

PSYCHOSOCIALE ZORG

Laagdrempelig en altijd dichtbij



Instellingen
PsychoSociale
Oncologie

Als je een IPSO-huis binnenstapt voel je het meteen: ik ben hier welkom. De warme, huiselijke sfeer waarin je wordt ontvangen door mensen die weten wat de impact van kanker is, voelt als thuiskomen. Wij spreken dan ook niet over bezoekers of patiënten, maar over gasten. Onze gasten staan altijd centraal. We focussen op kwaliteit van leven, waarbij we uitgaan van de behoefte van de gast. Wat is op dit moment voor de gast van belang om in zijn kracht te staan? Waar kunnen inloophuizen als vangnet dienen?

'Ik voel me minder alleen', 'ik heb geleerd zachter voor mezelf te zijn' en 'hier kan ik terecht met mijn zorgen over de toekomst'. Dit is slechts een greep uit de rijke ervaringen die onze gasten met de verschillende inloophuizen hebben.

Vanuit het hart — Bij de 75 IPSO-huizen die ons land telt, kunnen mensen die direct of indirect met kanker te maken hebben terecht voor een goed gesprek, ontspanning (van schilderen tot yoga) of begeleiding. Dit zijn (ex) patiënten, naasten en nabestaanden. De motivatie om deze mensen bij te staan, is enorm. Onze 4500 vrijwilligers zijn intrinsiek gedreven. Onze mensen zijn vanuit hun hart een IPSO-huis begonnen. Bijvoorbeeld omdat ze zelf geconfronteerd zijn met kanker en een plek misten om te reflecteren en even te ontsnappen aan de medische molen.

Betrokken en getrainde vrijwilligers — Deze drive maakt onze vrijwilligers uiterst gemotiveerd en ook uiterst geschikt om de gasten in hun behoeften te ondersteunen. Juist omdat zij weten waar ze het over hebben. Met behulp van de IPSO-trainingen, kunnen zij informele psychosociale zorg op maat bieden. Geen mens is immers gelijk en de behoeften lopen uiteen. Typisch voor vrijwillige zorg is de grote betrokkenheid. Hierdoor voelen de gasten zich begrepen en gehoord. Met hulp van IPSO-huizen krijgen zij zicht op een nieuw toekomstperspectief.

Verbinding — Door te zoeken naar verbinding met andere (in)formele zorgaanbieders wil IPSO dat mensen met kanker en hun naasten en nabestaanden vinden wat ze nodig hebben op het juiste moment en op de juiste plaats. De IPSO-huizen bieden infor-

mele psychosociale zorg op maat die nergens anders een plek heeft gekregen. In de ziekenhuizen is doorgaans weinig tijd en ruimte voor nazorg. De psychosociale hulpverlening bij kanker is een andere tak van sport en de IPSO-huizen vervullen met de warme, huiselijke aanpak een unieke positie in de zorg. Zij voorzien in een behoefte die aansluit op de reguliere zorg, maar dan laagdrempeliger, want mensen kunnen er gratis, zonder afspraak en zonder doorverwijzing terecht.

Positieve gezondheid — Dat onze inspanningen zich terugbetalen, blijkt wel uit recent onderzoek uitgevoerd door Sinzer, ondersteund door KWF Kankerbestrijding. 96% van de gasten van de IPSO-huizen ervaart een positief effect. Daarnaast vindt 84% dat door het bezoek aan het IPSO-huis hun kwaliteit van leven is verbeterd. Beter kunnen ontspannen en beter hulp durven vragen scoren ook hoog. Tot slot is vastgesteld dat de IPSO-huizen een belangrijke bijdrage leveren aan arbeidsparticipatie. Deze effecten passen in het gedachtengoed van de positieve gezondheid (Machteld Huber). Hierin wordt gezondheid niet meer gezien als de afwezigheid van ziekte, maar als het vermogen om met de levensuitdagingen om te gaan en zoveel mogelijk eigen regie te voeren.

