



Inloophuis De Boei

Programma met projecten in 2023

Inloophuis De Boei is in 2000 gestart als ontmoetingscentrum voor mensen met kanker en hun naasten. Na enkele jaren is onze doelgroep uitgebreid met nabestaanden van mensen met kanker.

Om een focus te houden hebben we eind 2020 de doelgroep versmald; Inloophuis de Boei richt zich op mensen met kanker, direct naasten en nabestaanden die *ondersteuning* zoeken in of met het ziekteproces.

De afgelopen 2.5 jaar, waarin de ziekenhuizen noodgedwongen minder ondersteuning konden bieden, bemerken wij een grote toeloop van nieuwe gasten.

Veel van deze patiënten en hun naasten konden niet in het ziekenhuis terecht met hun vragen en zochten alternatieven. Mede door de goede doorverwijzing van de medici kwamen zij bij het Inloophuis terecht. Door vraaggericht te werken heeft de Boei haar aanbod aangepast aan deze nieuwe groep.

Het Inloophuis biedt groepsactiviteiten waarbij de focus ligt op het toereiken van gezondheidsvaardigheden en het aanbieden van (thematisch) lotgenotencontact.

We bieden individuele begeleiding ter ondersteuning van de mantelzorger en/of de patiënt waarbij gekeken wordt naar een passend activiteiten aanbod + ondersteunend zorgaanbod.

Naast de activiteiten voor de gasten van het Inloophuis bieden wij ook een plek aan vrijwilligers. Een dankbare plek waar wij met de vrijwilliger mee kijken naar diens mogelijkheden en onmogelijkheden.

Onze doelstelling

Ons belangrijkste doel is het ontplooiën van activiteiten ten behoeve van diegenen die met kanker te maken hebben of krijgen. Naast onze reguliere activiteiten richten wij ons in 2023 op de vereenzaming van de meest kwetsbaren, die door ziekte of angst niet meer mee kunnen met de maatschappij.

Als Boei willen wij hier ons extra voor inzetten om dit te doorbreken.

Onze missie is...

Handhaving of verbetering van de kwaliteit van leven van **mensen met kanker, hun naasten, nabestaanden en mantelzorgers** (ook gasten genoemd) door o.a.:

- een open huis te bieden aan onze gasten, op een wijze waar laagdrempeligheid voorop staat;
- het aanbieden van informatie over kanker en mogelijkheden er om heen;
- contact met lotgenoten;
- bemiddeling tussen vragers en informatieverschaffers;
- verzorgen van themabijeenkomsten door deskundigen;
- het op, informele wijze, verkrijgen van inzicht met betrekking tot wensen en behoeften van kankerpatiënten;
- het ondersteunen van nabestaanden;
- het aanbieden van individuele- en groepsgesprekken;
- het aanbieden van creatieve en ontspannende activiteiten.



Financiën

Het Inloophuis is volledig afhankelijk van subsidies, sponsoring door fondsen en giften.

Om in meer zekerheid te voorzien hebben wij per 1 januari 2022 een nieuwe 'Vrienden van .. ' opgericht. Het doel van deze 'Vriendengroep' is om een periodieke vaste giftenstroom te realiseren.

Dit zal gebruikt worden om de overhead te bekostigen.

Achtergrond van het programma 2023

De huidige en nieuwe activiteiten worden in 2023 in overleg met onze partners aangeboden op onze locaties en op locaties van onze partners. We werken vraaggericht en kunnen hierdoor mee gaan met de behoeften en trends. Vanzelfsprekend zullen wij de RIVM maatregelen handhaven en zorgen dat dit op de locaties wordt nageleefd.

We geven speciale aandacht aan het (door)ontwikkelen van vraaggerichte gespreksgroepen en activiteiten voor afgebakende doelgroepen.

Samenwerking

Wij werken ook in 2023 weer samen met onze vrijwilligers, partners, ziekenhuizen, leveranciers, vrijwilligersorganisaties, fysiotherapeuten, mantelzorgorganisaties, uitvaartverzorgers en de coördinatoren van activiteiten-, buurt- en uitvaartcentra in de regio.

