



Algemene informatie 't Praethuys, Centrum voor leven met en na kanker

Alkmaar, maart 2020

Vanaf 2002 is de Stichting 't Praethuys actief voor mensen met kanker, hun naasten en nabestaanden. Het doel: deze mensen gastvrij, onvoorwaardelijk op te vangen, te ondersteunen en in een veilige omgeving te stimuleren, zodat zij na verloop van tijd weer krachtig genoeg zijn om zelfstandig verder te gaan.

Om dit te bereiken biedt 't Praethuys een breed pakket variërend van individuele gesprekken, informatie, lotgenotencontact, ontspanning en professionele ondersteuning.

't Praethuys is sinds 2005 gevestigd aan de Westergweg 50 in Alkmaar.

<https://www.praethuys.nl>

Samenwerking

Samenwerken is in de zorg voor kankerpatiënten zeer belangrijk. 't Praethuys richt zich op samenwerking tussen de formele en de informele zorg binnen de oncologie. Vanuit dit oogpunt wordt er samengewerkt met de oncologische zorg binnen Noordwest en de eerstelijnszorg binnen de oncologie. Denk aan fysiotherapeuten, diëtisten en psychologen die zich richten op de behandeling en ondersteuning van mensen met kanker. Samenwerking en kennisdelen zijn ook leidend in de contacten met o.a. Humanitas, Hospice en thuiszorgorganisaties.

't Praethuys gaat geen behandelrelatie aan met zijn gasten. Het huis helpt hen een moeilijke periode door te komen.

't Praethuys is aangesloten bij IPSO, een overkoepelende belangenorganisatie voor inloophuizen voor kankerpatiënten en hun naasten. 't Praethuys participeert in het OOOproject, dat de intensivering van de samenwerking binnen de formele en informele oncologische zorg als doel heeft.

Met ruim 3400 bezoekers per jaar behoort 't Praethuys tot de grotere inloophuizen in Nederland.

Naasten

Kanker heb je niet alleen, ook naasten worden getroffen. Zij kunnen ook in 't Praethuys terecht. We zien dan ook een grote variatie in leeftijd en achtergrond. Sommige van onze gasten zijn zelf ziek, anderen hebben een zieke partner, vader, moeder, vriend of vriendin. Er komen mensen met een goede prognose, maar ook mensen bij wie de uitzichten ronduit slecht zijn. We hebben contact met leerkrachten en hulpverleners en geven les en voorlichting aan jongeren.

We zien een toename van mensen die leven met kanker én van mensen die leven na kanker. Dit maakt dat de zorg die een inloophuis als 't Praethuys biedt zeer hard nodig is.

Vrijwilligers

Onze gasten worden opgevangen en begeleid door vrijwilligers. Dat zijn betrokken mensen-mensen, die vaak al jaren aan ons huis verbonden zijn. Zij zijn geschoold waarbij 't Praethuys de laatste tijd gebruik maakt van de opleidingsfaciliteiten van IPSO. Daarnaast krijgen de vrijwilligers de mogelijkheid tot het volgen van intervisie. Er zijn ongeveer 70 vrijwilligers verbonden aan ons huis.

Betaalde krachten

't Praethuys heeft een coördinator in dienst voor 32 uur per week. Voorts een bureaumedewerker voor 20 uur per week.

In het kader van de pilot met het ziekenhuis (zie onder) is ook daar een coördinator aangesteld: 16 uur per week

Tot slot is er een rouwtherapeute werkzaam: 2 uur per week

Bereikbaarheid

't Praethuys is geopend van maandag tot en met donderdag. Iedereen die geraakt is door kanker kan dan in 't Praethuys terecht (zonder afspraak) voor een gesprek, koffie en thee. Ook 's avonds zijn er regelmatig activiteiten, lotgenotengroepen.

't Praethuys buiten Alkmaar

Om de zorg dichterbij huis te kunnen bieden, huurt 't Praethuys twee dagdelen per maand een ruimte in de fysiotherapie praktijk van Ann Taveirne. Zij heeft een praktijk die zich toelegt op oncologische zorg. Gedurende die dagdelen wordt een inloopfunctie mogelijk gemaakt waar veel gasten gebruik van maken. Alle overige activiteiten vinden plaats aan de Westerweg in Alkmaar

Sinds 2020 heeft Wendy Borst in Burgerbrug inloopochtenden mogelijk gemaakt: elke eerste donderdag van de maand is ieder die geraakt is door kanker van harte welkom. In die ochtend wordt ook een lezing gehouden, alles in goed overleg met 't Praethuys. Wendy heeft samen met haar man een geitenboerderij waar ook een zorgfunctie aan gekoppeld is.

PR

Wij realiseren ons dat de drempel om binnen te komen hoog is. We moeten ons dus blijven inzetten voor PR, zowel via de kranten, het internet, buurtinstellingen, de sociale media en andere kanalen. Enige malen per jaar verschijnt er een nieuwsbrief "Nieuwspraet".

