

NIEUWSBRIEF

Nr. 4 – 2018

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

AGENDA



APRIL 2018

- | | |
|----------|--|
| 4 april | kaartjes maken (TS) |
| 4 april | start stemperiode Clubkascampagne |
| 5 april | Thema-avond "Levensvragen" |
| | Chopinzaal, Ter Schorre |
| 6 april | Informatiepunt Bibliotheek Teneuzen |
| 9 april | creatief met pastel (TS) |
| 10 april | brei en haakcafé, Grand Café TS |
| 11 april | tekenen (TS) |
| 12 april | CREAtijd, Rivierenhuis |
| 13 april | informatiepunt Bibliotheek Terneuzen |
| 16 april | cryptogram oplossen (TS) |
| 18 april | diamond painting (TS) |
| 19 april | zingen, de Zeemeeuw |
| 20 april | informatiepunt Bibliotheek Terneuzen |
| 23 april | cryptogram oplossen (TS) |
| 24 april | brei en haakcafé, Grand Café (TS) |
| 25 april | tekenen (TS) |
| 26 april | informatiepunt Bibliotheek Terneuzen |
| 30 april | quiltten (TS) |
| 26 mei | Voorjaarsmarkt Ter Schorre |
| | Grand Café |

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)

WELZIJNSMARKT HET STEUNPUNT 23 Maart 2019

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

Heeft u oude lakens? Ook die kunnen wij gebruiken om over de tafels de leggen.



STICHTING HET STEUNPUNT TERNEUZEN

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

STEM OP HET STEUNPUNT BIJ DE RABOBANK CLUBKASCAMPAGNE

4 t/m 16 april 2018

**Op deze makkelijke manier kunt u het
Steunpunt steunen. Uw 2 stemmen voor
ons zijn geld waard!!**



THEMA AVOND LEVENSVRAGEN

Op 5 april organiseert Stichting het Steunpunt een thema avond rondom het thema "Levensvragen."

Iedereen bereikt weleens een punt in het leven, waarbij men geconfronteerd wordt met leven of dood, een onzekere toekomst, de zin van het bestaan, relatie, gezondheid en geluk. Veelal is de aanleiding een ingrijpende gebeurtenis, maar ook eenzaamheid of ouderdom. Levensvragen hebben een breed bereik en kunnen ingrijpend zijn. Door de bezuinigingen en of tijdgebrek in de zorg zijn gesprekken hierover niet meer vanzelfsprekend en wordt er steeds minder aandacht gegeven aan dit aspect van de zorg. Veel mensen kunnen daardoor knel komen te zitten, wat uiteindelijk ook de gezondheid kan schaden. De maatschappij is ook oppervlakkiger geworden. Er wordt vaak gekeken naar wat mensen presteren en niet naar wie ze zijn. Er is veel bureaucratie en doorgeslagen regelgeving. Het mode woord van nu is eigen regie. Wat als je die regie verliest? Het "oplossen" van levensvragen bestaat vooral uit de tijd nemen voor iemands gedachten, luisteren en praten.

De gasten deze avond zijn Alet Veldhuis – ethicus en Marian Taalman, contextueel therapeut en geestelijk verzorger. Zij verzorgen een interessante en interactieve avond waarin erkenning en herkenning de sleutelwoorden zijn.

Locatie: Chopinzaal Ter Schorre

Aanvang : 19.30u

Aanmelding:

hetsteunpuntterneuzen@hotmail.com of

rouwzorg-kanaalzone@outlook.com

Voor meer informatie: T. 06 20830968

PAPA'S BLOED

“Nooit te ziek om te dromen”

Dennis Verweijen (1980) heeft tot zijn 35^e een vrij en onbezorgd bestaan. Sportief, leuke baan en een druk sociaal leven met Anke.

In mei 2015 staat zijn wereld op zijn kop als hij de diagnose acute leukemie krijgt. Samen viert het stel de kleine en grote momenten.

Met hun gezicht naar de zon gericht, ervaren ze ook intens hoe breekbaar hun geluk is. Dennis overlijdt op 19 september 2017. Papa's bloed beschrijft een jaar vol onzekerheid, verlangen, hoop en troost. “Pluk de dag” in de meest letterlijke betekenis.

Met de opbrengst van dit boek wordt Stichting Matchis gesteund. Een stichting die zich inzet om zo veel mogelijk stamceldonoren te werven.

www.papasbloed.nl

- Matchis is het Nederlands Centrum voor Stamceldonoren.

VAARKRACHT APRIL/MEI

Vaarkracht organiseert en faciliteert vaartochten voor mensen die leven met kanker. Deze vaartochten worden kosteloos aangeboden.

21 april Huizen. Opening vaarseizoen en Groepsvaartocht

28 april Maasbracht. Sportief zeilen in Valken (open zeilboten).

8 mei Spakenburg. Botters op Eemmeer

12 mei Weesp. Motorboten over de Vecht

Alle uitnodigingen staan op de website.

Zie <https://www.vaarkracht.nl/voor-wie/vaartochten-en-evenementenkalender-2018/>

Onze gasten en naasten kunnen zich voor de vaartochten via onderstaande website aanmelden.

<http://www.vaarkracht.nl/aanvraag-vaartocht/>

MINDFUL DANSEN MET UNNA BERG

Malpertuus, Malpertuuslaan 6, Clinge

14 april - 26 mei - 16 juni

Van 10u tot 12u

De Warande, Wilhelminastraat 43, St. Jansteen

23 april - 28 mei - 25 juni

Van 19.30u tot 21.30u

Gregorius Centrum, Walstraat 33, Axel

6 april – 18 mei - 8 juni.