Projecten

Het aanbod aan activiteiten verdelen we dit jaar onder in 4 categorieën:

1. Lotgenotencontact
2. Persoonlijke en groepsbegeleiding
3. Welzijnsactiviteiten, incl. informatieverstrekking
4. Activiteiten in samenwerking met andere organisaties



Overzicht

Voordat we uitgebreid de verschillende activiteiten benoemen, volgt hieronder alvast een overzicht.

-1- Lotgenotencontact

- a- Inloop
- b- Samen eten
- c- Samen op pad
- d- Creatieve activiteiten
- e- Georganiseerd vervoer

-2- Persoonlijke en groepsbegeleiding

- a- Bakkie troost – Praten over verlies & rouw
- b- Individuele- en groepsbegeleiding
- c- Nazorg

-3- Welzijnsactiviteiten, incl. informatieverstrekking

- a- Welzijnsactiviteiten
- b- Informatieverstrekking (bijeenkomsten en media)

-4 -Activiteiten d.m.v. Samenwerking



-1- Lotgenotencontact

Het belangrijkste onderdeel van het Inloophuis is het lotgenotencontact. Contact met lotgenoten, sociale vergelijking, relativeert de eigen problemen en situatie.

Zij merken hierdoor dat zij niet de enige zijn en dat anderen zich er ook doorheen hebben geslagen. Hierdoor voelen de gasten (nabestaanden van mensen met kanker, mantelzorgers of mensen met kanker) zich ondersteund. Er wordt naar hun geluisterd.

De gesprekken worden begeleid door onze getrainde vrijwilligers of begeleiders.

De mantelzorgers brengen met vertrouwen de gasten naar het Inloophuis, zodat zij tijd voor zichzelf hebben. Daarnaast is er binnen het huis voldoende begeleiding om op die momenten even geen mantelzorger te hoeven zijn.

Doordat andere aanwezige gasten, vaak burens of stadgenoten, onderling ervaringen uitwisselen en er allerlei informatie aanwezig is en wordt besproken, wordt de noodzaak om een beroep te doen op formele zorg minder urgent of kan juist een betere keuze gemaakt worden. Onze gasten vernemen op die momenten ook tips van elkaar om langer thuis te kunnen blijven wonen.

-1 a- Inloop (meerdere momenten per week)

De ruimtes in onze locaties zijn sfeervol ingericht. Tijdens openingstijden worden de gasten ontvangen met koffie en thee. Vrijwilligers, meestal zelf ook mantelzorgers of ervaringsdeskundigen op het gebied van kanker zijn aanwezig om de gasten een warm welkom te bezorgen en van gedachten te wisselen maar vooral een luisterend oor te bieden.

Doel & Resultaat

Door op een laagdrempelige informele wijze de mogelijkheid te bieden om op een zelf te bepalen moment contact te hebben met lotgenoten en ervaringsdeskundigen kunnen onze (nieuwe) gasten kennis maken met ons aanbod aan activiteiten.

Er is allerlei informatie aanwezig. Tijdens een inloop worden activiteiten gecommuniceerd. Deelname is uiteraard niet verplicht.

Gasten ervaren deze inloopmomenten als geruststellend en een wijze om naast het reguliere zorgtraject de gewenste informatie te verkrijgen.

Kosten

Binnen het budget zijn kosten opgenomen voor o.a. de kosten van de locatie, catering en het onderhouden van de goede sfeer als 'de woonkamer', zoals inrichting en decoratie. Indien nodig worden vrijwilligers geschoold tot begeleider.



-1 b- Samen eten

Onze vrijwillige koks zorgen er elke week voor, dat onze gasten tegen een kleine vergoeding een warme gezonde maaltijd kunnen eten, waarbij er ook rekening wordt gehouden met de verschillende dieetwensen.

