



Nieuwspraet



Net iets anders...

Door de coronamaatregelen was ons huis ruim twee maanden gesloten, maar nu kunnen we onze gasten gelukkig weer verwelkomen. De naam 'inloophuis' is minder toepasselijk: er wordt voortaan op afspraak (natuurlijk zonder wachttijd) gewerkt. Net iets anders. Onze gastvrouwen en heren hebben dan, als altijd, alle tijd en veilige ruimte om te horen hoe een gast het beste geholpen kan worden.

Tot ons verdriet is de pilot in het Noordwest voor onbepaalde tijd opgeschort. Onze enthousiaste vrijwilligers kunnen de patiënten in het ziekenhuis niet meer op veilige manier tegemoet treden. Door corona zijn veel evenementen afgelast. Zo ook het benefietdiner, de Wandel4daagse en de Samenloop voor Hoop; allemaal momenten waarop wij als huis financieel in het zonnetje zouden hebben

gestaan. Een financiële tegenvaller. Maar het zat ook op sommige momenten mee: vijf enthousiaste mannen wandelden maar liefst 50 km op één dag. De 50 van Alkmaar haalden voor ons huis ruim € 23.000,- op! De organisatie van de Wandel4daagse toverde toch nog € 5500,- tevorschijn. Vanuit de bankenwereld is ons € 5000,- gegund. Het is dus zeker niet alleen kommer en kwel.

In de tijd dat ons huis gesloten was, is er energie gestopt in het restylen van het interieur. De website is geheel vernieuwd. Er is een digitale nieuwsbrief ontwikkeld. Deze papieren versie, die je nu leest, zal voortaan één keer per jaar blijven verschijnen. Daarnaast houden we je met een digitale versie geregeld op de hoogte van het wel en wee van ons huis. Hoewel we al veel mailadressen hebben, zouden we het op prijs stellen als je je e-mailadres nog aan ons huis doorgeeft: info@praethuys.nl. Zo blijf je van ons horen. De activiteiten voor onze gasten worden weer gestart, steeds onder veilige condities. Over al deze onderwerpen lees je in deze Nieuwspraet. Veel leesplezier.

Kees van Straaten, voorzitter

Verder in dit nummer:

- 2. Een impressie van de Verwendag
- 3. 't Praethuys in Noordwest
- 5. De 50 van Alkmaar
- 6. Vernieuwd interieur
- 7. Nieuwe website
Nieuwe digitale Nieuwsbrief
Giften
- 8. Column René en
Wij zijn open!

De 50 van Alkmaar



De Wandelmusketiers & Co wandelden zich voor 't Praethuys de blaren onder hun voeten: Harry van de Kuijt, Inico Geels en Hans Maarten Parigger namen na de afzeggingen van de 4-daagsen van Alkmaar en Nijmegen het initiatief om zelf een monster-wandeltocht van maar liefst 50 kilometer door Alkmaar en omgeving te ondernemen. Later werd het team uitgebreid met wandelaars Cees Geerlings en Martin de Graaf. Sponsors moesten een 'leuk bedrag' voor 't Praethuys bij elkaar brengen. **Lees alles over De 50 van Alkmaar op bladzijde 4 en 5.**

Even vergeten hoe moeilijk een mens het kan hebben

Een impressie van de Verwendag

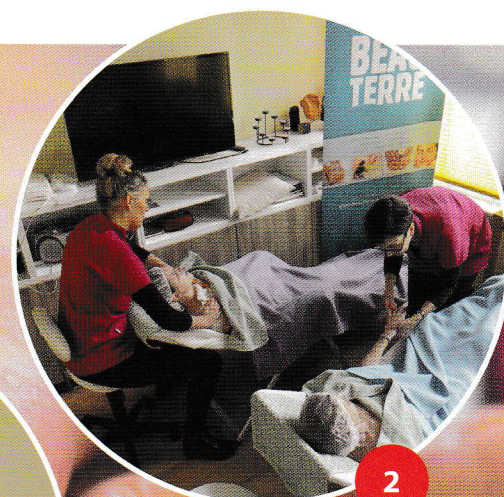
Eind februari stonden de deuren voor onze gasten nog wijd open voor de jaarlijkse Verwendag. Niet wetend dat we snel daarna zouden moeten sluiten door de coronacrisis.

