



Bij het ingaan van het laatste kwartaal van 2009 werpen wij een blik achter- en vooruit. Nieuwe gezichten kwamen erbij en er werd ook afscheid genomen. De invoering van de Lastmeter zal een belangrijk moment zijn in de komende maanden. Volgens een nieuwe richtlijn ('Detecteren behoefte psychosociale zorg') zal in de toekomst bij hopelijk alle ziekenhuizen op de Oncologieafdeling met behulp van deze Lastmeter op een objectieve manier gekeken worden of patiënten behoefte hebben aan psychosociale hulpverlening. Uit onderzoek blijkt dat de behoefte aan deze zorg groot is. De Lastmeter zal helpen om de patiënten/cliënten de juiste weg te wijzen. De vraag naar psycho-oncologische zorg zal daarmee naar verwachting toenemen. De Vruchtenburg werkt er hard aan om daar klaar voor te zijn. En natuurlijk zetten we weer ons beste beentje voor om onze korte wachttijd en laagdrempeligheid te behouden.

Ton van de Ven
Directeur de Vruchtenburg

Open dag

De Vruchtenburg opent haar deuren op zaterdag 31 oktober 2009 van 10:00 tot 16:00 uur. Iedereen die geïnteresseerd is in de Vruchtenburg en het werk dat wij doen is van harte welkom. De open dag heeft als doel om zowel verwijzers als patiënten en andere belangstellenden de gelegenheid te bieden om vrijblijvend een kijkje te nemen op de Hoeve, de sfeer te proeven, rond te neuzen in ons informatiecentrum en informatie in te winnen over de gang van zaken rondom inschrijving en over de verschillende soorten van begeleiding die wij bieden.

Programma. Er zullen workshops worden gegeven die begeleid worden door onze therapeuten. Zo kan een helder beeld worden verkregen van het specifieke van het aanbod van de Vruchtenburg voor mensen met kanker en hun naasten. Het volledige programma zal uiterlijk vanaf 1 oktober op onze website te vinden zijn.

Aanmelden. Voor het volgen van een workshop is aanmelding per e-mail of telefoon gewenst in verband met het beperkte aantal plaatsen. Wij stellen het zeer op prijs als alle geïnteresseerden die van plan zijn een bezoek te brengen dit ons van tevoren laten weten. Dan zorgen wij voor voldoende koffie, thee en koekjes.

Popkoor Uit Volle Borst zal voor de muzikale omlijsting zorgen.

Graag tot ziens op onze open dag 2009.

De Vruchtenburg komt naar je toe

Sinds 1 april 2009 werken de Vruchtenburg en het ziekenhuis in Dirksland nauw samen rond de psychosociale zorg voor patiënten met kanker. Voor patiënten uit Dirksland is de Vruchtenburg te ver weg. Daarom gaat de Vruchtenburg naar Dirksland. In het ziekenhuis is de Lastmeter ingevoerd, om bij alle patiënten die chemokuren krijgen na te gaan of er behoefte is aan ondersteuning. Psychologen

van de Vruchtenburg houden op woensdag spreekuur in het ziekenhuis. Ook is er een Multi Disciplinair Overleg ingevoerd waaraan de internist-oncoloog, de oncologieverpleegkundigen en de psycholoog deelnemen. Het project is een groot succes: de Lastmeter werkt, de spreekuren zitten vol en de verwezen cliënten zijn erg tevreden over deze extra ondersteuningsmogelijkheid.

In de pers

In de uitgave van Achmea Health van augustus 2009 is aandacht besteed aan chronisch ziek zijn. Kanker is, door de steeds succesvollere behandelingen, een chronische ziekte aan het worden. Steeds meer mensen leven er jaren mee. Daardoor is de ziekte een chronische aandoening aan het worden. De citaten van de personen met kanker uit de uitgave van Achmea Health zijn cliënten van de Vruchtenburg.

Wegwijzer Oncologie

Zoals u in onze vorige nieuwsbrieven heeft kunnen lezen is de Vruchtenburg druk bezig geweest met het opzetten van een digitale wegwijzer voor mensen met kanker in de regio Rotterdam. Over kanker is veel informatie te vinden op het internet. Door het grote aanbod is het soms moeilijk om relevante informatie te vinden. De Wegwijzer is ontwikkeld om u op weg te helpen. De website is verdeeld in drie doelgroepen, namelijk 0-18 jaar, 18-65 jaar en 65 jaar en ouder. Per doelgroep is dan een verdere verdeling in verschillende fasen, zoals 'behandeling' en 'nazorg'. Zo kunt u gemakkelijk de informatie vinden die voor u belangrijk is.

