



# **Activiteitenverslag 2022**



## Inhoudsopgave

Voorwoord

Overzicht reguliere activiteiten

Hoogtepunten 2022

- Look Good Feel Better
- Dance with your reflection
- Lentemarkt
- Weekend Delfgauw

2022 in beeld

**Stichting Inloophuis Rotterdam 'de Boei'**

A Weimansweg 70-72 • 3075 MP Rotterdam

T 010 – 215 28 55 M 06 24224286

W [www.inloophuisdeboei.nl](http://www.inloophuisdeboei.nl)

IBAN NL 02 INGB 0008 3647 79 KvK 24295406



Beste lezer,

De afgelopen twee jaar hebben veel van onze gasten het erg zwaar gehad. Er was niet altijd een mogelijkheid voor lotgenotencontact omdat de RIVM maatregelen dit niet toelieten.

Wij hebben ons binnen de Boei geprobeerd zo veel mogelijk aan te passen, zodat we in alle tijden ondersteuning kunnen bieden aan de doelgroep en dat heeft dan ook direct meerdere gevolgen gehad;

- Wij hebben ons gericht op kleine(re) groepen, zodat de groepsgrootte geen probleem is.
- Wij hebben onze ruimtes aangepast, zodat er altijd voldoende afstand gehouden kan worden en er goed geventileerd kan worden.
- Wij werkten vraaggericht en hebben ons aanbod indien nodig aangepast.

Hoewel de RIVM maatregelen langzaam afnamen, bleven we in de Boei waakzaam.

Ondanks alles is het ons gelukt meerdere activiteiten te organiseren buiten onze reguliere activiteiten,

Met vriendelijke groet,

Saskia den Uijl  
Directeur Inloophuis de Boei



## **Activiteiten**

Het reguliere aanbod van de Boei is te verdelen in 4 categorieën:

### **1. Lotgenotencontact**

- Inloop
- Samen eten
- Samen op pad
- Creatieve activiteiten
- Georganiseerd Vervoer

### **2. Persoonlijke en groepsbegeleiding**

- Bakkie Troost – Praten over verlies & rouw
- Individuele- en groepsbegeleiding
- Nazorg

### **3. Welzijnsactiviteiten**

- Welzijnsactiviteiten
- Informatieverstrekking

### **4. Activiteiten d.m.v. samenwerking**

#### **Stichting Inloophuis Rotterdam 'de Boei'**

**A** Weimansweg 70-72 • 3075 MP Rotterdam

**T** 010 – 215 28 55 **M** 06 24224286

**W** [www.inloophuisdeboei.nl](http://www.inloophuisdeboei.nl)

**IBAN** NL 02 INGB 0008 3647 79 **KvK** 24295406



## Hoogtepunten 2022

### Look Good Feel Better

Eind 2021 zijn we via het Maasstad ziekenhuis in contact gekomen met de organisatie Look Good Feel Better.

De organisatie LGFB biedt workshops aan waarbij patiënten tips en adviezen krijgen over de verzorgen van de huid en make-up.

Want naast de lichamelijke en emotionele problemen die kanker met zich mee kan brengen, kan ook het uiterlijk behoorlijk veranderen.

Dit kan soms door de ziekte zelf komen, of door de behandeling.

Vaak zijn met eenvoudige tips en adviezen veel van de klachten te verbeteren of camoufleren. De ervaring leert dat een goed verzorgd uiterlijk ook meteen een beter gevoel geeft.

Het Maasstad ziekenhuis organiseert de workshops van Look Good Feel Better in het Inloophuis. Om de maand worden 4-8 vrouwen in de watten gelegd door een gespecialiseerd team van o.a. schoonheidsspecialisten, visagisten en haarwerkers

De workshops worden altijd enthousiast bezocht en zoals de deelnemers het zelf omschrijven; 'Fijn om weer een keer positief naar mezelf te kijken' en 'Dank jullie wel voor deze fantastische opkikker!'