Van de begane grond tot op de zolderverdieping gonsde 't Praethuys van de activiteiten. De zolderverdieping was omgetoverd tot een massagesalon waar de masseuses klaar stonden om de gasten een ontspannende schouder-, nek- of rugmassage te geven.

Op de eerste verdieping was er een schoonheidssalon ingericht, waar men terecht kon voor een behandeling, make up advies of een ontspannende stoel- en voetmassage. De begane grond stond in het teken van Zeantangle, handverzorging en kleuradvies. "Echte verwennerij," zei een van de gasten, "en even vergeten hoe moeilijk een mens het kan hebben".



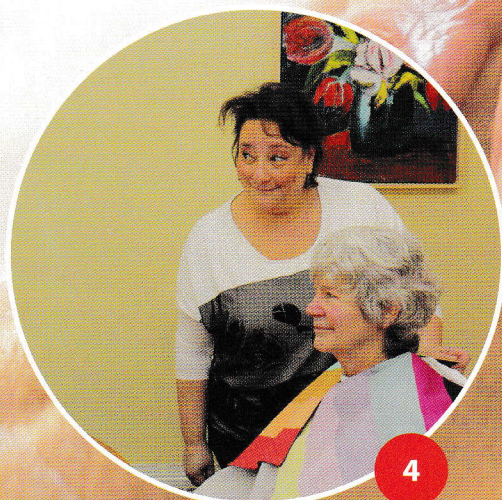
1



2



3



4



5

Vrijwilligers

Van persoonlijke en creatieve ontspanning tot aan een heerlijk lunch. Alles was tot in de puntjes verzorgd. Deze dag zou niet mogelijk zijn zonder de inzet van alle vrijwilligers. Zij hebben van deze dag met alle activiteiten een echte verwendag gemaakt.

Foto 1: Genieten van handverzorging en manicure en daarna tevreden met verzorgde handen weer naar huis.

Foto 2 en 3: Een komen en gaan van gasten die zich heerlijk in de watten lieten leggen.

Foto 4: Welke kleur past bij mij en welke niet? Een persoonlijk kleuradvies.

Foto 5: Een heerlijke lunch met alle eer voor de dames in de keuken.

‘Een kopje koffie, een luisterend oor en er gewoon ‘zijn’

‘t Praethuys in Noordwest

In november 2019 startte ‘t Praethuys in ziekenhuis Noordwest met de pilot voor informele zorg aan mensen met kanker en hun naasten. Professioneel geschoolde vrijwilligers waren op de afdelingen radiotherapie en oncologie aanwezig voor een kopje koffie, een luisterend oor of er gewoon ‘zijn’. Als gevolg van de coronacrisis heeft ‘t Praethuys in met pijn in ‘t hart moeten besluiten om het project te stoppen. Vrijwilligers blikken terug en vertellen over een hun ervaringen in de periode dat corona nog geen invloed op ons leven had.



Saskia Brouwer

“Mijn eerste dag als vrijwilliger op de afdeling chirurgische oncologie begon ik met toch wel wat kriebels in mijn buik. Ik kreeg een warm welkom van de verpleegkundigen, maar toch voelde het onwennig toen ik de zaal opliep. Kon ik dit wel? Durfde ik zomaar iemand aan te spreken? En willen mensen dat eigenlijk wel? Honderdduizend gedachten namen bezit van mijn hoofd. Volstrekt onnodig. Dat bleek al snel. Nadat ik mezelf aan de patiënt had voorgesteld verliepen de gesprekken meestal vanzelf. Geen verhaal was hetzelfde. Soms kort, soms lang. Soms gingen gesprekken over alledaagse dingen, maar net zo vaak waren de ontmoetingen vol diepgang en emotie. Aanhaken bij de behoefte van de patiënt. Daar is waar het altijd om ging. Ook als er geen behoefte was om te praten, was het goed. Voor mij was het erg waardevol en bijzonder om dit vrijwilligerswerk te doen.”



