



## Inloophuis 't Praethuys Alkmaar Centrum voor leven met en na kanker

### **Waarom 't Praethuys?**

't Praethuys is een centrum voor mensen met en na kanker én hun naasten, aan wie wij informele zorg willen bieden, om zo bij te dragen aan een voor hen betekenisvol leven.

### **Hoe doet 't Praethuys dat?**

Gasten ontvangen in een warm en toegankelijk huis, waar gastvrijheid vanzelfsprekend is. Het bieden van psychosociale ondersteuning op maat, waarbij de betrokkenen worden aangesproken op hun eigen kracht en weerbaarheid, die wij helpen ondersteunen en versterken. Sleutelwoorden hierbij zijn: *informatie, inspiratie én aandacht*.

't Praethuys vervult een centrumfunctie voor partners in de formele zorg met hun aanbod.

### **Wat doet 't Praethuys?**

Onze geschoolde en gemotiveerde vrijwilligers inventariseren samen met de gast wat er speelt en waar behoefte aan is. Het gedachtegoed en het gespreksmodel van de positieve gezondheid zetten we hierbij in als een ondersteunend instrument. Ook wordt gekeken naar de impact die kanker heeft op patiënt, naasten en nabestaanden, tijdens én na de behandeling.

Professionele aansturing, onafhankelijkheid, deskundigheid en betrokkenheid zijn vanzelfsprekend.

Het huis faciliteert informele zorg in de regio, zowel in Alkmaar als ook in dependances en satellieten.

Kernpunten uit ons aanbod zijn: vragen beantwoorden, van informatie voorzien, Een-op-een gesprekken voeren, contact met lotgenotengroepen, creatieve bezigheden, ontspanningstherapie, contact met geestelijk verzorgers, een coach of met een psycholoog. Ondersteuning en begeleiding zijn gericht op het activeren en inzetten van de eigen kracht van de gast, zo dat hij/zij weer zelf de regie van zijn/haar leven kan oppakken.

Het bestuur stelt samen met de coördinator een beleidsplan op voor de korte en lange termijn. Actuele behoefte van informele psychosociale zorg wordt hierbij als uitgangspunt genomen.

Vanuit het bestuur wordt gewerkt aan fondsenwerving en externe communicatie, alsmede samenwerking met landelijke instellingen zoals IPSO, KWF en met regionale initiatieven en de andere inloophuizen. Een en ander in onderlinge afstemming met de coördinator.

## **Beleidsplan 2021 – 2024**

### **Korte termijn:**

Het oncologisch veld is continue in beweging, richtlijnen en inzichten veranderen. De ontwikkelingen binnen de psychosociale oncologie en de daaruit voortvloeiende veranderde behoefte worden gesignaleerd en ingezet voor het aanbod. Leren en ontwikkelen zijn hierin de kernwoorden.

Regelmatige scholing, training en intervisie van onze vrijwilligers.

Richten op de impact van kanker op kinderen en jongeren. Naast de lotgenotengroepen (kind en pubers) doen we een warme uitnodiging aan scholen en jeugdhulp om kennis te delen en samen te werken.

't Praethuys streeft naar het inzetten van een team vrijwilligers in Noordwest met als doel om vroegtijdig in de behandeling informele psychosociale ondersteuning aan te bieden: hervatting van de door Corona tijdelijk gestaakt pilot in maart 2020.

Optimaliseren en ondersteunen van onze "satellieten" Heerhugowaard en Burgerbrug.

Branding, pr en communicatie versterken, mede op basis van story telling.

't Praethuys wil voor de communicatie naar buiten vaker gebruik maken van sociale media.

Daarmee wil het huis herkenbaarheid voor potentiële gasten verhogen.

Afstemming van beleid in goed overleg met IPSO en met naaste collega inloophuizen.

Steeds zal een goede afweging gemaakt moeten worden tussen wenselijkheid en haalbaarheid van nieuwe plannen, kijkend naar de mankracht die beschikbaar is.

### **Lange termijn:**

De coördinator zal in samenspraak met het bestuur de inhoudelijke zorg naar onze gasten borgen waarbij het huidige aanbod aan activiteiten, lotgenotencontact, ontspanning, informatie het uitgangspunt is.

Niet alleen gasten moeten zich onvoorwaardelijk welkom voelen in ons huis, maar ook is het belangrijk dat onze vrijwilligers zich gedragen en gesteund voelen: een belangrijke en continue taak voor de coördinator.

Kijkend naar landelijke ontwikkelingen (IPSO) en regionale trends zal gekeken worden naar wenselijkheid en haalbaarheid van uitbreidingen van het zorgaanbod. Te denken valt aan uitbreiding van lotgenotencontacten van ander kankersoorten. Voorts aan hervatting van de pilot samenwerking met het NWZ. Ook denken aan de mogelijkheid van scholing en informatie voorziening aan leerlingen van middelbare scholen in Alkmaar en omgeving.

Nu biedt ons huis onderdak aan een psycholoog, een coach, een diëtiste, een geestelijke verzorger, een toets groep huisartsen: allen met speciale aandacht in de oncologische zorg. Gekeken zal worden naar de wens en haalbaarheid van uitbreiding van dit aanbod zodat het huis meer het accent van "een centrum voor leven met en na kanker" krijgt.

## **Aanbod**

Eerste kennismaking met 't Praethuys bestaat uit een gesprek met een gastvrouw/heer of begeleider lotgenotengroep waarin kennismaken en luisteren centraal staan. Van hieruit wordt behoefte bepaald en informatie gegeven over de mogelijkheden binnen 't Praethuys. Een vervolg gesprek een-op-een is mogelijk, hiervoor wordt een warme uitnodiging gedaan.

Lotgenotengroepen voor: borstkankerpatiënten, prostaatkankerpatiënten, mensen die leven met uitzaaiingen, nabestaanden, wandelen voor nabestaanden, jongeren en kanker, kindergroep Pardoos, tienergroep Talk2Gether.

Creativiteit: zentangle, creatief atelier, schrijven, Heart Pillows maken, zingen voor plezier, exposities in 't Praethuys.

Ontspanning: massage, schoonheidsbehandeling, hand/voetverzorging, yoga, klankschalenreis, mindfulness

Aanbod formele zorg binnen inloophuis 't Praethuys – Centrum voor leven met kanker

- Psycholoog, een-op-een consulten en groepen
- Diëtiste
- Geestelijk verzorger
- Themamiddagen en lezingen. 't Praethuys organiseert in samenwerking met formele zorg waaronder Evean (thuiszorgorganisatie) en Noordwest ziekenhuis.

Dependance en satelliet

- Inloop/koffieochtenden bij fysiotherapie en revalidatie Ann Taveirne, Heerhugowaard
- Koffieochtenden en lezingen in Burgerbrug, geitenboerderij 't Roode Hart en Ontmoetingscentrum Old Skool.