Het Inloophuis is erg blij deze workshop in samenwerking met het Maasstad ziekenhuis te kunnen organiseren.



#### **Stichting Inloophuis Rotterdam 'de Boei'**

A Weimansweg 70-72 • 3075 MP Rotterdam

T 010 – 215 28 55 M 06 24224286

W [www.inloophuisdeboei.nl](http://www.inloophuisdeboei.nl)

IBAN NL 02 INGB 0008 3647 79 KvK 24295406



## Dance with your reflection

Dit jaar organiseerde De Boei samen met Ballet & Dansstudio Schiedam Vlaardingen voor de 2<sup>e</sup> keer het dansproject: *Dance with your reflection*.

Het project bestond uit een reeks van 8 danslessen en richt zich op vrouwen die zelf kanker hebben (gehad).

Tijdens de lessen werd er rekening gehouden met de lichamelijke veranderingen en werd er vooral gekeken naar wat je nog wel kan.

Na de danstraining was er een moment van lotgenotencontact, waar onder begeleiding van een medewerker van Inloophuis de Boei koffie/thee met elkaar werd gedronken.

Het project 'Dance with your reflection' is tot stand gekomen door een samenwerking met Dans en Balletschool Schiedam Vlaardingen en Inloophuis de Boei.

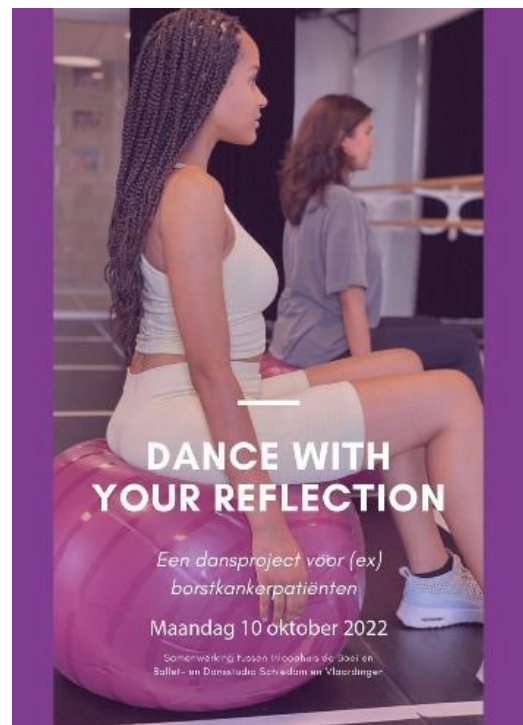
Door de activiteiten van beide organisaties te combineren is een waardevol project ontstaan.

De onderlinge samenwerking verliep goed, er was wekelijks contact tussen de dansdocent en de begeleider Verlies en Rouw van Inloophuis de Boei om de bijeenkomsten voor- en na te bespreken.

Het *doel van het project* was om de vrouwen zich weer vrouwelijker en zelfverzekerder te laten voelen waardoor zij uiteindelijk in het dagelijks leven hiervan profijt hadden.

Vooraf en na afloop is er een vragenlijst ingevuld door de deelnemers.

Uit de nameting is gebleken dat het zelfvertrouwen en het vertrouwen in hun lichaam is gegroeid.



### Stichting Inloophuis Rotterdam 'de Boei'

A Weimansweg 70-72 • 3075 MP Rotterdam

T 010 – 215 28 55 M 06 24224286

W [www.inloophuisdeboei.nl](http://www.inloophuisdeboei.nl)

IBAN NL 02 INGB 0008 3647 79 KvK 24295406



## Lentemarkt

Op donderdag 12 mei organiseerden we in de tuin van het Inloophuis een Lentemarkt. Naast lekkere hapjes en drankjes van de Rolling Bistro waren er ook een aantal kraampjes in de tuin te vinden met onder andere boeken en plantjes.