Petra de Vries

“Vanuit eigen ervaringen in het verleden en het gevoel om iets te willen betekenen voor een ander, ging ik in het Noordwest aan de slag als vrijwilliger van ‘t Praethuys. Mensen waarderen het als ze hun verhaal kwijt kunnen. Zoiets eenvoudigs als luisteren en er zijn, kan helpen. Op de afdeling oncologie en radiotherapie zijn veel verhalen van verdriet. Het leven van patiënten en hun naasten staat bol van onzekerheid en machteloosheid. Tegelijkertijd is er meer dan de ziekte. Een gesprek waarin dat even niet centraal staat, kan dan een verademing zijn.

Het is opvallend hoeveel veerkracht en positiviteit er bij mensen is. Het blijven kijken naar wat er, ondanks de ziekte, nog wel is met de focus op het hier en nu. Ik vond het waardevol om een bijdrage te kunnen leveren aan het echte contact waarbij je de mens ziet en niet de klacht.”



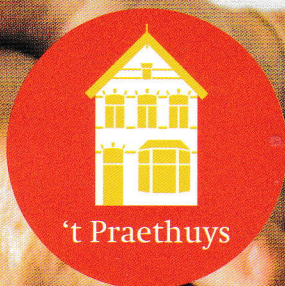
Willemijn de Jong

“In het ziekenhuis is het de hele dag een komen en gaan van mensen. Aanvankelijk moest ik dan ook een modus vinden om op mensen af te stappen en ze aan te spreken. Gelukkig wende dat snel en als ik in de wachtruimte aan de ronde tafel zat – door mij omgedoopt als stamtafel – kwamen ze vanzelf. Ik heb levensverhalen gehoord die mij voor altijd bij zullen blijven. Wat sommige mensen al voor hun kiezen hebben gehad voordat ze met kanker werden geconfronteerd is onvoorstelbaar. De stamtafel werd een ontmoetingsplek waar mensen met elkaar aan de praat raakten en hun verhalen en emoties deelden.

Ik kijk met een warm gevoel terug op mijn tijd als Praethuysvrijwilliger in het Noordwest. De ontmoetingen met mensen waarmee ik anders nooit in aanraking was geweest, hebben mijn leven een extra dimensie gebracht.”



Noordwest
Ziekenhuisgroep



‘t Praethuys

Leuk bedrag werd 23.500 euro



'Wandelmusketiers wandelen groot bedrag voor 't Praethuys bij elkaar'



De Wandelmusketiers & Co: vijf wandelende vrienden die al een paar Vierdaagsen op de teller hebben staan wandelden zich voor 't Praethuys de blaren onder hun voeten: Harry van de Kuyt, Inico Geels en Hans Maarten Parigger namen na de afzeggingen van de 4-daagsen van Alkmaar en Nijmegen het initiatief om dan maar zelf een monster-wandeltocht van maar liefst 50 kilometer door Alkmaar en omgeving te ondernemen. Later werd het team uitgebreid met wandelaars Cees Geerlings en Martin de Graaf. Sponsors moesten een 'leuk bedrag' voor 't Praethuys bij elkaar brengen. Dat 'leuke bedrag' werd uiteindelijk maar liefst 23.500 euro!

Harten gestolen

In 2018 kreeg Harry persoonlijk met kanker te maken en kreeg hij veel waardering voor de hulp en ondersteuning die ons inloophuis biedt. " 't Praethuys heeft onze harten gestolen", zegt hij. "Bovendien, als je wil dat mensen geld doneren voor wandelen, dan moet je 't altijd voor een ander doen." Kennelijk werkt dat. Nog vóór de officiële introductie van 'De 50 van Alkmaar', kregen Harry en zijn wandelmaten al ruim 4000 euro toegezegd!