We zijn ontzettend trots op deze resultaten. Ze onderstrepen nogmaals dat IPSO een vanzelfsprekende partner is in de zorg voor iedereen die direct of indirect door kanker geraakt wordt. We werken hard aan onze missie: Psychosociale zorg voor iedereen die geraakt wordt door kanker, laagdrempelig en dichtbij. We stimuleren dat steeds meer mensen en organisaties de IPSO-huizen weten te vinden. De deur staat open!

96%

van de gasten van de IPSO-huizen ervaart een positief effect.



‘Een stukje lichter de deur uitstappen’



4500

vrijwilligers
zetten zich vol
overgave in
voor de gasten
van de inloophuizen.

‘De 4500 vrijwilligers zijn het goud van de IPSO-huizen. De ondersteuning die zij bieden komt recht uit het hart en heeft voor henzelf ook betekenis. Dat is heel zuiver en maakt het contact met de gasten gelijkwaardig. Als een vrijwilliger bij het huis past, kan hij daar aan de slag na de driedaagse IPSO-basistraining. Mensen die een inloophuis bezoeken, bevinden zich in een kwetsbare levensfase. Dat vraagt om een zorgvuldige benadering door een vrijwilliger die zich bewust is van zijn of haar rol. Daarnaast vraagt het om empathie en goed kunnen luisteren. Het gaat erom die ander centraal te stellen, zodat de gast zich gehoord en gezien voelt in wat er in zijn of haar leven speelt. Met behulp van rollenspelen wordt daar intensief mee geoefend.

De behoefte van gasten kan sterk verschillen. Soms is samen een kopje koffie drinken genoeg. Maar er kan bijvoorbeeld ook behoefte zijn aan een ontspannende activiteit of een gespreksgroep samen met lotgenoten. Er wordt telkens op maat gekeken wat er bij de gast en zijn of haar situatie past. Zodat de gast zich door het huis gesterkt voelt in zijn of haar omgang met kanker en de gevolgen daarvan, ook op naasten. Dat kan ook betekenen dat de vrijwilliger de gast attendeert op zorgmogelijkheden buiten het inloophuis. Alles wat zij doen is erop gericht om te zorgen dat de gast een stukje lichter de deur uitstapt. En daar draait het om!

In onze samenleving is het makkelijk en spontaan bij elkaar binnenlopen aan het verdwijnen. Juist daarom vind ik de open houding van de inloophuizen zo waardevol: het zonder afspraak welkom zijn. Alleen het idee al geeft mensen steun. Daar draag ik graag aan bij.’

ANITA WESSELIUS
IPSO-TRAINER

‘Bij je dierbaren durf je niet al je zorgen te stallen’

‘In 2014 zeiden de artsen: “We kunnen u niet meer beter maken”. Ik had een groot gezwel in mijn nier en later ook uitzaaiingen in mijn longen. Ik ben heel dankbaar dat ik er nog ben. Als ik destijds geweten had dat ik nu nog in leven zou zijn, had ik me niet zo’n zorgen gemaakt, want de kanker was elke dag in mijn gedachten. In die tijd ben ik wel 101 keer langs inloophuis Adamas in Nieuw-Vennep gefietst, maar ging er nooit naar binnen. Ik had immers allemaal lieve mensen om me heen, ik had zo iets toch niet nodig? Maar ik merkte dat je bij je dierbaren niet al je zorgen durft te stallen. Ik ging steeds slechter slapen en was bang. Mijn man stelde voor om eens samen naar het inloophuis te gaan.

Daar ben ik hem nog steeds dankbaar voor. We werden ontzettend warm ontvangen. Al na het eerste bezoek kon ik weer beter slapen. Ik mocht er huilen en mijn hele verhaal vertellen, niemand die op de klok keek. Ze gaven me het gevoel dat ik er niet alleen voor stond. Het altijd welkom zijn en dat je echt een huiskamer binnenstapt, voelt zo gastvrij. Je mag daar altijd binnenlopen, dat is vanzelfsprekend. Het gevoel dat ze er voor mij zijn als ik ze nodig heb, is onbetaalbaar.