Voor deze Lentemarkt waren naast de gasten en vrijwilligers ook de buurtbewoners uitgenodigd.

Het Inloophuis is graag zichtbaar voor haar wijkgenoten. Want wat bekend is maakt bemind. Of zoals wij het ervaren; de drempel om ergens binnen te lopen voor vragen/ondersteuning wordt lager als men de organisatie al kent dan als men op iets nieuws moet afstappen.

Naast de activiteiten die in de tuin werden georganiseerd kon men in het huis deelnemen aan een mozaïekworkshop onder leiding van Marian Weeda van Stukje bij beetje.



### Stichting Inloophuis Rotterdam 'de Boei'

A Weimansweg 70-72 • 3075 MP Rotterdam

T 010 – 215 28 55 M 06 24224286

W [www.inloophuisdeboei.nl](http://www.inloophuisdeboei.nl)

IBAN NL 02 INGB 0008 3647 79 KvK 24295406



## **Weekend Delfgauw**

In het weekend van 9 t/m 11 december 2022 zijn wij op stap gegaan met een groep van 15 gasten.

Deze groep bestond uit mensen die zelf kanker hebben (gehad) en/of nabestaanden zijn van mensen met kanker. Hoewel de meerderheid van de groep elkaar niet kende, was vanaf het 1e moment het contact onderling ontspannen en plezierig.

Precies het doel van het weekend!

Contact maken met lotgenoten geeft onderling al zo'n verbondenheid.

Voor het weekend werd gekozen voor de locatie; Buitengoed de Uylenburg in Delfgauw. In deze herberg konden wij alle gasten een eigen kamer bieden.

Het ontbijt en de lunch werden in de herberg aangeboden, het diner in het naastgelegen restaurant d'Midi op hetzelfde terrein. Ook voor onze activiteiten kon gebruikt gemaakt worden van de verschillende gebouwen op het terrein van de Uylenburg. Zo werd er onder andere een djembé workshop gegeven en werden er klankschaalmassages georganiseerd.

Na afloop van het weekend hebben de gasten een evaluatieformulier ingevuld.

Hieruit kwam naar voren dat:

- De gasten het weekend een gemiddelde van een 8.8 gaven
- De locatie werd goed tot zeer goed gevonden
- Het eten op locatie was zeer goed.
- De gasten vonden de geboden activiteiten in het weekend goed tot zeer goed
- De gasten gaven aan dat de vrijwilligers tijdens het weekend ruim voldoende aandacht hadden voor de gasten.

Al met al was het een heel geslaagd weekend!



### **Stichting Inloophuis Rotterdam 'de Boei'**

**A** Weimansweg 70-72 • 3075 MP Rotterdam

**T** 010 – 215 28 55 **M** 06 24224286

**W** [www.inloophuisdeboei.nl](http://www.inloophuisdeboei.nl)

**IBAN** NL 02 INGB 0008 3647 79 **KvK** 24295406





## Het jaar 2022 in beeld

**147** openingsdagen

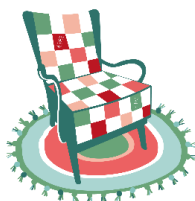


Bijzondere 'extra' activiteiten:

- Look Good Feel Better
- Lentemarkt
- Dance with your reflection
- Weekendje Delfgauw



1410 meer  
bezoekers dan in 2021



**550**

ondersteuningsgesprekken

**522**

mensen aten  
mee met de  
lunch

**29**

Groeps-  
gesprekken

**42**

Vrijwilligers

**2,3**

FTE aan  
medewerkers

**Stichting Inloophuis Rotterdam 'de Boei'**

A Weimansweg 70-72 • 3075 MP Rotterdam

T 010 – 215 28 55 M 06 24224286

W [www.inloophuisdeboei.nl](http://www.inloophuisdeboei.nl)

IBAN NL 02 INGB 0008 3647 79 KvK 24295406