Op 25 juli deden zij wat zij beloofden: ze liepen de door henzelf opgezette 'De 50 van Alkmaar'. Om 04.30 uur startten zij vanaf de vlotbrug bij Koedijk. Om niet het risico te lopen dat 'De 50 van Alkmaar' uit zou groeien tot een evenement was de route van tevoren niet bekend gemaakt. Wel werden op de Facebookpagina van Harry ruimhartig uiterst gemakkelijke filmpjes over het verloop van de trainingen en de route zelf gedeeld. Vrijwilligers van 't Praethuys en Le Champion zorgden onderweg voor rustpunten met drankjes, hapjes, massages; ondernemers voor gratis maaltijden. Als verrassing was er tot groot vermaak van de Musketiers zelfs op het 25 kilometer-punt voor een optreden van Vive les Gueux (Alkmaarse Watergeuzen) gezorgd!

Welkom bij Grote Kerk

Vrijwilligers van 't Praethuys en enkele Kaasdragers zorgden voor begeleiding van de vijf op de laatste meters naar de Grote Kerk van Alkmaar waar burgemeester Piet Bruinooge hen in het illustere gezelschap van de burgemeester van Kaeskoppenstad Floris van Teylingen (alter ego van Klaas Kirpensteijn) en de voorzitter van de 8 October Vereniging "Alkmaar Ontzet" Frits



Westerkamp welkom heette en hen de cheque met het geweldige bedrag van 23.500 euro overhandigde.

'De apotheose was natuurlijk de aankomst in de stad en de uitreiking van een onverwacht grote cheque door burgemeester Piet Bruinooge.'

Een terugblik van Harry van der Kuyt: "Wat een ongekend feestje was dat! De voorbereidingen met veel kabaal voor onze fundraise. Filmpjes, berichtjes, mailtjes en wat al niet meer om aandacht te vragen voor het prachtige doel dat 't Praethuys is. De wekelijkse trainingen waarin we de groeiende belangstelling en alle toezeggingen met elkaar bespraken. En dan de dag zelf, 25 juli 2020. Een vroege start om 04:30 uur, regelmatige stops met geweldige verzorging door vrijwilligers van 't Praethuys en professionals van Le Champion. De apotheose was natuurlijk de aankomst in de stad en de uitreiking van een onverwacht grote cheque door burgemeester Piet Bruinooge. De Wandelmusketiers zijn trots, dankbaar en voldaan maar ook wel opgelucht dat het is gelukt."

Charme

Ook het bestuur van 't Praethuys is, bij monde van voorzitter Kees van Straaten verguld met het initiatief: "Een onwaarschijnlijke inspanning voor mannen, die niet meer piepjong zijn. Zij wisten in de maanden en weken voorafgaand aan deze tocht steeds meer mensen en instanties te interesseren voor hun doel. Daarbij maakten zij gebruik van hun charme, van hun netwerk en van de sociale media. Natuurlijk zijn wij ook blij met al die sponsors: grote en kleine bedragen, het is allemaal meer dan welkom. Wij zijn deze mannen en alle gulle gevers heel, heel erg dankbaar."

Bijzonder gastvrij

Vernieuwd interieur

De huiskamer van 't Praethuys heeft een fantastische opknapbeurt gekregen. Nu het pand behalve door de bureaumedewerkers, dankzij de coronamaatregelen niet in gebruik was, kon een lang gekoesterde wens van ons in vervulling gaan: een opfrisbeurt voor het interieur.

Onder aanvoering van Piet Duyneveld en Cees Schermerhorn (eigenaars van de voormalige interieurzaak Silhouette uit Heiloo) is door velen vrijwillig en goed werk geleverd. Zo heeft René de Boer (ook uit Heiloo) de grote wand van een mooi en eigentijds behang voorzien, Cees Rood de tafels geschuurd en weer in de lak gezet, Teun Rood de rieten stoelen opnieuw gespoten, Folkert Berghuis de kozijnen en de voordeur een nieuwe verfbeurt gegeven, zijn er nieuwe folderkasten geplaatst en is door de firma van Piet de Geus op zolder een prima bergruimte gemaakt. Cees Schermerhorn bracht tenslotte als kers op de taart nieuwe luxaflex aan.