Het inloophuis biedt veel activiteiten aan. Zo schilder ik er elke week met een groep van twaalf. Maar er zijn ook massages, wandeltochten of dansworkshops. Ook de lezingen vind ik erg nuttig. Van bijvoorbeeld een notaris over financiën bij overlijden of een lezing speciaal voor naasten. Want ook de naasten zijn hier van harte welkom. Ik ben dan ook blij dat als ik overleden ben mijn man naar het inloophuis kan gaan. Hij weet dat hij hier welkom is en dat vind ik een fijn idee.’




84%
vindt dat door
het bezoek aan
het inloophuis
hun kwaliteit
van leven is
verbeterd.

‘Samen met ons kun je het weer alleen’



62%

van de gasten geeft aan positiever te zijn over zichzelf als gevolg van hun bezoek aan het inloophuis.

‘Een veelgehoord misverstand over het inloophuis is dat het vooral heel verdrietig en zwaar op de hand is. Niets is minder waar. Ik moet regelmatig de deur van mijn kantoor dichtdoen als ik aan het bellen ben, vanwege het gelach beneden in het huis. Fantastisch toch? Mensen gaan met een blijer gemoed naar buiten dan hoe ze binnenkwamen. Dit is waar wij voor staan. Wel is het onze taak om onszelf uiteindelijk weer overbodig te maken in het leven van de gast. Dat moeten we goed borgen: samen met ons kun je het weer alleen.’

Inloophuizen vullen een leemte als het gaat om aandacht voor de mens achter de patiënt. Niet alleen tijdens de behandeling, maar juist óók daarna. Als inloophuis willen wij er ook zijn voor de naasten. Zij vissen namelijk vaak achter het net in de reguliere zorg. Zo staan bijvoorbeeld informatieavonden in het ziekenhuis vooral in het teken van de patiënt. Het is mijn ambitie om meer naasten te bereiken. Ervoor te zorgen dat zij weten van ons bestaan en wat wij voor ze kunnen betekenen.

Ik werk nu 25 jaar in de zorg, waarvan 1 jaar als directeur van Toon Hermans Huis Parkstad in Heerlen. Mijn keuze voor de zorg werd bepaald toen ik in een verpleeghuis een verpleegster zag dansen met een patiënt. Dit raakte me enorm. Ik wil eraan bijdragen dat mensen zo goed mogelijk hun leven kunnen leiden. Daarbij geeft het werken met vrijwilligers me heel veel energie. Zij zijn zo gedreven, omdat ze hier ook echt willen zijn. In de eerste plaats voor de gast, maar ook een beetje voor zichzelf. Hier staat een ontzettend gepassioneerd team en dat maakt me trots!’

ARMAND WINTHAGEN
DIRECTEUR INLOOPHUIS

IPSO: een vanzelfsprekend onderdeel van het oncologisch zorgnetwerk

Er wordt steeds meer samengewerkt tussen ziekenhuizen en de bij IPSO aangesloten inloophuizen en nazorgcentra. Belangrijk, want de beste zorg bieden we samen. Zo vinden patiënten en naasten sneller hun weg naar de juiste zorg op het juiste moment. Een mooi voorbeeld is de samenwerking tussen Isala en het bij IPSO aangesloten Nazorgcentrum IntermeZZo in Zwolle. 'In het ziekenhuis leveren we veel technische, hoogwaardige zorg. Maar als de behandelingen voorbij zijn vallen patiënten in een soort gat', vertelt Daphne de Roode Netwerccoördinator & Ketenmanager Palliatieve zorg bij Isala. 'Er is in het ziekenhuis simpelweg geen tijd om mensen voldoende te steunen hoe om te gaan met kanker. Daar is uiteraard wel behoefte aan. Denk aan ontmoetingen met anderen, informatie en ontspanningsmogelijkheden. Regie-verpleegkundigen merkten op dat de patiënten tussen wal en schip vielen en trokken aan de bel.'

