanckriet vrijwilliger bij Het Steunpunt. Zij is een erkende Zen begeleidster van de Maha Karuna Ch'han traditie (website zie lokale groepen). Iedereen is welkom, beginners en gevorderden. Locatie: de Blide Terneuzen € 30 voor de hele sessie, € 5 per keer. Voor meer informatie of aanmelden: annlanckriet@zeelandnet.nl of 06 30835942 Inloop vanaf 17u. De meditatie start stipt om 17.30u. tot 18.30u.

Algemene begeleiding en ondersteuning, tevens rouwzorg

Freddy de Burger: 0114 310435 freddeburger@hotmail.com

Smartlap zingen – 16 en 30 maart

De nadruk van het samen zingen ligt op gezelligheid en saamhorigheid. Kom de sfeer eens proeven en zing vrijblijvend eens met ons mee. Locatie buurthuis de Zeemeeuw, Schubertshof Terneuzen. Tijdstip van 19u tot 21u. Onder leiding van Walter Dobbelaar (accordeon) Deelname 2 euro (incl. koffie)

Workshop quilten/patchwork: 27 maart

Elke vierde maandag van 14u. tot 15.30u. o.l.v. Willeke van Toorn met ondersteuning van Mena Martens- de Jonge. Locatie Ter Schorre Vivaldizaal. Deelname € 5 incl. materiaal. Aanmelden: hetsteunpunt@outlook.com tel. 06 20830968

STOMACONTACTDAGEN

De stomacontactmiddagen zijn bedoeld voor stomadragers en hun naasten voor een informeel samenzijn. Door het (lotgenoten)contact kunnen onderling tips worden uitgewisseld.

Aanvang: 13.30u-15.30u, Rivierenhuis, Terneuzen IJsselstraat 3. Vrij toegang

O.l.v.: Yvonne Dijkstra, Dinie Meertens, Marije van der Zanden

Info: 06 20830968 of hetsteunpunt@outlook.com

Stomacontactmiddagen in 2017:

18 mei en 18 oktober

WORKSHOP KOKEN:

Op wereldreis in de keuken: 27 maart en 26 juni

Er wordt gekookt met verse ingrediënten en na afloop wordt er samen gegeten. o.l.v. Iris Martina Aanvang: 17u. tot ca. 19.30u. Deelname: 8 euro p.p.

Locatie: ZeldenrustSteelantCollege

Aanmelden: hetsteunpunt@outlook.com

Tel. 06 20830968

Bezorging Nieuwsbrief Koewacht

Willy de Vliegheer

Bezorging Nieuwsbrief Sas van Gent

Dhr. C. Henderikx

Bezorging Nieuwsbrief Terneuzen

Mary Allaart

Bezorging Nieuwsbrief op locatie

Marije v.d. Zanden

Bezorging Nieuwsbrief Axel

Anjo de Kort

Bezorging Nieuwsbrief Biervliet en Hoek

Mevr. G. Kliem

Bezorging Nieuwsbrief Zaamslag

Mevr. J. Franse

Bezorging Nieuwsbrief Philippine

Matty de Jager

Advisering re-integratie en eventuele financiële consequenties bij ziekte

Samen met u bekijken wij wat wij voor u kunnen betekenen.

Indien nodig helpen wij u bij het maken van plannen, of het opstellen van doelen, ondersteunen wij u in de contacten met het UWV, bedrijfsarts, werkgever, uitgaande van uw eigen regie en mogelijkheden. 06 20830968 of hetsteunpunt@outlook.com