Hoewel de Wegwijzer officieel nog niet gelanceerd is, is deze al te bezoeken via het volgende adres: www.kankerwegwijzer.nl. Graag willen wij dat de Wegwijzer een interactieve website wordt. Daarvoor hebben wij uw hulp nodig. Wij zijn op zoek naar cliënten



die een bijdrage willen leveren aan het onderdeel 'verhalen van cliënten'. Hier kunt u uw ervaringen delen met anderen over verschillende fasen van de ziekte. Ook opmerkingen over en suggesties voor de website zelf zijn welkom via info@kankerwegwijzer.nl.

Nieuwe medewerkers

In maart van dit jaar hebben wij twee nieuwe GZ-psychologen verwelkomd op *de Vruchtenburg*, Mihela Murovec en Mira Reus. Begin maart begon Andrea de Bot aan haar baan als office manager. De spil in onze organisatie zit ook letterlijk centraal in het pand en zorgt ervoor dat iedereen zo efficiënt mogelijk kan werken en dat cliënten zich snel thuis voelen. Op 18 mei was de eerste werkdag van de Ton van de Ven, per 1 juni onze nieuwe directeur. Verderop stelt hij zich aan u voor.

Wij hebben de afgelopen periode ook nieuwe vrijwilligers mogen verwelkomen: Marja Bodt en Ingrid van Ham. Ingrid biedt haar expertise als loopbaanadviseur aan als vrijwilliger, zie voor meer informatie het stukje waarin zij zichzelf voorstelt. Wij zijn erg blij met hun ondersteuning en hopen dat zij het goed naar haar hun zin hebben.

Gedag

Op 12 mei 2008, hebben de vrijwilligers, de cliëntenraad, het bestuur en alle medewerkers gedag gezegd tegen onze vertrekkende directeur Nancy de Ruiter. Om gezondheidsredenen heeft zij haar intensieve functie moeten neerleggen. Haar hart lag en ligt nog steeds bij *de Vruchtenburg* en zij zal zeker, al is het op afstand, betrokken blijven bij *de Vruchtenburg*. Zonder Nancy zou *de Vruchtenburg* niet zijn wat het nu is. Mede door haar inzet kunnen

wij aan onze cliënten laagdrempelige therapeutische zorg van hoge kwaliteit bieden die wordt vergoed door de zorgverzekeraar.

Tevens hebben wij afscheid genomen van Johanna Veldman. Zij heeft een baan geaccepteerd waarnaast er geen ruimte meer is voor haar activiteiten als vrijwilliger. Wij zijn haar dankbaar voor haar ondersteuning en inzet en wensen haar veel succes in de toekomst.

Een nieuwe directeur, Ton van de Ven

Vanaf 1 juni ben ik, Ton van de Ven, de opvolger van Nancy de Ruiter. Naast ruime ervaring in het ontwikkelen van organisaties en als onderzoeker heb ik een psychologische achtergrond. Het leidinggeven aan het team van *Vruchtenburg*-medewerkers voelt als een grote eer. Ik zie dagelijks hun grote betrokkenheid bij onze cliënten en hun problematiek. Het werk dat hier gedaan wordt heeft veel zin en is erg belangrijk. Dat alleen al geeft een bijzondere voldoening. De bijzondere omgeving en sfeer van de Hoeve dragen daaraan extra bij.

De taak die in de komende jaren voor ons ligt is ervoor te zorgen dat mensen, die nu nog niet de weg naar *De Vruchtenburg* weten te vinden en wel behoefte hebben aan psychosociale begeleiding bij kanker, ook door ons geholpen kunnen worden. Als directeur wil ik daar graag aan meehelpen om dat mogelijk te maken.

De Vruchtenburg kan deze belangrijke taak niet alleen vervullen. Samenwerking met andere instellingen en met de verwijzers is ontzettend belangrijk om cliënten de optimale zorg te kunnen bieden op het juiste moment. Daarom is een van onze speerpunten ook het verstevigen van deze samenwerking met andere instellingen, allereerst natuurlijk in Rotterdam, maar ook daarbuiten.



Aanwinsten bibliotheek

Martin Bril, *Mijn leven als hond*

Prometheus, Amsterdam, 2009

In *Mijn leven als hond* heeft Martin Bril zijn mooiste verhalen bijeengebracht over de omgang tussen dier en mens. Speciaal voor dit boek schreef de hond van de familie Bril een inleiding, waarin hij een inkijkje geeft in het reilen en zeilen van de columnist, waarbij hij vertelt hoe hij zijn baas meemaakt in de periode van zijn ziekte kanker.

