

NIEUWSBRIEF

Nr. 1 – 2018

hetsteunpunterneuzen@hotmail.com
www.hetsteunpunterneuzen.wordpress.com
tel. 06 20830968 - kvk: 22065049 – ANBI
bankrek. NL32 RABO 0114 8871 52



JANUARI 2018

3 januari	kaartjes maken (TS)
6 januari	informatiepunt Bibliotheek Terneuzen
8 januari	creatief met pastel (TS)
9 januari	brei- en haakcafé
10 januari	tekenen
12 januari	informatiepunt Bibliotheek Terneuzen
15 januari	cryptogram oplossen (TS)
17 januari	Diamond Painting (TS) NIEUW
18 januari	CREAtijd (Rivierenhuis)
19 januari	informatiepunt Bibliotheek Terneuzen
22 januari	cryptogram oplossen (TS)
23 januari	brei-en haakcafé (TS)
24 januari	tekenen (TS)
26 januari	informatiepunt Bibliotheek Terneuzen
29 januari	quiltten (TS)

TS = Ter Schorre

INFORMATIEPUNT BIBLIOTHEEK

Op vrijdagmiddag kunt u terecht bij het informatiepunt van het Steunpunt in de Bibliotheek Terneuzen van 13.15u tot 16u. voor vragen, aanmelden activiteiten of een praatje.

INFORMATIE ROUWZORG-KANAALZONE (zie achterzijde nieuwsbrief)

STOMA THEMAMIDDAG 7 maart 2018

Stomazorg in de thuiszorg

In voorbereiding is de themamiddag rondom stomazorg in de thuiszorg. Er leven bij stomadragers vragen als zij vanuit het ziekenhuis thuiskomen, maar ook bij de verzorgenden en/of verpleegkundigen. Bijvoorbeeld wat de belangrijkste signalen zijn die je moet oppikken bij het verzorgen van een stomadrager. Ook of de voeding of het gebruik van medicijnen een rol speelt.

In de volgende nieuwsbrief volgen meer bijzonderheden over deze middag. De locatie is het Rivierenhuis, IJsselstraat 3 in Terneuzen. Inloop vanaf 13.30u.



STICHTING HET STEUNPUNT TERNEUZEN

Doelgroep:(ex)kankerpatiënten, chronisch zieken
en hun naasten

**Wij wensen je een jaar vol vreugde
en zonschijn
Een jaar waarin verdriet en zorgen
twee vreemden zijn.
Een jaar waarin vrienden komen
en nooit gaan
En waarin geen plaats is voor een
traan!**

**Wij wensen je een mooi en
gelukkig 2018!**

Bestuur en team "het Steunpunt"



WELZIJNSMARKT HET STEUNPUNT

23 Maart 2019

**Prijsjes voor de verloting en spullen voor
de rommelmarkt zijn welkom!**

BOEKENNIEUWS

Titel: Pijn is persoonlijk
Auteur: Marleen Schefferlie

Eén op de vijf volwassenen in Nederland en Vlaanderen lijdt aan chronische pijn. Dat kan fibromyalgie zijn, maar ook hoofd-, rug-of gewrichtspijn. De pijn heeft ingrijpende gevolgen voor alle facetten van hun bestaan. Toch is pijn nog steeds een taboe. Maatschappelijke erkenning blijft uit, en patiënten verbergen hun pijn, om niet als klagers of zeurpieten te worden weggezet. In "Pijn is persoonlijk" beschrijft Marleen Schefferlie haar eigen pijn-cv en volgen we haar in therapie sessies. Ook interviewt ze elf lotgenoten, om samen met hen deze aandoening een stem te geven. Hun ervaringen staan centraal: de pijngeschiedenis, de behandelingen en de levensfilosofie die hen op de been houdt. Het zijn persoonlijke verhalen vol levenswijsheid en kracht.

MINDFUL DANSEN MET UNNA BERG

Malpertuus, Malpertuuslaan 6, Clinge

20 januari – 17 februari – 17 maart – 14 april

26 mei - 16 juni

Van 10u tot 12u

De Warande, Wilhelminastraat 43, St. Jansteen

29 januari – 26 februari – 26 maart – 23 april

28 mei - 25 juni

Van 19.30u tot 21.30u

Gregorius Centrum, Walstraat 33, Axel

12 januari – 9 februari – 9 maart – 6 april – 18 mei

8 juni. Van 13.30u tot 15.30u

Aanmelden: unna.berg@gmail.com

BORSTKANKERVERENIGING NEDERLAND

AFD. ZEEUWS VLAANDEREN

Programma 2018

Vrijdag 12 jan. 2018 van 14u tot 16u

Nieuwjaarsbijeenkomst, Kerkzaal ZorgSaam
Ziekenhuis Terneuzen.

