

NIEUWSBRIEF

Nr. 8– 2018

hetsteunpunterneuzen@hotmail.com
www.hetsteunpunterneuzen.wordpress.com
tel. 06 20830968 - kvk: 22065049 – ANBI
bankrek. NL32 RABO 0114 8871 52



STICHTING HET STEUNPUNT TERNEUZEN

Doelgroep (ex)kankerpatiënten, chronisch zieken
en hun naasten

AGENDA



OKTOBER 2018

- 1 okt. Creatief met pastel (TS)
- 1 okt. Meditatie, Leeuwenkwartier
17u inloop, start 17.30u stipt
- 3 okt. **STOMA THEMAMIDDAG**
Stoma in het dagelijks leven.
Met medewerking van Welland
Stomazorg:
Robin Engels en Inge Florie.
Rivierenhuis, IJsselstr., Terneuzen.
Aanvang 13u Er zijn geen kosten
aan verbonden.
- 3 okt. Kaartjes maken (TS)
- 7 okt. **Benefietconcert bij de PIT**
Met the Blue Clay en Filthy Horse
- 8 okt. Cryptogram oplossen (TS)
- 8 okt. Meditatie - Leeuwenkwartier
- 9 okt. Brei-en haakcafé (TS)
- 10 okt. Tekenen (TS)
- 11 okt. Creatijd - Rivierenhuis
- 15 okt. cryptogram oplossen (TS)
- 17 okt. diamond painting (TS)
- 18 okt. Zingen - de Zeemeeuw
- 22 okt. Quilten (TS)
- 22 okt. Meditatie - Leeuwenkwartier
- 23 okt. Brei en haakcafé, Grand Café (TS)
- 24 okt. tekenen (TS)
- 29 okt. Meditatie - Leeuwenkwartier
- 31 okt. **Sieraden maken (TS)**
Armband met zeeuwse knop, €7,50
Aanmelden:
hetsteunpunterneuzen@hotmail.com
06 20830968

TS = Ter Schorre

INFORMATIEPUNT BIBLIOTHEEK

Op vrijdagmiddag kunt u terecht bij het informatiepunt van het Steunpunt in de Bibliotheek Terneuzen van 13.15u u tot 15.30u. voor vragen, aanmelden activiteiten of een praatje.

7 OKTOBER 2018
BENEFIETCONCERT VOOR
HET STEUNPUNT
GEORGANISEERD DOOR DE
PIT
MET: THE BLUE CLAY
EN
FILTHY HORSE
Kaarten: €7,50
Zaal open: 15u
Presentator: Marco van Avermaete

Themamiddag: Stoma in het dagelijks leven 3 oktober 2018

Het Steunpunt Terneuzen organiseert in samenwerking met Welland Stomazorg een themamiddag. Robin Engels en Inge Florie presenteren deze middag over "Stoma in het dagelijks leven".

Leven met een stoma, het betekent voor iedereen wat anders. In de eerste periode is het wennen. Maar hoe zit het nu met voeding? Kan ik alles eten, of moet ik sommige voedingsmiddelen vermijden? En kan ik weer sporten? Kan ik nog intiem zijn met mijn partner en kunnen we samen nog kinderen krijgen? In principe kunnen mensen met een stoma alles weer doen, wat ze voor de operatie ook deden. Bijvoorbeeld zwemmen. Met een stoma kan dat prima. Inge Florie, verpleegkundig consulent van Welland zal deze onderwerpen behandelen. Ook aan bod komen de soorten stoma's, werk, huidproblemen en productinformatie (accessoires en zakken). Het is een interactieve sessie, zodat er ruimte geboden wordt aan de vragen die er leven bij de aanwezigen en deze ook duidelijk beantwoord kunnen worden. De middag is bedoeld voor stomadragers, professionals en andere geïnteresseerden.

De middag op 3 oktober start om 13u, locatie Rivierenhuis, IJsselstraat 3 Terneuzen.

Voor aanmelding en meer informatie:
hetsteunpunterneuzen@hotmail.com of
06 20830968

WELZIJNSMARKT HET STEUNPUNT

23 Maart 2019

Prijsjes voor de verloting en spullen voor de rommelmarkt zijn welkom!

Heeft u oude lakens? Ook die kunnen wij gebruiken om over de tafels de leggen.

Inzamelpunt voor rommelmarkt spullen:

Yvonne Dijkstra: 06 36486364

FRIETAVOND bij het Grand Café Ter Schorre

Wij willen vanuit het restaurant voor jullie een frietavond organiseren,

Op de 2e woensdag van de maand:

Woensdag 10 oktober 2018

Woensdag 14 november 2018

Woensdag 12 december 2018

Friet met Snack en sausjes, sla en appelmoes een toetje na en dit alles voor de prijs van € 8,75 p.p.