Esther Hicks & Jerry Hicks, *Sara en haar gevederde vriend*

Uitgeverij Petiet, België, 1999

Een inspirerende formule om succes te hebben in je leven en je goed te voelen – vaardig ingeweven in het leuke verhaal over een moedige, onderzoekende, onbedorven meisje, Sara genaamd en haar leraar, een etherische uil die Salomon wordt genoemd. In het verhaal zijn technieken en processen verpakt die helpen je dromen waar te maken en een opzienbarend nieuw perspectief bieden op het begrip dood.

Ruth Peltason, *Ik ben mijn borstkanker niet!*

Fontaine Uitgevers B.V., 's-Graveland, 2008

Aan het woord zijn vrouwen die te maken kregen met borstkanker en alles eromheen. Ik ben mijn borstkanker niet voert de lezer door de opeenvolgende stadia van de ziekte, vanaf de diagnose via de behandeling tot het leven met of na kanker. Het biedt vrouwen dieper inzicht in zichzelf en hun verschillende manieren van omgaan met kanker.

Wim Daniëls, *Twee tieten in een envelop*

Uitgeverij Van Holkema & Warendorf, Houten, 2009

De moeder van de elfjarige Wietske heeft borstkanker en Wietske weet dat haar moeder niet lang meer zal leven. Daarom wil ze geen lid meer zijn van de moppenclub bij haar op school. Lachen terwijl je moeder doodgaat, dat kan toch niet? En er zijn meer moeilijke vragen waarmee Wietske worstelt. Terwijl haar moeder steeds zieker wordt, gaat het dagelijkse leven gewoon verder.

Catrien Bouman, *Ontaarden: leven met kwaadaardige cellen*

Uitgeverij Ipenburg, Elburg, 2008

De schrijfster werkt al 16 jaar als verpleegkundige en vanaf 1998

Een essentiële graadmeter voor ons functioneren is de cliënttevredenheid. Sinds vier jaar doen wij hier systematisch onderzoek naar. Het feit dat we wat betreft algemeen rapportcijfer (bijna) structureel boven de acht scoren is iets om trots en zuinig op te zijn. Wat mij betreft blijven we ook de komende jaren een ruime acht krijgen van onze cliënten.

Het blijkt dat cliënten en hun naasten in het veld van de oncologie ons steeds beter weten te vinden. Om aan deze toenemende vraag te kunnen voldoen zijn we bezig een aantal nieuwe therapeuten aan te trekken. We zullen er zorg voor dragen dat ook deze nieuwe therapeuten voldoen aan *De Vruchtenburg* kwaliteit, die staat voor professionaliteit, gecombineerd met respect, toegankelijkheid en aandacht.

Ter afsluiting hierbij een woord van dank aan Nancy de Ruiter. Zij heeft met erg veel inzet en deskundigheid ervoor gezorgd dat *de Vruchtenburg* de afgelopen periode in een nieuwe fase is terecht gekomen. *De Vruchtenburg* is haar zeer erkentelijk voor haar grote verdiensten. We vinden het allemaal erg jammer dat ze haar functie als directeur heeft moeten overdragen.



Teamdag

Vrijdag 29 mei 2009 was de teamdag van de medewerkers en de vrijwilligers van *de Vruchtenburg*. Een bijzondere dag omdat naast onze oude ook onze nieuwe directeur van de partij was. We hebben het aangename met het leerzame gecombineerd. 's Morgens een ontvangst met koffie en gebak, daarna een fikse wandeling door de duinen en over het strand van Olaertsduyn, Rockanje. Daarna verzamelden de doorgewinterde- en de recreatieve wandelaars zich op het terras van Olaertsduyn voor een gezellige lunch.

In de middag was er een kennismaking met familieopstellingen. Uitgangspunt in dit werk is dat families een systeem vormen waarin zaken als binding, ordening, evenwicht in geven en nemen, van groot belang zijn. Na dit informatieve deel was er nog een hapje en een drankje en tijd om na te praten over deze dag. Het was fijn om een dag samen door te brengen buiten *de Vruchtenburg* en zo de banden met elkaar verder te verstevigen.

Een vrijwilliger stelt zich voor

Mijn naam is Ingrid van Ham en ik ben loopbaanadviseur. Na ruim 15 jaar ervaring binnen Personeel en Organisatie ben ik recent mijn eigen bedrijf gestart. Sinds 2007 begeleid ik mensen die op zoek zijn naar een verandering in hun loopbaan en mensen die ongewenst geconfronteerd worden met een verandering op werkgebied door bijvoorbeeld een ingrijpende ziekte. Mijn inlevingsvermogen helpt mij om de relevante (werk) vraag boven water te krijgen. Mijn motivatie om dit werk te doen, heeft te maken met mijn liefde voor mensen en mijn enorme gedrevenheid om mensen weer met plezier te laten werken.