Vrijdag 23 februari 2018 van 14u tot 16u

Borstreconstructie voor en door lotgenoten.

Kerkzaal, ZorgSaam ziekenhuis Terneuzen.

Zaterdag 10 maart 2018 van 12.30u tot 15u

Huidverzorging-en make-up tips en verwennen.

Angelique Beautycare, Vliegende Vaart 5, Terneuzen.

Monika Crosiers – Maes

Papegeulestraat 2,

4551 HZ Sas van Gent

0115 451981

terneuzen@borstkanker.nl

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

KRACHTIG JEZELF ZIJN

Naar een meer harmonisch en evenwichtig leven

Wil je jezelf beter leren kennen? Wil je jezelf en
anderen beter begrijpen? Wil je meer evenwicht in je
leven?

In deze cursus staan we stil bij verschillende aspecten
van je persoon: je verstand, je gevoel, je lichaam, je
capaciteiten....

Je leert die aspecten beter op elkaar afstemmen, om
zo meer te kunnen zijn wie je echt bent.

Dinsdag 20 en 27 februari en 6 maart 2018

Van 19u tot 22u in Terneuzen

informatie:

www.prh-nederland.nl of

jacqueline.hermans@prh-nederland.nl

tel. 0115 697300

ZON (ZEEUWS VLAAMS ONCOLOGIENETWERK)

Wilt u een afspraak maken of wenst u meer informatie,
dan kunt u contact opnemen met:

Yolanda van Esbroek

Bereikbaar via Fysio-Fit Stams Terneuzen

0115 620530 of www.zvl-oncologienetwerk.nl

CONTINUÏTEITSHUISBEZOEKEN

In Zeeuws-Vlaanderen worden de
continuïteitshuisbezoeken door vier
wijkverpleegkundigen gedaan. De huisbezoeken zijn
bedoeld voor ALLE mensen die in aanraking komen
met kanker.

Saskia de Smit, Michelle Eijsackers, Nel Terhaag en
Ineke de Prenter werken allemaal mee in de zorg aan
bed in thuissituaties. Zij 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 Joosse – neljos@zeelandnet.nl
0117 386244**

VEERKRACHT “bewegen naar vermogen”

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

veerkracht1@hotmail.com

INBALANS ZAAMSLAG

SensiPlus-therapie en coaching

www.inbalans-zaamslag.nl

Rosita van Geersdaele -Veerstraat 15

4543 BG Zaamslag - 0115-431096

rvgeersdaele@zeelandnet.nl

VOKK (Ver. Ouders Kinderen met Kanker)

Veel ouders ervaren contact met lotgenoten als een
belangrijke steun.

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

freddeburger@hotmail.com

OPNEMEN GESPREK MET UW DOKTER

Iedereen kent wel het moment dat je weer thuis bent
en niet zeker meer weet wat de arts heeft gezegd. Het
meenemen van iemand kan helpen om dit te
voorkomen. Toch zijn er veel patiënten die gesprekken
met hun arts het liefst zelf doen en eigenlijk het
gesprek graag op willen nemen.

Kan dit zomaar?

De meeste artsen zijn dit (nog) niet gewend en stellen
vaak de vraag waarom die behoefte er is.

Een arts kan dit niet weigeren, maar kan wel vragen
aan u, het gesprek enkel voor privé doeleinden te
gebruiken en bijvoorbeeld niet te gaan delen op Social
Media.

Maar een arts kan dit ook zien als opstapje naar een
vervolggesprek.

Het kan ook andersom: huisartsen in opleiding
kunnen aan patiënten vragen of zij het consult voor
onderwijsdoeleinden mogen opnemen om hun
vaardigheden te oefenen. Het is de manier om terug te
horen wat precies de hulpvraag was en of de goede
vragen zijn gesteld. De meeste patiënten hebben hier
geen moeite mee. **Meer praktische tip leest u in de
zojuist verschenen handreiking:**

KNMG-handreiking Opnemen van gesprekken door
patiënten

BIJZONDERHEDEN ACTIVITEITEN HET STEUNPUNT

Creatief met pastel – 8 januari 2018

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: T. 0115 694035
isijbinga@kpnplanet.nl

Kaartjes maken – 3 januari 2018

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 j.dendekker1@telfort.nl
T. 0115 618063

Cryptogrammen oplossen 15 en 22 jan. 2018

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

Tekenen 10 en 24 jan. 2018

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 T. 0115 618063

Brei-en haakcafé: 9 en 23 januari, 6 en 20 februari, 6 en 20 maart, 10 en 24 april, 8 en 22 mei, 12 en 26 juni 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: Grand Café Ter Schorre. Kosten: €2,50 als je
eigen materiaal meebrengt anders €5,00. Voor
beginners en gevorderden binnen de doelgroep.
Voor meer informatie en/of aanmelden: Matty de
Jager: makimo@zeelandnet.nl T. 0115 620248