Doel & Resultaat

Onze gasten zijn vaak door eenzaamheid, financiële problemen of een tekort aan energie niet in staat om voor zichzelf te koken. Het aanbieden van een (warme) voedzame maaltijd is voor ons een manier om ervoor te zorgen dat een gast voldoende voedingsstoffen binnen krijgt, maar ook een manier om te horen hoe het met iemand gaat. Als je samen eet en niet in je eentje, smaakt het beter. Dat geldt voor alle leeftijden. Ander voordeel is, dat mantelzorgers een keer niet voor een ander hoeven te koken of zelf ook even kunnen genieten van een gezonde (warme) maaltijd.

Een goede voeding draagt tenslotte bij aan een goed herstel en goede gezondheid.

Kosten

Op de locatie wordt de tafel sfeervol gedekt en na elke maaltijd worden tafellinnen, servies en bestek schoongemaakt en opgeborgen. Door het vragen van een kleine vergoeding en het zorgvuldig inkopen van de ingrediënten, kunnen tegen lage kosten toch goede maaltijden worden samengesteld en om op de hoogte te blijven van diëten en de nieuwste kooktechnieken die aansluiten bij onze doelgroep, mensen met kanker, gaat onze kok gaat regelmatig op stage en training.

-1 c- Samen op pad

Veel van onze gasten gaan niet meer zelfstandig op pad. Dit kan zijn doordat er financiële problemen zijn of doordat zij geïsoleerd of eenzaam zijn. Ook het gebrek aan energie om zelfstandig iets te organiseren speelt bij veel van onze gasten. Indien de situatie het toe laat willen we in kleine groepen op pad met gasten, om hen even uit hun isolement te halen.

In 2023 hopen wij weer een cruise te kunnen gaan maken met onze gasten. Op een schip kunnen zij, zonder al te veel inspanning, toch genieten van het prachtige Hollandse landschap en de activiteiten die wij aan boord aanbieden. Daarnaast kunnen zij hun eigen tijd indelen en zitten ze niet vast aan tijdschema's of andere inspannende "moetjes". Ook de mantelzorgers van kankerpatiënten kunnen met deze riviercruise mee om even heerlijk te ontspannen. Andere mantelzorgers brengen met vertrouwen de gasten, omdat zij even zichzelf kunnen zijn en er aan boord voldoende begeleiding is om tijdens deze dagen even geen mantelzorger te hoeven zijn.

Doel & Resultaat

Door de gasten mee naar buiten te nemen gaat er letterlijk en figuurlijk een wereld voor ze open. Samen op pad gaan, kan een wandeling zijn of een excursie of een korte vakantie. Mee naar buiten draagt bij aan een goed herstel. Gasten voelen zich vitaler en geestelijk rustiger doordat ze meer bewegen. Naast het maken van een wandeling, het maken van een excursie of het bezoeken van een expositie of voorstelling, proberen we in 2023 een korte vakantie te organiseren.

Kosten

Alleen door de inzet van onze vrijwilligers, sponsoring in geld en natura is realisatie mogelijk en kunnen we regelmatig leuke uitstapjes organiseren voor onze gasten. De kosten voor de organisatie, huur locatie, entree, het vervoer, catering, entertainment (gids, artiest, expert)



en faciliteiten worden om die reden kritisch afgewogen. Aan de gasten vragen wij een kleine vergoeding.

-1 d- Creatieve activiteiten

Wij bieden als een informeel zorginitiatief wekelijks creatieve activiteiten aan de gasten.

Doel & Resultaat

Het aanbieden van creatieve activiteiten heeft een helend effect. Het feit dat de gasten zelf iets hebben gemaakt en hebben samengewerkt geeft een verhoogd gevoel van eigenwaarde. Het samenzijn geeft ook ruimte om over dingen te praten die misschien in een andere setting moeilijker bespreekbaar zouden zijn.

Met onze jarenlange ervaring is het aanbod samengesteld met o.a. schilderen en tekenen, workshops sieraden maken, zeepsteen of mozaïek, boetseren. We werken hierin vraaggericht en kunnen door eerder opgedane ervaring snel schakelen in activiteiten.