Met een praktische en doelgerichte aanpak en een positieve instelling ga ik met u op zoek naar uw kansen en mogelijkheden. Het geeft mij voldoening als ik anderen kan inspireren om op zoek te gaan naar nieuwe mogelijkheden. Het kan natuurlijk ook zijn dat u alleen maar kortdurende hulp nodig heeft om uw CV op te stellen of bij te schaven of dat u een andere werkgerelateerde vraag graag met mij zou willen bespreken. Dat kan! Vanaf 1 juni werk ik als vrijwilliger bij *de Vruchtenburg*. Wilt u een afspraak met mij? Neem contact op met uw therapeut, die heeft mijn adresgegevens.

doet zij ervaring op in het begeleiden van patiënten met kanker die behandeld worden met chemotherapie. Vanuit die positie observeert zij gebeurtenissen en is daarnaast nauw betrokken bij de emotionele kant van de ziekte.

Christiane Berkvens-Stevelinck, *Wat ik je nog zeggen wilde...*

Uitgeverij Mijnema, Zoetermeer, 2008

Omgaan met mensen met kanker is voor velen moeilijk. Wat moet je zeggen? Wat moet je doen? Elke situatie is tenslotte anders, ieder persoon is uniek. Toch blijkt het mogelijk uit de verhalen van zieken, partners, vrienden, artsen en verpleegkundigen bepaalde richtlijnen te distilleren. Naast algemene overwegingen geeft dit boek voor elk stadium van de ziekte punten van aandacht voor de omgang met mensen met kanker.

David Dewulf, *Mindfulness*

Uitgeverij Acco, Leuven, 2007

Mindfulness leert ons aandacht te geven aan het enige moment dat we hebben, het huidige moment. Mindfulness laat ons toe het leven dieper en intenser te beleven. De basis bestaat uit aandacht geven. In een praktisch model komen tips aan bod voor de aanpak

van stress, piekeren, boosheid, depressie en ontgoocheling.

Pema Chöndrön, *Als je wereld instort*

Uitgeverij Ten Have, Kampen, 2008

Geluk ligt voortdurend binnen ons bereik. Maar we lopen het vaak mis, omdat we constant bezig zijn met het ontwijken van pijn en lijden. Pema Chöndrön geeft maar één advies: daal af in je verdriet. Want juist daarin ligt de sleutel tot geluk. Door niet te vluchten voor wat je dwars zit, zal het lijden vanzelf verdwijnen.

Mark Williams e.a., *Mindfulness en bevrijding van depressie*

Uitgeverij Nieuwezijds, Amsterdam, 2007

Mindfulness en bevrijding van depressie legt de verborgen psychische mechanismen van depressie bloot, laat zien hoe je weerbaarder kunt worden bij de tegenslagen van het leven en helpt tot wanhoop leidende denkpatronen te doorbreken. Het bevat een bewezen werkend en gemakkelijk toepasbaar zelfhulpprogramma om terugkerende chronische ongelukkigheid te verminderen.

De zorg van de Vruchtenburg ook in 2008 positief beoordeeld

De Vruchtenburg heeft ook voor 2008 de evaluatie van psycho-sociale begeleiding onderzocht. De resultaten zijn reacties van 70 cliënten en 16 partners. Het onderzoek is uitgevoerd door Su Cha Yang, studente neuropsychologie Universiteit Leiden en dr. Adriaan Visser, onderzoeker bij de Vruchtenburg.

Wie zijn de cliënten? De cliënten bestaan voor een groot deel uit vrouwen (87%) die borstkanker hebben (44%). De leeftijd varieert tussen 27 en 78 jaar en gemiddeld rond 50 jaar. De meeste cliënten zijn nog onder controle van een arts (87%). Ongeveer een zesde is ongeneeslijk ziek.

Hoe komen ze bij de Vruchtenburg? De meeste cliënten worden door een specialist (26%) of huisarts (15%) verwezen. Verder spelen ook familie en vrienden een belangrijke rol (24%).

Waardering. Het gemiddelde rapportcijfer dat wordt toegekend aan de begeleiding is een 8,3. Voor de verschillende therapieën en cursussen varieert dat tussen 7,8 en 8,7. Driekwart van de cliënten geeft aan dat de begeleiding aan de verwachtingen heeft voldaan. Zowel de begeleiding als de beleving van het contact met de therapeuten worden goed tot zeer goed beoordeeld.