En ondanks dat de officiële kleurstelling van het interieur geen geweld is aangedaan, oogt alles weer als nagelnieuw en bijzonder gastvrij.

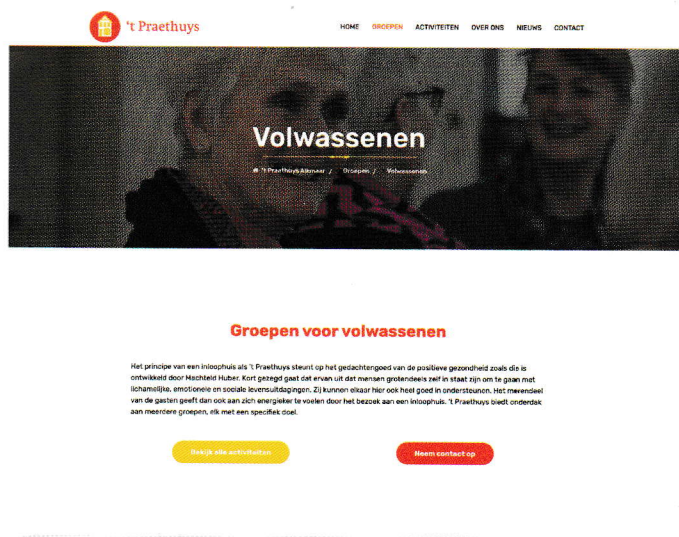


Nieuwe website!

Welkom op onze vernieuwde website. Wij zijn er trots op om 't Praethuys - het huis dat onvoorwaardelijk open wil staan voor allen die getroffen zijn door kanker bij henzelf of bij hun naasten - in een volledig opgefriste en overzichtelijker vormgeving digitaal aan je te kunnen presenteren.

Conversiepartners

De vernieuwingen en veranderingen op onze site zijn mogelijk gemaakt door Conversiepartners. Zij hebben ons de afgelopen maanden met veel deskundigheid, betrokkenheid en geduld geholpen zodat wij alle bezoekers van deze site, maar natuurlijk ook alle bezoekers van ons huis zo goed mogelijk van informatie kunnen voorzien. Door de hulp van Conversiepartners voelen wij ons bevoorrecht. Wij zijn hen dankbaar.



Digitale nieuwsbrief

De website is slechts een voorbeeld van de vernieuwingen die we bij 't Praethuys hebben doorgevoerd. Ook de Nieuwspraet heeft een verandering ondergaan: deze zal voortaan een keer per jaar bij je op de mat vallen. Daarin hebben we vooral aandacht voor veranderingen van structurele aard en opmerkelijke verhalen. Voor actueel nieuws over al onze activiteiten verwijzen wij je naar onze website en onze digitale nieuwsbrief.

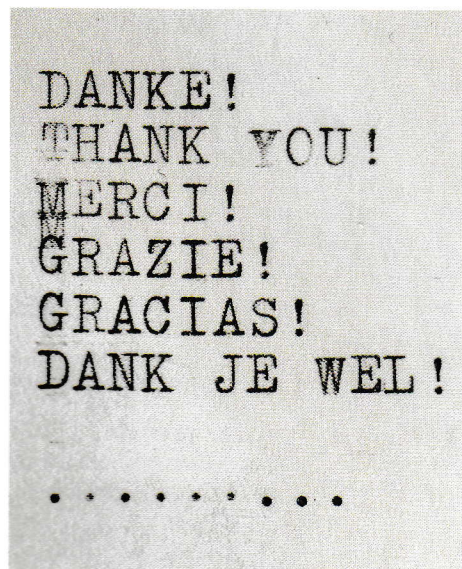
Kom eens langs op www.praethuys.nl en bekijk ons (veelal gratis) aanbod aan diensten die wij bieden aan mensen met kanker én hun naasten. Houd onze nieuwtjes in de gaten: abonneer je op onze digitale nieuwsbrief. Dat kan via diezelfde website heel gemakkelijk: scroll naar de donkergrijze balk onderaan elke pagina en vul je e-mailadres in. Bevestig je aanmelding in je eigen e-mailprogramma en klaar is Kees!