Kosten

Het organiseren van de uitvoering en inschrijvingen, het aanschaffen van creatieve materialen, het inzetten van docenten en het huren van locaties vormen de voornaamste kostenposten. Door de samenwerking met de verschillende locaties en de inzet van onze vrijwilligers is realisatie met minimale kosten mogelijk. Door het vragen van een kleine vergoeding en het werven van sponsoring in geld en materialen kunnen we regelmatig nieuwe dingen aanbieden.

-1 e- Georganiseerd vervoer

Het Inloophuis bezit een busje waarmee we gasten met een fysieke beperking kunnen ophalen of wegbrengen. Zeker gedurende de RIVM-maatregelen bleek hoe waardevol dit busje is voor de organisatie aangezien wij ook de gasten met een kwetsbare gezondheid konden ophalen.

Doel & Resultaat

We willen graag dat ook de gasten met een (tijdelijke) fysieke beperking kunnen deelnemen aan de 'inloop momenten' en andere activiteiten. Met dit georganiseerd vervoer houden wij ook deze gasten betrokken bij alles wat wij aan de andere gasten kunnen bieden, zonder dat het vervoer een probleem wordt. Ander voordeel is, dat de mantelzorger tijdelijk ontlast wordt.

Kosten

We hebben dit busje in 2019 aangeschaft, de kosten van het vervoer zijn gebaseerd op de verzekering, wegenbelasting en parkeervergunning. De vrijwillige chauffeur ontvangt een vergoeding en gasten betalen een vergoeding per rit.



-2- Persoonlijke en groepsbegeleiding

Tijdens deze meer intieme ochtenden/middagen worden ervaringen uitgewisseld en is er ruimte voor 'aandacht ontvangen' en 'aandacht geven'.

-2 a- Bakkie troost – Praten over verlies & rouw

Stuk voor stuk hebben onze gasten allemaal te maken met verlies en rouw. Verlies van gezondheid, familie, vrienden, werk en nog veel meer. Emoties zoals pijn en verdriet, maar ook angst en onzekerheid, wanhoop of een volledige blokkade kunnen een gast het gevoel geven het allemaal niet meer te overzien. Tijdens dit proces kunnen er ook allerlei lichamelijke en psychische klachten optreden. Tijdens onze reguliere openingstijden komen de onderwerpen verlies en rouw niet altijd ter sprake, terwijl wij wel een behoefte merken onder onze gasten. Om die reden startten wij met 'een bakkie troost'. Geïnspireerd op het rouwcafé en een tv-programma willen wij gasten de mogelijkheid geven om in een veilige en rustige omgeving lotgenoten te ontmoeten.

Doel & Resultaat

Het praten over verlies en rouw draagt bij aan een voorspoedig herstel van de (geestelijke) gezondheid. Verder hebben wij de hoop, maar toch ook wel het doel, om het gesprek rond verlies en rouw te normaliseren.

Kosten

Onze vrijwilligers (meestal ervaringsdeskundigen) zorgen voor een goede ruimte en een gratis kopje koffie. Onze speciaal hiervoor opgeleide begeleiders blijven zich voeden door de actuele ontwikkelingen te lezen en trainingen te volgen. Onze opgeleide begeleiders ontvangen een vergoeding en wij vergoeden deze opleidingen en reiskosten. In het budget zijn naast de huur van de locatie, de catering, het sfeervol maken van de locatie (bloemen, kaarsen, muziek) ook de kosten opgenomen voor het communiceren en organiseren van deze bijeenkomsten.

-2 b- Individuele- en groepsbegeleiding

Individuele- en groeps gesprekken zijn bedoeld voor gasten die in gesprek willen gaan over hun ziekte of over verlies. Alvorens het traject wordt gestart zal de Persoonlijk Begeleider met de gast een intakegesprek houden. Tijdens deze intake worden de verwachtingen besproken, er wordt gekeken naar de rouwvorm en de daarbij passende methodieken. Over het algemeen hebben gasten zo'n 5 tot 7 gesprekken met de Persoonlijk Begeleider. Hierna volgt nog een nazorgtraject door middel van een kaart, telefoontje, appje en/of een bezoek.

