



Kennisnetwerk Vaktherapie Oncologie

Voorjaarskiemen

Het voorjaar ontkiemt, ondanks alles...



Op het moment dat je deze nieuwsbrief ontvangt, zijn het roerige tijden in Europa en voor de wereld. Nadat we allemaal met min of meer beperkende maatregelen rond Corona te maken hadden, is het nu de Russische inval in Oekraïne die de mensen met zorg bezighoudt. Maar als je om je heen kijkt, zie je dat het voorjaar zich toch, ondanks alles, aandient. De dagen zijn al merkbaar langer, de eerste narcissen en sneeuwkllokjes bloeien en de bomen en struiken staan vol in de knop. Hoopvol!

Wij hopen dat je ondanks de onrust in Europa, niet vergeet te leven.

In deze nieuwsbrief blikken we terug op de geslaagde en interessante workshop met Ellis Meijers en Myra Clabbers; "Bewust naar Rust", en vertellen we over de pas geopende

AYA-lounge in het Erasmus MC te Rotterdam.

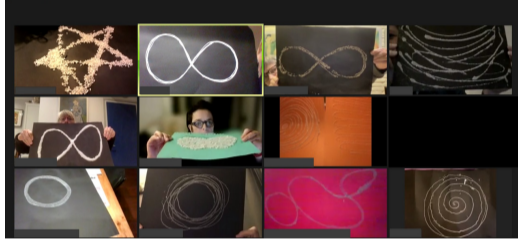
Tot slot vertellen we over Fietsen voor Geluk; tijdens een fijne fietstocht kun jij geld ophalen voor een Centrum voor leven mét en ná Kanker bij jou in de buurt. Kun of wil je niet fietsen? Je kunt óók helpen door te doneren.

Onze voorzitter van het Kennisnetwerk Vaktherapie Oncologie, Wike de Klerk, fietst ook mee voor Geluk! Wike fietst voor [PATIO bij het Erasmus MC Kankerinstituut](#). Wil je haar sponsoren? Dat kan [HIER](#).

Veel leesplezier!

Je ontvangt de Nieuwsbrief omdat je deze eerder hebt ontvangen of omdat je aangegeven hebt interesse te hebben in de Nieuwsbrief. Mocht dit echter een vergissing zijn, dan kun je je onderaan deze Nieuwsbrief ten alle tijden uitschrijven.

Heb je het gevoel dat onze Nieuwsbrief waardevol kan zijn voor mensen die je kent? Stuur hem gerust dóór!



Bewust richting Rust

Bewust richting Rust; een onderzoek, gedaan door studenten Myra Clabbers en Ellis Meijers aan Zuyd Hogeschool Heerlen in 2021.

Mindfulness en beeldende Therapie als bijdrage aan zingeving en mentaal welbevinden voor vrouwen van 65+ met borstkanker binnen het Toon Hermans Huis te Weert.

Het doel van het onderzoek; het verminderen van piekergedachten en het bevorderen van acceptatie en ontspanning.

Uit dit onderzoek is een product + ontstaan; 8 beeldende werkvormen in combinatie met Mindfulness, gericht op het vergroten van zingeving en mentaal welbevinden voor vrouwen van 65+ met borstkanker.

Op maandagavond 24 januari 2022 verzorgden Ellis en Myra een online workshop voor enkele leden van het Kennisnetwerk Vaktherapie Oncologie zodat zij de werking ervan zélf konden ervaren.

De 31-jarige Alice van den Berge heeft vrijdag 4 februari samen met de Rotterdamse locoburgemeester Vincent Karremans de AYA-lounge van het Erasmus MC geopend. De lounge is een gezellige huiskamer voor jonge mensen met kanker die worden behandeld in het Erasmus MC Kanker Instituut.



Met de opening van de gloednieuwe lounge wordt er voorzien in een ontmoetingsplek voor AYA's, ofwel jonge mensen met kanker. Want zij hebben behoefte om andere jonge kankerpatiënten te ontmoeten.

AYA staat voor Adolescents and Young Adults. Er worden jonge mensen met kanker mee bedoeld: ze krijgen de ziekte tussen hun 18e en 39e levensjaar. Kanker op deze leeftijd is zeldzaam. In het Erasmus MC wordt jaarlijks bij ruim 300 jongvolwassenen deze diagnose gesteld. Dit is slechts 4 procent van alle mensen die kanker krijgen.

[HIER lees je méér!](#)



GEZOCHT; [Fietsers voor Geluk!](#)

Op 14 mei springt **[Evelien van der Werff](#)** samen met zoveel mogelijk mensen op de fiets om aandacht te vragen voor leven met en na kanker. Kanker raakt ons namelijk allemaal. Als (ex-)patiënt, als naaste of als nabestaande.

Op 81 locaties in Nederland zijn er Centra voor leven met en na kanker. Zij bieden ondersteuning als lotgenotencontact, een luisterend oor en ontspannende en creatieve activiteiten. Een afspraak maken is niet nodig, de deur staat altijd open. Loop gerust eens binnen, ze zijn er voor jou.

Evelien heeft zelf twee keer borstkanker gehad en had destijds graag geweten van het bestaan van deze centra. Ze vertelt: 'Ik wist niet van het bestaan van deze fijne centra af tijdens mijn twee borstkanker trajecten. Had ik dat maar geweten. Dan was ik eerder op de been geweest. Daarom ben ik ambassadeur van IPSO geworden, de brancheorganisatie van de Centra voor leven met en na kanker. Dus als je de pech hebt om kanker te krijgen, weet dan dat er gelukkig deze centra zijn. Ik heb daar geleerd dat je geen aandacht moet geven aan waar je geen macht over hebt, maar tools gekregen om er beter mee om te gaan. Dát gaf rust, vertrouwen en verlichting.'

[Trap je mee of spring je achterop?](#)



Facebook



Website



LinkedIn

Deze e-mail is verstuurd aan [{{email}}](#). • Als u geen nieuwsbrief meer wilt ontvangen, kunt u zich [hier afmelden](#). • U kunt ook uw [gegevens inzien en wijzigen](#). • Voor een goede ontvangst voegt u oncologie@vaktherapie.nl toe aan uw adresboek.