

Nazorgwijzer voor verwijzen van mensen met kanker in Almere

***Deze gids is ontwikkeld door het iKNL, bestemd voor
hulpverleners en aangevuld met lokale informatie van
Almere.***

Mei 2014

Instructie

Nazorgwijzer voor verwijzing van kankerpatiënten

Het IKNL (voorheen IKA) heeft samen met verpleegkundigen en paramedici uit de regio een Nazorgwijzer ontwikkeld voor het verwijzen van kankerpatiënten voor psychosociale ondersteuning, voorlichting en revalidatie.

Op maat maken van de Nazorgwijzer

De Nazorgwijzer is een eenvoudig word-document dat bestaat uit twee kolommen. In de linkerkolom staat een korte algemene omschrijving van de verschillende nazorgmogelijkheden, zoals verpleegkundig spreekuur, psychologische hulp of Herstel & Balans. In de rechterkolom staan de namen en telefoonnummers van de betreffende nazorgaanbieders in uw eigen zorgregio.

Inhoudsopgave

NAZORG IN HET ZIEKENHUIS	4
VERPLEEGKUNDIGE SPREKUREN	4
MEDISCH MAATSCHAPPELIJK WERK	5
PSYCHOLOOG	5
GEESTELIJKE VERZORGING	6
FYSIOTHERAPEUT	6
DIËTIST	6
PATIËNTENVOORLICHTINGSCENTRUM/ - SERVICEBUREAU	6
NAZORG THUIS	7
HUISARTS	7
FYSIOTHERAPEUT	7
CONTINUÏTEITSBEZOEK	7
THUISZORG	8
SPECIALISTISCH TEAM	8
VERPLEEGARTIKELN	9
DIËTIST	9
LYMFOEDEEM	10
PALLIATIEVE ZORG.....	11
PALLIATIEVE ZORG	11
NETWERK PALLIATIEVE ZORG.....	11
HOSPICE ALMERE	11
WOONZORGCENTRA	11
VRIJWILLIGERS PALLIATIEVE TERMINALE ZORG (VPTZ).....	12
BUDDYZORG	13
ONDERSTEUNING VAN MANTELZORGERS	13
CONTACT MET LOTGENOTEN	14
PATIËNTENORGANISATIES	14
GROEPSBIJEENKOMSTEN VOOR LOTGENOTEN	14
ONDERSTEUNING BIJ REVALIDATIE.....	14
HERSTEL & BALANS	14
VERDER IN BALANS	14
ONCO-MOVE	14
ANDERE SPORTMOGELIJKHEDEN	14
UISTERLIJKE VERZORGING BIJ KANKER	14
PROTHESEVOORLICHTING	15
VOORLICHTING	16
HULP- EN INFORMATIELEFOON	16
AGENDA VOOR MENSEN MET KANKER: THEMABIJEENKOMSTEN	16
BETROUWBARE INFORMATIE OVER KANKER	16
INFORMATIE OVER PALLIATIEVE ZORG	16
WERK EN VERZEKERINGEN	16
PATIËNTENRECHTEN EN KLACHTENPROCEDURES	16
ROUWVERWERKING	16
KANKER IN HET GEZIN	16
WERK EN INKOMEN	16

Colofon

Deze Nazorgwijzer is gebaseerd op een model dat ontwikkeld is door het IKA in 2006.

Nazorg in het ziekenhuis

Verpleegkundige spreekuren

Patiënten en hun naasten kunnen tijdens een poliklinisch spreekuur bij verpleegkundigen terecht voor aanvullende informatie over de behandeling en mogelijke bijwerkingen.

Daarnaast kan de verpleegkundige informatie en advies geven over de mogelijkheden voor psychosociale ondersteuning en begeleiding in de thuissituatie.