Momenteel bieden wij al gespreksgroepen voor nabestaanden en patienten, maar in 2023 willen wij ons aanbod in vraaggerichte gespreksgroepen voor een afgebakende doelgroep vergoten.

Bijvoorbeeld voor de ouders van zieke kinderen en jongere mantelzorgers.

Op deze manier kunnen we het lotgenotencontact versterken.

Doel & Resultaat

Uiteraard is een 1 op 1 gesprek met de persoonlijk begeleider ook aan huis, in het ziekenhuis, een hospice of op een van onze locaties mogelijk. Tijdens de gesprekken worden zeer uiteenlopende zaken besproken. Zaken die (nog) niet via formele zorg zijn besproken en onze gasten helpen (weer) zelfstandig te functioneren. Het praten over ziekte of verlies draagt bij aan een voorspoedig herstel van de (geestelijke) gezondheid. Tijdens deze persoonlijke gesprekken, soms in een kleine groep, worden ervaringen uitgewisseld.



Kosten

De kosten van een individueel gesprek zijn uiteraard anders dan bij een groepsgesprek. Wij vergoeden de opleidingen en reiskosten. Onze vrijwilligers zijn meestal ervaringsdeskundigen. De speciaal hiervoor opgeleide begeleiders blijven zich voeden door de actuele ontwikkelingen te lezen en trainingen te volgen. In het budget zijn naast de huur van de locatie, de catering, het sfeervol maken van de locatie (bloemen, kaarsen, muziek) ook de kosten opgenomen voor het communiceren en organiseren van deze bijeenkomsten. In de ruimte is allerhande informatie aanwezig, die door de gespreksleider is verzameld en neergelegd. Ook wordt er gebruikgemaakt van presentatiematerialen. Het overhandigen van troostdekens valt ook binnen dit budget. Deze dekens worden door weer een andere groep vrijwilligers gemaakt.

-2 c- Nazorg

De Persoonlijk Begeleider en haar vrijwilligers geven nazorg in de breedste zin van het woord. Nazorg is bedoeld om een gast, die mee heeft gedaan aan een gespreksgroep of aan een individueel traject, te volgen. Als een gast is komen te overlijden, neemt de Persoonlijk Begeleider contact op met de nabestaanden en/of naasten. Ook dit valt onder nazorg.

Doel & Resultaat

We blijven onze gast graag nog even volgen. Door het hebben van contact merken de gasten en nabestaanden dat zij niet de enige zijn en dat anderen zich er ook doorheen hebben geslagen. Dat er mensen voor hun klaar staan. Op deze manier houden wij vinger aan de pols en proberen wij een sociaal isolement te voorkomen en steun te bieden.

Kosten

Binnen het budget zijn kosten opgenomen voor o.a. coördinatie, reiskosten en kleine attenties (bloemen, kaartje). Begeleiders worden geschoold tot het bieden van correcte nazorg.



-3- Welzijnsactiviteiten, incl. informatieverstrekking

-3 a- Welzijnsactiviteiten

Kanker wordt steeds meer gekenmerkt als een chronische aandoening, echter zijn hier de begeleiding en ondersteuning nog niet op aangepast. Aan de ene kant is er opluchting omdat de behandeling is afgerond, maar aan de andere kant is er een blijvende angst voor het terugkeren van de ziekte. Deze angst zorgt voor stress en stress is voor niemand goed!

Doel & Resultaat

Door het aanbieden van welzijnsactiviteiten leren wij onze gasten beter om te gaan met gevoelens van angst, pijn, somberheid en zinloosheid. Gasten leren te ontspannen waardoor het welzijn, zowel lichamelijk als geestelijk, in balans komt. Uit onderzoeken is gebleken dat meditatie en yoga een depressie, angststoornissen en ontstekingen vermindert en pijn verlaagt. De activiteiten worden geheel afgestemd op de behoeften van onze gasten. Bewegen zorgt o.a. ook voor een betere longfunctie, een goede conditie en betere spieropbouw. Dankzij onze professionele docenten kunnen deze activiteiten op maat worden aangeboden. Dit is in het reguliere circuit vaak niet mogelijk. Om die reden is het belangrijk dat onze gasten gebruik kunnen maken van onze diensten.