Loskomen van het medische — Nazorgcentrum IntermeZZo werd bijna 10 jaar geleden opgezet als zelfstandige stichting voor het bieden van psychosociale zorg door zowel professionals als vrijwilligers. Heel bewust juist geen onderdeel van het ziekenhuis zelf, zodat mensen echt loskomen van het medische. 'Dit concept kent een enorme afdrank. Ongelooflijk veel mensen

maken er gebruik van. Ook degenen die in eerste instantie sceptisch waren – want is het niet te soft? – nemen dit terug. Doel is dat mensen zelf de regie op het leven mét kanker hervatten. Bij IntermeZZo bieden professionals en vrijwilligers steun totdat iemand het zelf weer aankan', aldus Daphne.

Bruggenbouwers — Twee ondersteuningsconsulenten vanuit Allertzorg, een thuiszorgorganisatie vanuit de eerste lijn, houden spreekuur bij IntermeZZo. Als oncologisch verpleegkundigen zijn zij medisch onderlegd en goed bekend met de sociale kaart. 'Zij verzorgen echt de brug tussen Isala, de tweede lijn, naar IntermeZZo, en de ondersteuningsconsulent van de eerste lijn', licht Daphne toe. 'Bij IntermeZZo kan men terecht voor bijvoorbeeld stressreductie, voorlichting over kanker en werk en vragen over relatie en gezin. Het nazorgcentrum biedt patiënten ontspanning en helpt hen weer vertrouwen te krijgen in hun lijf en aan de andere kant bieden zij informatie en deskundigheid. En uiteraard wijst IntermeZZo de weg naar hoe de patiënt om kan gaan met kanker. Dit biedt het ziekenhuis allemaal niet. Dus het nazorgcentrum is een ontzettend mooie aanvulling. We kunnen vollediger zijn en daardoor mensen met kanker beter bedienen dan voorheen.'



DAPHNE DE ROODE, PALLIATIEVE ZORG ISALA

'Er is in het ziekenhuis simpelweg geen tijd om mensen te steunen hoe om te gaan met kanker. Maar daar is uiteraard wel behoefte aan.'

71%



van de gasten kan zich beter ontspannen door hun bezoek aan de inloophuizen.

Meer dan de helft

van de gasten (54%) voelt zich door de inloophuizen minder alleen in hun ziekteproces, hun rol als naaste van iemand met kanker of als nabestaande.

De meerderheid van de gasten (54%)



voelt zich energiekeker door het bezoeken van het inloophuis.

96%

van de gasten geeft aan binnen minimaal één van de domeinen van positieve gezondheid een positieve verandering te ervaren door het bezoeken van een IPSO inloophuis.

Eén op de tien gasten

(10%) gaat minder vaak naar de huisarts door het bezoek aan een inloophuis.



58%

van de gasten zegt dat het inloophuis hen heeft geholpen hun leven weer op te pakken, zoals het oppakken van hobby's, cursussen en sport.



Twee op de drie gasten

(67%) vindt het door het bezoeken van het inloophuis makkelijker om hulp te vragen wanneer zij dat nodig hebben.

Alle genoemde cijfers in dit magazine zijn afkomstig uit het Effectonderzoek van onderzoeksbureau Sinzer: De maatschappelijke waarde van IPSO inloophuizen.

ANS:

‘De dagen op de dag-
behandeling duren
ontzettend lang. De
gastvrouwen van het
inloophuis zorgen ook
in het ziekenhuis voor
prettige afleiding’

LOUIS:

‘Je kunt je verhaal
kwijt hoe emotio-
neel het ook is.
Juist omdat de
mensen met wie je
dit deelt hetzelfde
meemaken’

MARIANNE:

‘Ik voel me hier
zo welkom. Ieder-
een heeft tijd voor
me en de sfeer is
opgewekt, leven-
dig en positief’

**Kijk voor een inloophuis
in de buurt op www.ipso.nl**

IPSO
Buñuellaan 1
1325 PP Almere
tel. 06 - 38 82 35 97
info@ipso.nl



Instellingen
PsychoSociale
Oncologie