Creatijd: 18 januari – 8 februari – 8 maart 12 april – 17 mei - 14 juni

Bij deze activiteit wordt steeds een ander thema en
ander materiaal genomen. Dit maakt CREATijd
afwisselend en verrassend.
Elke tweede **donderdagochtend** van de maand.
Rivierenhuis, IJsselstraat 3, Terneuzen. O.l.v. Matty de
Jager met ondersteuning van Magda Duysserincq.
Deelname 5 euro. Aanvang 10u. Aanmelden bij:
makimo@zeelandnet.nl T. 0115 620248

Diamond Painting – 17 januari 2018

Elke derde woensdag o.l.v. Jessica Rokks met
ondersteuning van Hannie Compriet.
Van 14u tot 16u , Vivaldizaal Ter Schorre
Je kunt de pakketten zelf aanschaffen of via ons. Bij
aanmelding verstrekken wij dan een lijst met
mogelijkheden, variaties en de verschillende
prijsklassen. We werken samen aan de Diamond
Painting, waar gezelligheid en plezier voorop staat.
Deelname €2,50 incl. koffie/thee.
Aanmelden: hetsteunpunterneuzen@hotmail.com
T. 06 20830968

**Zingen (nederlandstalig) – 18 januari –
15 februari – 15 maart – 19 april – 17 mei – 21 juni**
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: 29 januari 2018

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:
hetsteunpunterneuzen@hotmail.com t. 06 20830968

STOMACONTACTMIDDAG 2018

**In 2018 worden twee stomacontactmiddagen
georganiseerd waaraan een thema verbonden
zal worden. 7 Maart stomazorg in de thuiszorg,
3 oktober “stoma in het dagelijks leven”.**

Aanvang: 13.30u-15.30u, Rivierenhuis, Terneuzen
IJsselstraat 3. Vrij toegang
O.l.v.: Yvonne Dijkstra, Dinie Meertens,
Marije van der Zanden

Advisering re-integratie en eventuele financiële consequenties bij ziekte

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
hetsteunpunterneuzen@hotmail.com

Lotgenotencontact: Dinie Meertens

Algemene begeleiding en ondersteuning, tevens rouwzorg

Freddy de Burger: 0114 310435
deburgerf@gmail.com



Kerstbloemschikken december 2017



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

AANMELDEN GROEPSROUWZORG
Voorjaar 2018
of
Persoonlijke rouwbegeleiding

Emoties, eenzaamheid, behoefte om te praten met lotgenoten over het missen van een dierbare, zijn vaak redenen waarom men kiest voor een rouwzorggroep.

Wat kunt u verwachten?

Een serie van acht besloten bijeenkomsten van elk één dagdeel. Indien u zich aanmeldt, is het ook de bedoeling dat alle acht de bijeenkomsten bijgewoond worden.

De groepsgesprekken worden begeleid door deskundige rouwzorgteamleden. Zij geven u de handvatten die u nodig heeft om na verloop van tijd het leven weer op eigen kracht op te pakken.

Locatie: Rivierenhuis, IJsselstr. 3, Terneuzen.

Aanmelding voor de groepsrouwzorg:

rouwzorg-kanaalzone@outlook.com

t. 0115 618915 (Ingrid Wojtal)

Aan de groepsrouw of persoonlijke rouwbegeleiding zijn geen kosten verbonden.

hetsteunpuntterneuzen@hotmail.com

rouwzorg-kanaalzone@outlook.com

of 0115 618915

www.hetsteunpuntterneuzen.wordpress.com

VRIEND VAN

Voor € 36 wordt u vriend van het Steunpunt. Met dit bedrag kunt u ons werk ondersteunen. Voor bedrijven en organisaties die gerelateerd zijn aan onze doelgroep is het mogelijk voor dit bedrag een vermelding te krijgen in onze nieuwsbrief en onze website.

bankrek. NL32 RABO 0114 8871 52

tnv. Stichting het Steunpunt Terneuzen

DE MOOISTE ROOS

De mooiste roos die ik kon vinden
Heb ik op jouw plek gezet.
Telkens ga ik even kijken
En hij bloeide nog daarnet.
Zelfs al is het bijna winter
En het ook vannacht al vroom.
Als een bode van de zomer
Groeit hij sterk en stralend door

Als de stilte na jou heengaan
Bijna niet te dragen is.
Ga ik even naar de roos toe
En wij delen het gemis.
Later, als mijn tijd zal komen
Wil ik naast jou in de grond.
Onze roos zal stil getuigen
Van waar ik altijd vrede vond.