Kosten

Alleen door de inzet van onze vrijwilligers, sponsoring in geld en natura is realisatie mogelijk en kunnen we regelmatig sportieve dingen doen. Wij vergoeden de inzet, opleidingen en reiskosten voor de begeleiders en docenten. Onze speciaal hiervoor opgeleide begeleiders blijven zich voeden door de actuele ontwikkelingen te lezen en trainingen te volgen. In het budget zijn naast de huur van de locatie, de catering, het praktisch inrichten van de ruimte in de juiste sfeer ook kosten voor de juiste benodigheden opgenomen en het communiceren en organiseren van deze welzijnsactiviteiten.

-3 b- Informatieverstrekking (bijeenkomsten en media)

Voor gasten en hun omgeving die nog beter geïnformeerd willen worden en onze rol organiseren wij regelmatig voorlichtingsbijeenkomsten. Tijdens deze bijeenkomsten worden onderwerpen gerelateerd aan kanker en de onderwerpen die te maken hebben met leven met kanker besproken.

Doel & Resultaat

Na het horen van de diagnose wordt men opgevangen in het medische circuit, overspoeld met informatie en komen thuis met vele vragen en onzekerheden. Op zoek naar de juiste antwoorden bieden wij onze (nieuwe) gasten graag die juiste informatie via persoonlijke gesprekken, informatiebijeenkomsten en digitale media, zoals onze website en sociale media.

Kosten

Bij het inrichten van de media wordt rekening gehouden met de tijd die nodig is om de juiste informatie te vinden, te verwerken en te presenteren. Wij vergoeden de opleidingen en reiskosten. Onze vrijwilligers zijn meestal ervaringsdeskundigen. De speciaal hiervoor opgeleide begeleiders blijven zich voeden door de actuele ontwikkelingen te lezen en trainingen te volgen. In het budget zijn naast presentatiematerialen, huur van de locatie, de catering, het sfeervol maken van de locatie (bloemen, kaarsen, muziek) ook de kosten opgenomen voor het communiceren en organiseren van bijeenkomsten.



-4- Activiteiten door middel van samenwerking

Inloophuis de Boei biedt een aantal activiteiten aan in samenwerking met andere organisaties.

Italie - Reis

Samenwerking: Stichting Casa Ochetto
 Periode: Mei
 Doelgroep: Kankerpatiënten, die het afgelopen 3 jaar behandeld zijn of de diagnose hebben gekregen.
 Aantal gasten: 11
 Omschrijving: Samen op reis naar Italië op een rustgevende locatie. Coaching week.
 Doel: Beter in je vel zitten

Look Good Feel Better

Samenwerking: Stichting Look Good Feel Better
 Periode: 2 maandelijks
 Doelgroep: Kankerpatiënten, die het afgelopen 6 maanden behandeld zijn of de diagnose hebben gekregen.
 Aantal gasten: 10
 Omschrijving: Workshop waarin naast een behandeling ook tips en adviezen worden gegeven rondom uiterlijke verzorging bij kanker.
 Doel: Beter in je vel zitten

Rouwcafe

Samenwerking: Stichting Humanitas + CVU Uitvaartzorg
 Periode: Maandelijks een bijeenkomst.
 Doelgroep: Nabestaanden
 Aantal gasten: 100
 Omschrijving: Het Rouwcafé is dan een plaats waar belangstellenden en lotgenoten kunnen samenkomen om stil te staan bij het verlies.
 Doel: Lotgenotencontact, rouw normaliseren

Dansworkshops

Samenwerking: Ballet en Dansschool Schiedam Vlaardingen
 Periode: Project van 10 weken
 Doelgroep: Vrouwen met borstkanker
 Aantal gasten: 10
 Omschrijving: Dansproject geïnspireerd op danstherapie waar gewerkt wordt aan het zelfbeeld en vrouwelijkheid.
 Doel: Lotgenotencontact, omgaan met veranderd zelfbeeld