Denk hierbij onder andere aan verpleegkundig specialisten met de volgende aandachtsgebieden:

- interne-oncologie
- mammacare
- long
- maag/darm/lever
- stomaverpleegkundige
- urologie
- gynaecologie

Specialisatie: Oncologie

Lonneke Drubbel
Diane Diender
Diedeke Ouwerkerk
Charlotte van Gulik

Tel: 036- (868) 8716

Specialisatie: Mamma Care

Sandra Ansmink
Hanna de Rijp

Tel: 036- (868) 9688

Specialisatie : Stoma en Incontinentie

Chantal Esveld
Susette Hooijen
Marleen Richard
Anna Kapitein
Sarit van Laar

Tel: 036– (868) 8557

Specialisatie : Diabetes oa. bloedsuiker-regulatie

Tanja Claassen
Anke Hoogstraten
Janneke van der Lind
Caroline Merx
Marieke van Renselaar

Tel: 036– (868) 8750

Nazorg in het ziekenhuis

<p>Medisch Maatschappelijk Werk Het MMW biedt hulp aan patiënten en naasten bij het hanteren van de ziekte, de ziekenhuisopname en de medische behandeling. Het MMW richt zich op het verminderen van spanningen en het verbeteren van het algeheel welbevinden van de patiënt en diens naasten.</p> <p>De taken van het MMW zijn:</p> <ul style="list-style-type: none">• Begeleiden en behandelen van de patiënt of naasten bij psychosociale problematiek ten gevolge van ziektebeeld, opname of behandeling. Begeleiding bij angst en onzekerheid, omgaan met beperkingen en afhankelijkheid, vragen met betrekking tot zingeving, rolverschuivingen in relaties e.d.• Begeleiding bij omstandigheden die ontslag uit het ziekenhuis belemmeren en het bevorderen van reïntegratie van de patiënt nadat het ziektebeeld is vastgesteld (werk, studie, vrije tijdbesteding, financiën).	<p>Medisch maatschappelijk werker:</p> <p>Mirjam van Puijfelik 036-(868)8674 Marjolein Hollenberg 036-(868)7049</p> <p>Algemeen nummer: 036-(868)8765</p>
<p>Psycholoog De klinisch psycholoog verricht psychodiagnostiek om de hulpvraag te verduidelijken en behandelmogelijkheden voor te stellen. Hij geeft informatie over de ziekte en bijbehorende verwerkingsprocessen (psycho-educatie) en biedt zo nodig begeleiding en behandeling.</p>	<p><u>Consultatief psychiatrisch verpleegkundige</u> via de Symfora Groep afd. “de Meregard”</p> <p>Tel: 036- (521) 0200</p> <p><u>Consultatief Psychologen</u></p> <p>Symfora Groep afd. “de Meregard”</p> <p>Tel: 036– (521) 0200</p> <p>Poli Psychiatrie en psychologie Flevoziekenhuis</p> <p>via Ferdi Pluck: Tel: 036- (868) 9481 Tel: 036- (868) 8765</p>