Vaste activiteiten

Voor 2019 hebben wij, naast de inloop op vier dagen per week in Alkmaar en 2x/mnd in Heerhugowaard, de volgende vaste activiteiten gepland:

Talk2Gether en Club1835: beide groepen zijn bedoeld voor jonge mensen die zelf geconfronteerd worden met kanker of die een vader, moeder broer, of zus hebben die getroffen is door kanker.

Kidsclub Pardoos: op woensdagmiddag kunnen kinderen van 6 tot 12 jaar op hun eigen Praethuys zolder spelen en praten met elkaar en met onze deskundige vrijwilligers.

Mindfulness: drie keer per jaar organiseren wij een korte cursus Mindfulness.

Nabestaandenavond: iedere maand is er een avond voor nabestaanden van kankerpatiënten. Aan deze avonden is een thema verbonden is, met na afloop een gezellige nazit.

1x per 2 maanden wordt er een wandeling met lunch georganiseerd voor mensen die iemand aan kanker verloren zijn.

Lotgenotengroep voor borstkankerpatiënten:

Groep voor mensen met uitzaaiingen: maandelijks met elkaar onder deskundige leiding praten en delen.

Wandelgroep

Lotgenotengroep voor mensen met prostaatkanker: 1x/maand

Bijeenkomst voor partners van gasten met prostaatkanker: 2x/jaar

Zingen: onder leiding van een dirigent wordt even vergeten waarmee je dagelijks geconfronteerd wordt.

Creatief atelier: groep creatieve mensen die onder leiding van een deskundige bijzondere zaken maken.

Massage: wekelijks kunnen mensen bij ons terecht voor een ontspanningsmassage die gegeven wordt door professionele masseurs.

Gezichtsbehandeling: een schoonheidsspecialiste geeft gezichtsbehandelingen.

Hand – en voetverzorging: gasten kunnen gebruik maken van een ontspannende handverzorging.

Zentangle: (creatief tekenen) 1x/maand

Klankschalenreis: 1x/mnd

Noordwestziekenhuis

Eind 2019 is een nieuw project, vooralsnog een pilot, gestart in het ziekenhuis: op plaatsten waar daar oncologische zorg wordt geboden (afdeling radiotherapie, dagbehandeling oncologie, etc) zullen geschoolde vrijwilligers van 't Praethuys de patiënten en/of hun partners op bescheiden wijze aanspreken en hen –op verzoek- bevragen naar de behoefte aan psychosociale ondersteuning. Deze werkwijze is al langer beproefd op meerdere plekken in Nederland in diverse ziekenhuizen. Deze nieuwe vorm van samenwerking wordt van harte ondersteunt door de oncologen en de directie van het Noordwestziekenhuis.

Scholen

Het is de bedoeling dat in 2020 een nieuwe activiteit van 't Praethuys zal starten: wij zullen een aantal scholen, vooral VMBO scholen, in de regio bezoeken om aldaar voorlichting te geven over kanker om deze ziekte meer bespreekbaar te maken en om de scholieren te leren met respect om te gaan met deze vaak ingrijpende ziekte. De mogelijkheden die ons huis te bieden heeft worden dan ook toegelicht.

Andere activiteiten

Lezingen over o.a. bewegen bij kanker en yoga bij kanker.

Workshop creatief tekenen.

3 x per jaar Concert op de zondagmiddag.

4 x per jaar Exposities van oa schilderijen. Van en voor mensen die met kanker te maken hebben.

10 x per jaar Themamiddag voor kankerpatiënten. In samenwerking met Noordwest en thuiszorgorganisatie Eveen.

1x per jaar The Walk. Speciale bijeenkomst in de Alkmaarder Hout, waarbij wordt stilgestaan bij wat kanker voor mensen kan betekenen. Er zijn voordrachten, er is muziek en een ceremonie met rozen. Het is een intieme bijeenkomst waar jaarlijks zo'n honderd mensen aan meedoen.

1x per jaar organiseren wij een Verwendag voor iedereen die met kanker te maken heeft.

Mensen kunnen gemasseerd worden, hun handen en nagels een verwenbeurt laten geven, of genieten van een schoonheidsbehandeling. Ook wordt er gezorgd voor een heerlijke lunch.

Algemeen

't Praethuys werkt samen met patiëntenverenigingen binnen de oncologie. Voorbeelden hiervan zijn bijvoorbeeld koffieochtenden voor stomapatiënten in samenwerking met de Stomavereniging.

Toekomst

Naar verwachting zal in het voorjaar van 2020 de mogelijkheid geboden worden om gasten te laten deelnemen aan yoga lessen.

Kees van Straaten, voorzitter bestuur

Tanja Schipper, coördinator