Waar: In ons gezellige restaurant

Tijd: Graag aanwezig om 16.30 uur

Drankjes zijn voor eigen kosten.

Graag opgave voor vrijdag 5 okt, vrijdag 9 nov en vrijdag 7 dec.

aanmelden 088 8873065

Team Grand Café

WORKSHOP: ALS IK NEE ZEG, VOEL IK ME SCHULDIG

Hoe 'ja' of 'nee' leren zeggen en er mij goed bij voelen

Dagelijks komen er vragen op me af. Vaak durf ik niet 'nee' zeggen of als ik 'nee' zeg, voel ik me daarna schuldig. In deze workshop staan we stil bij de manier waarop ik omga met vragen, uitnodigingen, verwachtingen, veronderstellingen die op mij afkomen. Welke invloed hebben deze vragen en verwachtingen op mij, wat brengen ze teweeg in mijn gevoel en in mijn denken? Wat maakt dat ik me soms schuldig voel ... hoe werken schuldgevoelens eigenlijk? Hoe kan ik 'ja' of 'nee' leren zeggen zonder mij schuldig te voelen? We maken gebruik van een stappenplan om hierin concreet vooruitgang te maken.

Donderdag 4 oktober 2018 - van 19u30 tot 21u30 in

De Twijn Terneuzen. Inschrijven via

www.prh-nederland.nl

Kosten: 15 euro

PRH PERSOONLIJKHEID EN RELATIES VOOR CURSUSSEN, WORKSHOPS, LEZINGEN EN COACHING

jacqueline.hermans@prh-nederland.nl

tel. 0115 697300

LONGPUNT ZEELAND LOCATIE TERNEUZEN

Meer informatie via zeeland@longpunt.longfonds.nl

ZON (ZEEUWS VLAAMS ONCOLOGIENETWERK)

Wilt u een afspraak maken of wenst u meer informatie, dan kunt u contact opnemen met:

Yolanda van Esbroek

Bereikbaar via Fysio-Fit Stams Terneuzen

0115 620530 of www.zvl-oncologienetwerk.nl

KIKA: Nelleke Joesse – neljos@zeelandnet.nl
0117 386244

BORSTKANKERVERENIGING NEDERLAND AFD. ZEEUWS VLAANDEREN

Voor meer informatie:

Monika Crosiers – Maes, Papegeulestraat 2, 4551 HZ Sas van Gent. T. 0115 451981

terneuzen@borstkanker.nl

DANSEN MET UNNA BERG

Malpertuus, Malpertuuslaan 6, Clinge

13 okt., 10 nov. en 8 dec. 2018

Van 10u tot 12u

Gregoriuscentrum, Walstraat 33, Axel

19 okt., 16 nov. en 14 dec. 2018

Van 13.30u tot 15.30u

De Warande, Wilhelminastr. 43, St.Jansteen

29 okt., 26 nov. en 17 dec. 2018

Van 19.30u tot 21.30u.

CONTINUÏTEITSHUISBEZOEKEN

In Zeeuws-Vlaanderen worden de continuïteitshuisbezoeken door vier wijkverpleegkundigen gedaan. De huisbezoeken zijn bedoeld voor ALLE mensen die in aanraking komen met kanker.

Saskia de Smit, Michelle Eijsackers, Jilca d'Hert en Ineke de Prenter werken allemaal mee in de zorg aan bed in thuisituaties. Zij zijn te bereiken via het centrale nummer van de thuiszorg:

gemeente Terneuzen: 0115-674500

gemeente Sluis/Oostburg: 0117-456500

gemeente Hulst: 0114-383500

VEERKRACHT “bewegen naar vermogen”

Voor aanmelding en informatie kunt u terecht bij Roselieke Faasse, 0115-613398 of Eldina

Steenbakker, 0115-481633.

veerkracht1@hotmail.com

VOKK (Ver. Ouders Kinderen met Kanker)

Veel ouders ervaren contact met lotgenoten als een belangrijke steun.

Freddy de Burger: tel. 0114 -310435, e-mail:

deburgerf@gmail.com

INBALANS ZAAMSLAG

SensiPlus-therapie en coaching

www.inbalans-zaamslag.nl

Rosita van Geersdaele -Veerstraat 15

4543 BG Zaamslag - 0115-431096

rvgeersdaele@zeelandnet.nl

BIJZONDERHEDEN ACTIVITEITEN HET STEUNPUNT

Creatief met pastel – 1 oktober 2018

Elke eerste maandag CREATIEF MET PASTEL.