Nazorg in het ziekenhuis

<p>Geestelijke verzorging De geestelijk verzorger bespreekt vragen over de problematiek op het gebied van zingeving, levensovertuiging, schuld, angst en religie.</p>	<p>Martin Schneeberger (RK) Tel: 036- (868) 7637</p> <p>Rawie Sewnath (hindoe) Tel: 036- (868) 8627</p> <p>Rianne Veenstra (protestant) Tel: 036- (868) 8650</p> <p>Emin Baydemir(islamitisch) Tel: 036- (868) 8827</p> <p>Secretariaat : Maureen Kraneveldt Tel: 036- (868) 9982</p> <p>Algemeen nummer:</p> <p>Ma t/m vrij van 09.00-17.00 uur Tel: 036- (868) 8827</p>
<p>Fysiotherapeut De fysiotherapeut geeft voorlichting, advies, instructie en ondersteuning bij revalidatie van de patiënt.</p> <p>Oncologische revalidatie</p>	<p>Fysiotherapie: Hoofd P. Claessen</p> <p>(ook voor Herstel & Balans en Onco-move) Tel: 036- (868) 8814</p>
<p>Diëtist De diëtist biedt voedingsadviezen, voedingsvoorlichting in de verschillende stadia van het ziekteproces en begeleiding bij de toepassing van de adviezen zowel voor de betrokkene zelf alsook voor zijn/haar omgeving.</p>	<p>Afdeling diëtetiek Flevoziekenhuis</p> <p>Tel: 036- (868) 8771</p> <p>dietetiek@flevoziekenhuis.nl</p>
<p>Patiëntenvoorlichtingscentrum/-servicebureau Het patiëntenvoorlichtingscentrum biedt informatie over ziektebeelden, onderzoeken en patiëntenorganisaties en beschikt over een groot aantal folders. Het bureau biedt professionals ondersteuning bij voorlichtingsactiviteiten. In sommige ziekenhuizen is klachtenbehandeling ondergebracht bij het servicebureau.</p>	<p>Patiëntenvoorlichtingscentrum Patiënten service punt</p> <p>Tel: 036-(868) 8521</p> <p>mijninfopunt@flevoziekenhuis.nl</p>

Nazorg thuis

<p>Huisarts De huisarts is het centrale aanspreekpunt voor de zorg. Patiënten kunnen hier terecht voor onderzoek, behandeling, advies en begeleiding. Zij kunnen hier o.a. ook terecht voor het aanvragen van een second opinion, vragen over thuiszorg, voeding, fysiotherapie en psychosociale en palliatieve zorg.</p>	<p>Huisartsen Zorggroep Almere</p> <p>te bereiken via de gezondheidscentra in de diversen wijken.</p> <p>www.zorggroep-almere.nl</p>
<p>Fysiotherapeut De fysiotherapeut geeft voorlichting, advies, instructie en ondersteuning bij revalidatie van de patiënt. In sommige ziekenhuizen biedt de fysiotherapeut ontspanningsoefeningen aan.</p>	<p>Neemt u contact op met uw eigen gezondheidscentrum/ huisartsenpraktijk.</p> <p>Els van den Brink , oedeemfysiotherapeut, fysiotherapeut, oncologiefysiotherapeut, BigMove begeleider Praktijkadres: GC. Castrovalva Juan Grisstraat 50 1328 SV Almere tel 036-5454280 Voor verwijzers mail: evandenbrink@zorggroep-almere.nl</p> <p>Nanda Zuithoff (gzc. Noorderdok) Tel: 036- (545) 4420</p> <p>Fysio Walrave, fysiotherapie, manuele lymfedrainage en oedeemtherapie, groepstherapie en beweegprogramma's Praktijkadres: Kerkstaat 14a 1354 AB Almere tel.036-5318641 www.fysiowalrave.nl</p> <p>Almere haven: Geert Strik , oedeemfysiotherapeut, oefentherapie bij oncologische aandoeningen. Praktijkadres : GC. De Haak Schoolstraat 32 1354 HP Almere Haven tel : 036- 5313131 Voor verwijzers mail: gstrik@fysiodehaak.nl Website : www.fysiodehaak.nl</p>
<p>Continuïteitsbezoek Het continuïteitsbezoek biedt begeleiding aan huis voor patiënten die de diagnose kanker hebben (gehad). Dit wordt aangeboden als preventief huisbezoek door een gespecialiseerde wijkverpleegkundige. Het doel hiervan is om doormiddel van advies, instructie en voorlichting, verbeteren van de gezondheidssituatie. Hiervoor is geen indicatie nodig. De zorg is gericht op het tijdig signaleren en opvangen van problemen die samenhangen met de ziekte en/of behandeling.</p>	<p><u>Aanmelden via Zorglijn Almere</u></p> <p>Tel : 0900- (775) 5777</p> <p>Fax: 036- (545) 4514</p>