Gulle Giften

Onlangs werd ons huis verrast met een legaat van maar liefst 5000 euro. Ton Gudde overleed vorig jaar zomer aan de gevolgen van een hersentumor. Eerder in zijn leven, tenminste 10 jaar geleden, bezocht hij (toen wonende in Den Helder) vaker ons huis. Hij herstelde in die tijd van een dikke darm kanker. Hij ondervond bij ons veel steun, waarbij hij met genoeg medeede aan een schrijfcursus. Voorzitter Kees van Straaten sprak in Breukelen zijn vrouw Jenny van Aert. Het bestuur beschouwt dit ruime legaat als zeer bijzonder.

Al geruime tijd organiseert Wullie MacMorland, eigenaar van het Schots restaurant "Hielander", jaarlijks in februari het Hielander Whisky Festival in de Grote Kerk in Alkmaar. Vanuit het hele land komen liefhebbers in groten getale hierop af. Ons inloophuis is sinds jaren de begunstigde partij. Dit jaar werd 't Praethuys verguld met een mooi bedrag van € 1285,-. Wullie draagt ons een warm hart toe. Daar zijn we blij mee.

Al vele jaren organiseert Le Champion de Plus Wandel4daagse in Alkmaar: een mooi evenement waarbij veel deelnemers uit het hele land vier dagen achtereen in en rond Alkmaar lopen: een blijde en sportieve bezigheid, steeds in de maand juni. Sinds 2017 is 't Praethuys Alkmaar hét goede doel. Daar zijn we natuurlijk heel erg blij mee. En wat schetst onze verbazing!: zelfs nu dit jaar het evenement niet door kan gaan, is er voor 't Praethuys Alkmaar alsnog een prachtig bedrag van € € 5500,- gedoneerd door onze wandelaars. Dat vinden we natuurlijk geweldig, zeker in deze bizarre coronatijd! Dank Le Champion, dank wandelaars!





Column: Mannenpraat

René Landman heeft prostaatkanker. Hij begeleidt bij 't Praethuys een lotgenotengroep voor prostaatkankerpatiënten en is actief voor de PKS (Prostaatkankerstichting). Voor Nieuwspraet beschrijft hij in zijn column 'Mannenpraat' hoe hij leeft met zijn ziekte.

Een barre tijd onder co(ro)n(a)trole

Na 1 ½ jaar heeft de lotgenotengroep voor Prostaatkankerpatiënten en hun naasten in 't Praethuys zich wel bewezen. Inmiddels weten een kleine 20 lotgenoten (deels met partner) zich regelmatig zeer gemotiveerd aan te sluiten bij de maandelijkse bijeenkomsten. Dan krijgen we in het eerste kwartaal plotseling te maken met een gezondheids crisis van ongelooflijke omvang. De hele wereld op zijn kop. De controle over onze gezondheid en vrijheid raken we volledig kwijt. Een groep beleids mensen bepaalt wat we wel en niet mogen. We zijn compleet in verwarring. Er wordt een 'intelligente lockdown' toegepast om de zorg zoveel mogelijk te ontzien en kwetsbare mensen niet besmet te laten worden. Gelukkig mogen wij ons tot nu toe in Nederland nog in beperkte mate in de buitenlucht bewegen maar veel bezigheden zijn, soms letterlijk, op slot. Een Praethuysloos tijdperk trad tijdelijk in. Vrijwilligers waren in eerste instantie werkloos en mensen met kanker weer volledig op zichzelf aangewezen. Géén medische- en géén psychosociale hulp meer. Voor velen een ongekend zware tijd. Toch ging bij de vrijwilligers van 't Praethuys het bloed weer kruipen waar het in eerste instantie niet gaan kon. Innovatieve bezigheden werden bedacht om onder meer het contact met de gasten zo goed als het kan weer op te starten. Telefonisch, per e-mail, beeldbellen: alles werd uit de kast getrokken om de contacten met de mensen die vaak gebruikmaken van inloop, activiteiten en bijeenkomsten in 't Praethuys weer te herstellen. Ook in deze barre tijd blijft de mens creatief. Tot groot genoegen van de groep mensen die getroffen zijn door kanker. Het persoonlijke contact is en blijft een gemis, maar elke andere vorm van contact wordt enorm gewaardeerd. Dat alles maakt het werk als vrijwilliger van 't Praethuys waardevol en zinvol en daar kan geen enkele crisis tegenop.