De begeleiding leidt bij de cliënten tot een actievere houding tegenover de ziekte en het leren omgaan met problemen en vragen rond hun ziekte. De therapeuten zorgen voor een betrokken en veilige sfeer. Op alle aspecten (organisatorische factoren, informatieverstrekking en inspraak, beleving van de therapeuten, betekenis van de begeleiding) scoort de Vruchtenburg goed tot zeer goed.

Wie is het meest tevreden? De persoonskenmerken van de cliënten beïnvloeden amper hun waardering en beleving. Als cliënten langer dan 2 jaar geleden hun diagnose hebben gekregen zijn ze iets meer tevreden over de begeleiding door de therapeuten en in het algemeen. De cliënten geven een iets positievere beoordeling van de therapeuten dan de naasten.

Vergelijking met andere jaren. De gegevens zijn een vervolg op eerder verschenen rapporten over de jaren 2004 t/m 2007. In een apart rapport worden de resultaten over de jaren 2004 t/m 2008 met elkaar vergeleken. Ook in 2008 worden we goed beoordeeld. In de volgende nieuwsbrief zullen we de verschillende jaren met elkaar vergelijken.

Dank. Wij zijn de cliënten zeer erkentelijk dat zij de vragenlijsten hebben ingevuld. Voor de verspreiding van de vragenlijsten was de hulp van Lomon Hofstede onontbeerlijk.

Informatie en aanmelding

Als u beschikt over Internet, kunt u zich informeren over ons aanbod via de website: www.devruchtenburg.nl. De informatie (in PDF) is gemakkelijk te downloaden. Ook als mensen zich willen aanmelden als cliënt gaat dat eenvoudig en snel via het invullen en elektronisch versturen van het 'aanvraagformulier' dat op de site te vinden is. Ook voor andere vragen of opmerkingen kunt u ons via de website bereiken. Of u mailt naar: info@devruchtenburg.nl.

In de Hoeve

José Wognum heeft van maart tot mei 2009 in de Vruchtenburg geëxposeerd met haar kunstwerken op doek. José, nu uitgegroeid tot een kunstenaar van formaat, is ooit begonnen met creatieve therapie bij de Vruchtenburg, van Loekie van de Burg.

Op zaterdag 5 september 2009 om 16:00 uur is de opening van een nieuwe expositie die duurt tot 5 oktober 2009. De exposanten die hieraan meewerken zijn: Alain Ulmer, Nathalie Laureau, Marjolein Roeffel, Judina Bruinsma, Frans Steginga, Sian Liem, Esther Vogel, Ewa Malijewska en Peter Hoffland.

Nieuw Programma najaar 2009

De activiteiten die de Vruchtenburg in het najaar van 2009 aanbiedt, kunt u vinden in ons programma dat u ontvangt bij deze nieuwsbrief. Dit aanbod treft u ook aan op onze website www.devruchtenburg.nl

'Vrienden en partners van ...'

In het afgelopen half jaar hebben wij diverse schenkingen en giften ontvangen van cliënten en oud-clieënten, naasten en andere betrokkenen bij de Vruchtenburg. Zoals altijd zijn wij daar heel blij mee. Daarnaast zijn er bedrijven die ons gratis of tegen gereduceerde tarieven producten en diensten leveren voor bijvoorbeeld drukwerk of evenementen. Wij danken de gulle en attente gevers hartelijk.

Als u onze activiteiten en het werk dat wij als Stichting verrichten voor cliënten positief waardeert én u wilt ons financieel ondersteunen, dan is uw bijdrage van harte welkom. U kunt geld overmaken naar rekeningnummer 52.59.67.109 ten name van Steunfonds de Vruchtenburg te Rotterdam.

Voor het goede 'hole'

Net als vorig jaar heeft de Rotaryclub Rotterdam-Overschie een golfdag georganiseerd voor de Vruchtenburg. Het was wederom een prachtig zonnige dag waarop de vele deelnemers zich hebben ingezet om geld voor de Vruchtenburg op te halen. Wij zijn de Rotary erg dankbaar voor dit fantastische initiatief en de bijdrage van 8000 euro die we zullen inzetten om meer huisbezoeken mogelijk te maken.



DE VRUCHTENBURG

Straatweg 171, 3054 AD Rotterdam
Openingstijden:

9.00 - 17.00 uur maandag - vrijdag

Telefoon (010) 285 95 94

Email info@devruchtenburg.nl

Website www.devruchtenburg.nl