Nazorg thuis

<p>Thuiszorg</p> <p>CIZ-indicatie aanvragen bij:</p> <ul style="list-style-type: none">• Huishoudelijke hulp• Wijkverpleging in praktische zin (hulp bij ADL/BDL)• Verzorging• Specialistische, technisch verpleegkundige zorg zoals infuuszorg, verzorgen van catheters, begeleidingsgesprekken e.d. <p>Het CIZ geeft de geaccordeerde indicatie door aan een thuiszorginstelling. De cliënt kan een voorkeur voor een thuiszorginstelling opgeven.</p> <p>Zorggroep Almere beschikt over een specialistisch team. Dit zijn verpleegkundigen die onder andere ondersteuning bieden bij pijnbestrijding en palliatieve sedatie, infusie therapie, complexe wondzorg en verzorging centrale lijnen.</p> <p>Tevens zijn er verpleegkundigen met verschillende aandachtgebieden zoals: wond ,stoma en incontinentiezorg</p> <p>Decubitus , CVA en COPD</p>	<p>Informatie: www.ciz.nl</p> <p>Voor aanmeldingen op werkdagen van 8.00uur tot 16.00uur, tel.nr: 036-5408983</p> <p>Zorggroep Almere Postbus 10136 1301 AC Almere Tel: 0900- (775) 5777 Fax: 036- (545) 4514 Zorglijn: Tel: 0900 – (775) 5777 zorglijn@zorggroep-almere.nl</p> <p>EndlessThuiszorg 036- (529) 1688 Buro Onze zorg 036- (536) 2899 Zorgfix 06- 105 85 769 Roebiazorg 036- (546) 9365</p> <p>Voor overige thuiszorginstellingen: www.palliatievezorgkiezen.nl</p> <p>Voor huishoudelijke ondersteuning:</p> <p>Ma t/m vrij: 09.00 - 13.00 uur 036 – (546) 3200 Servicepunt 'Z' Almere (WMO)</p> <p><u>Naam : Service punt Z voor WMO aanvragen oa. huishoudelijke ondersteuning</u> Ma t/m vrij: 09.00 - 13.00 uur Tel: 036 – (546) 3200</p>
<p>Specialistisch Team</p> <p>Zorggroep Almere beschikt over een specialistisch team. Dit zijn verpleegkundigen die onder andere ondersteuning bieden bij pijnbestrijding mbv (morfine)pomp en palliatieve sedatie, infusie therapie, complexe wondzorg en verzorging centrale lijnen.</p>	<p>Zorggroep Almere: Specialistisch team van Zorggroep Almere 7 dagen per week, 24 uur per dag 06-30054455 of op kantooruren 036-5454877 of via de Zorglijn 0900 – (775) 5777 Fax.nr: 036-5454870</p>

Nazorg thuis

<p>Verpleegartikelen</p> <p>VEGRO uitleenwinkel hulpmiddelen: (Thuiszorgwinkels)</p>	<p>Almere Stad Randstad 21-22 1314 BM Almere Stad Tel: 0800 – (288) 7766 (gratis)</p> <p>Geopend: Ma t/m vrij: 09.00 - 17.30 uur Zaterdag: 10.00 - 16.00 uur</p> <p>Almere Buiten Reykjavikstraat 1 1334 KG Almere Buiten Tel: 0800 – (288) 7766 (gratis)</p> <p>Geopend: Ma t/m vrij: 09.00 - 17.30 uur Zaterdag: 10.00 - 16.00 uur</p> <p>Meer informatie Kijk voor meer informatie over de artikelen op de website van Vegro Verpleegartikelen</p> <p>E-mail : info@vegroverpleegartikelen.nl</p>
<p>Zuurstoftherapie</p>	<p>Firma Linde. Telnr:040-2825825</p>
<p>Diëtist De diëtist biedt voedingsadviezen, voedingsvoorlichting in de verschillende stadia van het ziekteproces en begeleiding bij de toepassing van de adviezen zowel voor de betrokkene zelf als ook voor zijn/haar omgeving.</p> <p>Overzicht gespecialiseerde diëtisten:</p> <p>www.nvdietist.nl www.kiesbeter.nl</p>	<p>Zorggroep Almere afsprakenbureau via Zorglijn</p> <p>Tel : 0900- (775) 5777</p> <p>Almere haven: Elly Swennen, diëtist Spreekuur op vrijdag in GC. De Haak Schoolstraat 32 1354 HP Almere . Afspraken via de Zorglijn , op werkdagen bereikbaar 08.00 tot 18.00 uur: 0900- 7755777.</p> <p>Ook aanmelding mogelijk via aanmeldformulier website Zorggroep Almere www.zorggroep-almere.nl Bereikbaar voor verwijzers : tel 06 -54340150 mail : eswennen@zorggroep-almere.nl</p>