Van: 14.00 – 15.30 uur, Vivaldizaal Ter Schorre.

Kosten € 4 Onder leiding van Loes Minneboo,

met ondersteuning van Ineke Sijbinga

Informatie en aanmelding: T. 0115 694035

jsijbinga@kpnplanet.nl

Kaartjes maken – 3 oktober 2018

Elke eerste woensdag kaartjes maken o.l.v. Saar den Dekker, ondersteuning Chrstine van Doorn. Locatie Ter Schorre Vivaldizaal, Deelame €2,50 incl. materiaal. Tijdstip 14u – 15.30u. Aanmelden: hackri@zeelandnet.nl of j.dendekker1@telfort.nl T. 0115 618063

Cryptogrammen oplossen 8 en 15 okt. 2018

Van 14u tot 15.30u Deelname €2 . Onder leiding van Nikki Vaas. Vivaldizaal Ter Schorre. Opgave: T. 06 20830968 hetsteunpunterneuzen@hotmail.com

Tekenen 10 en 24 oktober 2018

Elke tweede en vierde woensdag van de maand onder leiding van Mieke Neyt en Christine van Doorn. Van: 14.00 – 15.30u., Vivaldizaal Ter Schorre. €4 incl. materiaal. Vivaldizaal, Ter Schorre hackri@zeelandnet.nl T. 0115 618063

Brei-en haakcafé:

9 – 23 oktober, 6 en 20 nov., 4 en 18 dec. van 10u tot 11.30u kunt u terecht in “het brei-en haakcafé”. De opzet is om gezellig samen te haken en te breien met een praatje en een bakje koffie.

Plaats: Grand Café Ter Schorre. Kosten: €2,50 beginners en gevorderden binnen de doelgroep. Voor meer informatie en/of aanmelden: Matty de Jager: makimo@zeelandnet.nl T. 0115 620248

Lotgenotencontact: Dinie Meertens

Creatijd: 11 okt., 8 nov., 13 dec. 2018

Bij deze activiteit wordt steeds een ander thema en ander materiaal genomen. Dit maakt CREATijd afwisselend en verrassend. Elke tweede **donderdagochtend** van de maand. Rivierenhuis, IJsselstraat 3, Terneuzen. O.l.v. Matty de Jager met ondersteuning van Magda Duysserinc. Deelname 5 euro. Aanvang 10u. Aanmelden bij: makimo@zeelandnet.nl T. 0115 620248

Diamond Painting – 17 oktober 2018

Elke derde woensdag o.l.v. Jessica Roks met ondersteuning van Hannie Compjet. Van 14u tot 16u , Vivaldizaal Ter Schorre We werken samen aan de Diamond Painting, waar gezelligheid en plezier voorop staat. Deelname €2,50 incl. koffie/thee. Aanmelden: hetsteunpunterneuzen@hotmail.com T. 06 20830968

Begeleiding en ondersteuning: Freddy de Burger: deburgerf@gmail.com T. 0114 310435

Zingen (nederlandstalig) 18 oktober 2018

De nadruk van het samen zingen ligt op gezelligheid en saamhorigheid. Kom de sfeer eens proeven en zing vrijblijvend eens met ons mee. Locatie buurthuis de Zeemeeuw, Schuberthof Terneuzen. Tijdstip van 19u tot 21u. Onder leiding van Walter Dobbelaar (accordeon) Deelname 2 euro (incl. koffie)

Workshop quilten/patchwork: 22 okt. 2018

Elke vierde maandag van 14u. tot 15.30u. o.l.v. Willeke van Toorn met ondersteuning van Mena Martens- de Jonge. Locatie Ter Schorre Vivaldizaal. Deelname €5 incl. materiaal. Aanmelden: hetsteunpunterneuzen@hotmail.com t. 06 20830968

Sieraden maken 31 okt. 2018,30 januari 2019

O.l.v. Sjennie de Bruijne wordt er een armband gemaakt, met Zeeuwse knop. Dit is het kenmerk van de sieraden die Sjennie maakt. Aanvang: 14u. Vivaldizaal Ter Schorre. Met ondersteuning van Judith Reimink. Deelname:€7,50, aanmelden: hetsteunpunterneuzen@hotmail.com T. 06 20830968

STOMACONTACTMIDDAG 2018

3 oktober “stoma in het dagelijks leven”. Aanvang: 13.u-15.u, Rivierenhuis, Terneuzen IJsselstraat 3. Vrij toegang O.l.v.: Yvonne Dijkstra, Dinie Meertens, Marije van der Zanden