Van 13.30u tot 15.30u

Aanmelden: unna.berg@gmail.com

LONGPUNT ZEELAND LOCATIE TERNEUZEN

23 oktober: Begrip, onbegrip en acceptatie

Psycholoog.

Wij verzoeken u met klem tijdens de bijeenkomst geen geurtjes te gebruiken.

De deelname is gratis! Meer informatie via

zeeland@longpunt.longfonds.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, Jilca d'Hert 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

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

WORKSHOP:

HULP VRAGEN DOE JE NIET. OF TOCH?

Hulp vragen is niet altijd evident. Vaak denken we dat we het allemaal zelf moeten kunnen oplossen. Toch zit het in onze natuur om ons te laten helpen. In deze workshop maak je kennis met een aantal hindernissen die maken dat je geen hulp vraagt. Je krijgt ook al een paar inzichten in hoe je het anders kunt aanpakken.

Donderdag 12 april 2018 van 19.30u tot 21.45u

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

VEERKRACHT “bewegen naar vermogen”

Voor aanmelding en informatie kunt u terecht bij

Roselieke Faasse, 0115-613398 of Eldina

Steenbakker, 0115-481633.

veerkracht1@hotmail.com

BORSTKANKERVERENIGING NEDERLAND AFD. ZEEUWS VLAANDEREN

VERWENMIDDAG 20 APRIL 2018

20 april een verwenmiddag voor borstkankerpatiënten die niet langer dan drie jaar geleden de diagnose kanker gekregen hebben. Deze middag vindt plaats in de Kerkzaal van ZorgSaam Ziekenhuis Terneuzen van 13.30u tot 16u.

Voor meer informatie:

Monika Crosiers – Maes, Papegeulestraat 2,

4551 HZ Sas van Gent. T. 0115 451981

terneuzen@borstkanker.nl

KIKA: Nelleke Joosse – 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

VOKK (Ver. Ouders Kinderen met Kanker)

Veel ouders ervaren contact met lotgenoten als een belangrijke steun.
Freddy de Burger: tel. 0114 -310435, e-mail:
deburgerf@gmail.com

BIJZONDERHEDEN ACTIVITEITEN HET STEUNPUNT

Creatief met pastel – 9 april 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 – 4 april 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 16 en 23 april 2018

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

Tekenen 11 en 25 april 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: 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: 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 Duysserincx.
Deelname 5 euro. Aanvang 10u. Aanmelden bij:
makimo@zeelandnet.nl T. 0115 620248

Diamond Painting – 18 april 2018

Elke derde woensdag o.l.v. Jessica Roks met
ondersteuning van Hannie Compier.
Van 14u tot 16u , Vivaldizaal Ter Schorre
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)

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, Schuberthof Terneuzen. Tijdstip van 19u
tot 21u. Onder leiding van Walter Dobbelaar
(accordeon) Deelname 2 euro (incl. koffie)

Workshop quilten/patchwork: 30 april 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

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.
hetsteunpunterneuzen@hotmail.com
T. 06 20830968

Begeleiding en ondersteuning:
Freddy de Burger deburgerf@gmail.com
T. 0114 310435

Lotgenotencontact: Dinie Meertens



ROUWZORG KANAALZONE

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

AANMELDEN GROEPSROUWZORG Najaar 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.

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

“ALS MIJN HART WEER SCHOMMELT”

Zeven jaar geleden ging Roos Franssen samen met haar zus Floor zwemmen in de Maas. Ze werden beiden overvaren door een speedboot. Roos overleefde het ongeluk, Floor werd pas dagen later gevonden. Een zware periode volgde. 'Je hoopt dat je wakker gemaakt wordt uit een nachtmerrie, maar het blijkt allemaal realiteit te zijn', zegt Roos terugkijkend. Ze schreef haar verdriet van zich af in de gedichtenbundel *Als mijn hart weer schommelt*.

28 Juli 2005 is de inktzwarte dag waarop de toen elfjarige Roos haar dertienjarige zus Floor verloor. Ze waren op bezoek bij een oom en tante die op een camping bij de rivier de Maas stonden. Met de hele familie hadden ze overdag een boottocht gemaakt en samen gegeten. Roos en Floor wilden die avond nog een laatste keer in de rivier zwemmen voordat ze naar huis zouden gaan. 'Achteraf het slechtste idee dat we hadden kunnen bedenken', zegt Roos.

'Die paar seconden, die donkere seconden, werden de ergste dagen van mijn leven. Hopend op het vinden van haar, hopend dat het niet echt zou zijn, dat het een nachtmerrie was. Maar de nachtmerrie was er niet, er was een dood meisje, 13 jaar, gevonden in de Maas.'

ZUSJES RAAK JE NIET KWIJT

Wij samen, door gedachten verbonden.
Wij samen, onafscheidelijk van elkaar.
Wij samen, levend in elkaars hart.
Wij samen, dat mis ik elke dag.
Wij samen, lachen, gieren, brullen.
Wij samen, ruzie en haat.
Wij samen, ik weet niet of dat nog bestaat.
Wij samen, dat mis ik elke dag.
Mijn wereld is leeg, leeg zonder jou om me heen.
Mijn wereld is leeg, leeg zonder een grote zus om je heen.
Mijn wereld is grijs en grijs, huilend bij de woorden dat ik van je hou.
Mijn wereld is eenzaam en alleen, zonder jou hier om me heen.
Wij samen, samen is niet alleen.
Wij samen, ik ben nooit alleen.
Wij samen, want jij leeft hier in mijn hart.
Wij samen, dat mis ik elke dag.