Nazorg thuis

Lymfoedeem

Voor de behandeling van lymfoedeem kan men terecht bij een gespecialiseerde fysio-oedeemtherapeut, een huidtherapeut of een lymfoedeemkliniek (voor o.a. een operatieve ingreep).

Informatie:

www.lymfoedeem.nl (Nederlands Lymfoedeem Netwerk)
www.nvfl.nl (overzicht gespecialiseerde fysiotherapeuten)
www.huidtherapie.nl (overzicht huidtherapeuten)
www.nijsmellinghe.nl (lymfoedeemkliniek)
almeersepraktijk@online.nl

Gezondheidscentrum Prisma
Soerabajastraat 1
1335 GT Almere Buiten
Tel: 036- (545) 4580

Eva Streutker en collegae
Tel: 036- 868 96 81/ 06- 1261 6288
Almeerse Praktijk voor Huid- en
Oedeemtherapie:

Mw. M.J.Gerrebrands
(volledig gecertificeerd/BIG geregistreerd.)
Mail: almeersepraktijk@online.nl

Locaties:

Huidtherapie Almere Buiten
Gezondheidscentrum Prisma
Soerabajastraat 1
1335 GT Almere Buiten
Tel: 036- (545) 4580

Huidtherapie Almere Haven
Gebouw Medipor
Kerkstraat 98 2^c
Tel: 036- (524) 5370
samenwerkingsverband met Zorggroep
Almere. Thuisbehandeling mogelijk (in de
palliatieve fase)

Palliatieve zorg

<p>Er zijn verschillende artsen waar je met vragen op palliatief gebied terecht kunt:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. <u>Artsen uit de "peergroup"</u> Er een 20tal artsen in Almere die een aanvullende palliatieve opleiding hebben afgerond, en zich hierin regelmatig bijscholen. In vrijwel elk gezondheidscentrum is er een dergelijke "locale deskundige" arts aanwezig. 2. <u>Locale consulenten</u> De internistenoncologen van het Flevoziekenhuis 036 8688765 en de consulent Rob Bekkering 036 5454443. Deze consulenten zijn bekend met de mogelijkheden in en rond Almere. 3. <u>Helpdesk Palliatieve Zorg IKNL</u> U kunt overleggen met een in palliatieve zorg gespecialiseerde deskundige 	<p>De internistenoncologen van het Flevoziekenhuis: 036- (868) 8765 Rob Bekkering: 036- (545) 4443</p> <p>Helpdesk: 0900- (202) 1745 Dagelijks (08.00 -23.00 uur)</p> <p>In geval van nood is er ook een consulent beschikbaar in de nacht. Meer informatie; http://www.iknl.nl/page.php?id=3190&nav_id=84</p>
<p>Netwerk Palliatieve Zorg Een Netwerk Palliatieve Zorg is een samenwerkingsverband van zorgaanbieders in een bepaalde regio. Een Netwerk heeft als doel de zorg voor mensen in de laatste levensfase zo goed mogelijk te organiseren. Nederland kent ongeveer 70 netwerken palliatieve zorg</p>	<p>Netwerk palliatieve zorg Almere Coördinator Bea Dame Tel: 06- 50939594 Mail: bdame@rosalmerenl Website: www.npzalmerenl</p> <p>Landelijke Netwerken palliatieve zorg www.netwerkenpalliatievezorgnl</p>
<p>Hospice Almere Een Hospice biedt aan mensen in hun laatste levensfase, op een heel persoonlijke manier, alle nodige zorg in een rustige huiselijke sfeer waar ook hun naasten van harte welkom zijn.</p>	<p>Coördinator: Joanne Veldkamp Tel : 036- (524) 7403 Mob: 06- (1624) 9878 Mail: hospice-almere@kpnmailnl</p> <p>Clingendaellaan 229 1333WJ Almere www.hospicealmerenl</p>
<p>Verpleeghuis Het verpleeghuis biedt medium care zorg (ZZP 10 indicatie)</p>	<p>Flevoburen 2 palliatieve bedden Bezoekadres: Meeresteinkade (achterkant Flevoziekenhuis) Telefoon: (036) - 5485 650 (Polderburen) E-mail: info.polderburen@zorggroep-almerenl</p>
<p>Woonzorgcentra Binnen Almere zijn er verschillende mogelijkheden voor bijna thuis mogelijkheden in de palliatieve fase.</p>	<p>Archipel (Literatuurwijk) 1 palliatief bed Poëziestraat 166 1321 HT Almere Tel: 036- (548) 1700</p>