Lieve mensen, houd vol en tot gauw weer!

René Landman

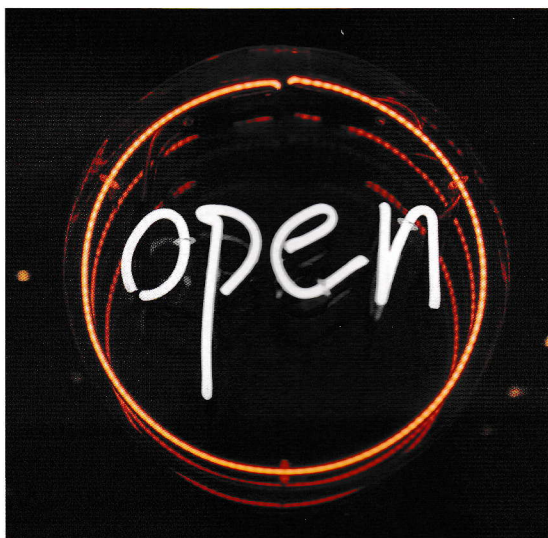
Wij zijn open!

Nadat corona ons dwong om ons inloophuis een tijd gesloten te houden, zijn we er weer. 't Praethuys is weer open! Uiteraard met alle noodzakelijke voorzorgsmaatregelen. De groepen, ontspanning en creativiteit; je vindt het in ons inloophuis. Kijk op de website voor het huidige aanbod.

Een afspraak maken is noodzakelijk. Je doet dit heel eenvoudig door te bellen met 072-5113644 of een mail te sturen naar info@praethuys.nl.

Blijf op de hoogte van het laatste nieuws en de activiteiten via de digitale nieuwsbrief van 't Praethuys.

Meld je aan via www.praethuys.nl. Het aanmeldveld bevindt zich onderaan de webpagina.



Voel je welkom bij 't Praethuys!

Sponsors

Sponsors zijn belangrijk voor het voortbestaan van 't P(Praethuys). Dankzij financiële bijdragen van het bedrijfsleven, particulieren en sponsoring in natura bestaat 't Praethuys. Grote en kleine bedragen zijn welkom. 't Praethuys steunen? Maak een donatie over op op bankrekening NL32RABO0346615496 ten name van 't Praethuys te Alkmaar.



Colofon

Redactie (vrijwilligers):
Annelies Hoogland
Erna Lucas
Ingeborg Bijlsma (eindredactie)

Hoofdredactie:
Tanja Schipper

Vormgeving (sponsoring):
Saskia Bontes
(SAM graphic solutions)
Huisstijl design
(sponsoring): Ad de Boer
Fotografie (vrijwilligers):
Keesnan Dogger
Ronald Smits
Archief 't Praethuys
Drukwerk:
Drukkerij Proja B.V. Alkmaar
Verzending (sponsoring):
Nic. Oud Direct Mail B.V.
Heerhugowaard

't Praethuys
Westerweg 50, 1815 DG Alkmaar
072 511 36 44 | www.praethuys.nl

De Nieuwspraet automatisch ontvangen? Stuur ons een e-mail met uw naam en adres: info@praethuys.nl