Advisering re-integratie en eventuele financiële consequenties bij ziekte

Indien nodig helpen wij u bij het maken van plannen, of het opstellen van doelen, ondersteunen wij u in de contacten met het UWV, bedrijfsarts, werkgever , uitgaande van uw eigen regie en mogelijkheden. hetsteunpunterneuzen@hotmail.com T. 06 20830968

Meditatie

Locatie: het Leeuwenkwartier, Leeuwenlaan 31 4532 AE Terneuzen Ann Lanckriet van de Maha Karuna C’han (Ton Lathouwers en André v.d. Braak) geeft al jaren deze meditatie en is hiervoor erkend. 1 – 8 – 22 – 29 oktober 5 - 19 – 26 november 3 en 10 december Tijd: 17u inloop met thee, aanvang 17.30u stipt. Aanmelden bij: Ann Lanckriet 06 30835942 Per keer €5



ROUWZORG KANAALZONE
*Rouwzorg Kanaalzone staat voor een
laagdrempelige en kwalitatief hoge
rouwbegeleiding voor (jong) volwassenen.*

AANMELDEN GROEPSROUWZORG
Najaar 2018
of
Persoonlijke rouwbegeleiding

Emoties, eenzaamheid, behoefte om te praten met lotgenoten over het missen van een dierbare, zijn vaak redenen waarom men kiest voor een rouwzorggroep.

Wat kunt u verwachten?

Een serie van acht besloten bijeenkomsten van elk één dagdeel. Indien u zich aanmeldt, is het ook de bedoeling dat alle acht de bijeenkomsten bijgewoond worden.

De groepsgesprekken worden begeleid door deskundige rouwzorgteamleden. Zij geven u de handvatten die u nodig heeft om na verloop van tijd het leven weer op eigen kracht op te pakken.

Aanmelding voor de groepsrouwzorg:
rouwzorg-kanaalzone@outlook.com
t. 0115 618915 (Ingrid Wojtal)

**Aan de groepsrouw of persoonlijke
rouwbegeleiding zijn geen kosten verbonden.**

hetsteunpuntterneuzen@hotmail.com
rouwzorg-kanaalzone@outlook.com
of 0115 618915
www.hetsteunpuntterneuzen.wordpress.com

COLLEGA'S ZEELAND

Na het verlies van een partner draait de wereld voor iedereen door, terwijl jij dit niet altijd zo ervaart. Je vraagt je af hoe je je leven weer invulling kunt geven na zo'n ingrijpende gebeurtenis. Collega's Zeeland kan hierbij steun bieden. Hopelijk zijn er waardevolle en trouwe mensen om je heen die begripvol zijn. Maar later, waar vind je dan een luisterend oor om je verhaal nog eens kwijt te kunnen. Of zomaar een troostend gesprek of gebaar? Maar bovenal herkenbaarheid in jouw verdriet. Collega's Zeeland organiseert, met inbreng van leden, activiteiten die je misschien niet zo snel alleen zou doen. Denk bijvoorbeeld aan een wandeling, fietstocht, cultuur snuiven of een gezellig etentje.

Collega's Zeeland is een vereniging. Een lidmaatschap voor een jaar kost € 27,50 met daarbij eenmalig een inschrijfgeld van € 5,00. Voel je je aangesproken of spreek dit je aan. Schroom niet contact op te nemen voor meer informatie. U kunt bellen of mailen met Peter Goossens voor meer informatie. Het telefoonnummer is 0118 552476, mail p.goossens@zeelandnet.nl

info@collegaszeeland.nl
site: www.collegaszeeland.nl



Zo stil

Dat iedereen wel weet dat dit zo blijft,
Voor altijd, voor altijd en een leven lang,
het was,
Zo stil,
Dat iedereen het voelde in zijn lijf,
Geen pen, die ooit nog dit gevoel beschrijven kan.

Zo Stil,
Dat alle klokken zwegen ja,
De tijd stond onbeweeglijk,
Zo stil en zo verloren ging je weg,
Zo stil en zo verloren ging je weg.
Blöf

VRIEND VAN

Voor € 36 wordt u vriend van het Steunpunt. Met dit bedrag kunt u ons werk ondersteunen. Voor bedrijven en organisaties die gerelateerd zijn aan onze doelgroep is het mogelijk voor dit bedrag een vermelding te krijgen in onze nieuwsbrief en onze website.
bankrek. NL32 RABO 0114 8871 52
tnv. Stichting het Steunpunt Terneuzen