	<p>De Overloop (Almere Haven) 1 palliatief bed Boogstraat 1 1353 BE Almere Tel: 036- (547) 2300 Fax: 036- (547) 2347</p> <p>De Toonladder (Muziekwijk) 2 palliatieve bedden Kathleen Ferrierstraat 51 1311 KH Almere Tel: 036- (535) 8111 Fax: 036- (536) 6788</p> <p>Castrovalva (Tussen de Vaarten Zuid) 1 palliatief bed Juan Grisstraat 50, 1328 SV Almere Telefoon: (036) - 54 54 280 Fax: (036) - 54 54 296 E-mail: info.castrovalva@zorggroep-almere.nl</p> <p>Kiekendief (centrum) 1 palliatief bed Kolkplein 1, 1315 GW Almere Telefoon: (036) - 54 54 740 Faxnummer: (036) - 54 54 752 E-mail: info.kiekendief@zorggroep-almere.nl</p>
--	---

<p>Vrijwilligers palliatieve terminale zorg (VPTZ) De hulp van vrijwilligers VPTZ dient ter vervanging of ondersteuning van mantelzorg bij terminale mensen. VPTZ kan van 1 tot ca 7 dagdelen per week ingezet worden bij:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Terminale patiënten die geen of onvoldoende familie/mantelzorgers hebben om 'er te zijn', • Mantelzorgers die ondersteuning wensen bij het aanwezig zijn bij terminale patiënten. <p>Informatie: www.vptz.nl</p> <p>Buddyzorg Een buddy is een maatje, een metgezel. Een buddy geeft praktische en emotionele ondersteuning aan de ernstig en ongeneeslijke zieke in de thuissituatie. Buddy's komen bij mensen die er emotioneel alleen voor staan en gaan met hen een kameraadschappelijke relatie aan.</p> <p>Informatie: www.handjehelpen.nl</p>	<p>Vrijwilligers en Mantelzorg Centrale Almere (VMCA)</p> <p>Marie Jose Jongstra en Marieke Kollen Wagenmakerbaan 43 1315 BC Almere Tel: 036- (534) 1404 www.vmca.nl</p> <p>Vrijwilligers en Mantelzorg Centrale Almere (VMCA)</p> <p>Marieke Kollen en Marie Jose Jongstra Wagenmakerbaan 43 1315 BC Almere Tel: 036 – (534) 1404 www.vmca.nl</p>
<p>Ondersteuning van mantelzorgers Overall in Nederland zijn Steunpunten mantelzorg en</p>	

<p>organisaties voor vrijwillige thuishulp waar mantelzorgers ondersteuning en hulp kunnen krijgen. Mantelzorgers kunnen terecht voor:</p> <ul style="list-style-type: none"> • emotionele steun, bijv. een luisterend oor en lotgenotencontact • praktische hulp, bijv. bij het invullen van formulieren • hulp van vrijwilligers, bijv. als tijdelijke oppas of gesprekspartner <p>Informatie: www.mantelzorg.nl</p>	<p>Vrijwilligers en Mantelzorg Centrale Almere (VMCA)</p> <p>Wagenmakerbaan 43 1315BC Almere Tel: 036- (529) 7550</p>
--	---

Psychosociale ondersteuning

<p>Psycholoog Voor individuele begeleiding kunnen patiënten en naasten verwezen worden naar de leden van het IKA-netwerk psychologen en psychotherapeuten. Deze psychologen/ psychotherapeuten zijn getraind in de begeleiding van mensen met kanker en hun naasten. De namen van de therapeuten met hun specifieke deskundigheden en vergoedingsregeling staan op IKCnet.</p> <p>Informatie: http://ika.verwijsgids.ikcnet.nl</p>	<p>Psychologen in de regio Almere</p> <p>Mw. drs. Mariet E.H. Janssens, Gezondheidszorg-, Eerstelijns psycholoog Praktijkadres : GC. De Haak Schoolstraat 32 1354 HP Almere Haven tel 036 -5485606 www.mehjanssens.nl Voor verwijzers mail : mehjanssens@gmail.com</p> <p>Mw. drs. Joke Hoelen, Psychologie Praktijk Almere Ambachtsmark 142 1355 EM Almere Tel 036 5489901 Mailadres ppahoelen@hotmail.com</p> <p>J.U.C.van Essen Tel: 036- (540) 0595</p>
<p>Psycho-oncologische centra Voor individuele en groepsbegeleiding zijn in het land verschillende psycho-oncologische centra voor patiënten en naasten beschikbaar. In de IKA-regio kunnen patiënten verwezen worden naar het Ingeborg Douwes Centrum. Dit centrum heeft een toekenning AWBZ-regeling. Een verwijzing via de huisarts of Arbo-arts is noodzakelijk.</p> <p>Informatie:</p> <ul style="list-style-type: none"> • www.ingeborgdouwescentrum.nl • www.IPSO.nl (landelijk overzicht van psycho-oncologische centra) 	<p>Ingeborg Douwes Centrum Amsterdam</p> <p>020- (510) 8102</p> <p>www.ingeborgdouwescentrum.nl</p>
<p>Inloophuizen Op verschillende plaatsen in het land zijn inloophuizen beschikbaar voor groepsactiviteiten en gesprekken, lotgenotencontact, themabijeenkomsten, yoga, creativiteit etc.</p> <p>Informatie: www.IPSO.nl (landelijk overzicht van inloophuizen)</p> <p>of FINK www.verenigingfink.nl</p>	<p>Inloophuis: het Parkhuys Bunuellaan 1 1325PP Almere 036- (535) 4444</p> <p>Katinka van der Linden</p> <p>www.parkhuysalmere.nl</p>

Contact met lotgenoten

<p>Patiëntenorganisaties De patiëntenorganisaties zijn belangrijk voor o.a. lotgenotencontact, informatie en belangenbehartiging.</p>	<p>www.nvk.nl</p>
<p>Groepsbijeenkomsten voor lotgenoten</p> <p>Groepsbijeenkomsten worden georganiseerd door</p> <ul style="list-style-type: none"> • patiëntenorganisaties (www.kankerpatient.nl), • psycho-oncologische centra en inloophuizen (www.IPSO.nl, www.verenigingfink.nl) • ziekenhuizen (bijeenkomsten o.a. voor borstkankerpatiënten). 	<p>Specialisatie: Mamma Care</p> <p>Hanna de Rijp Tel: 036- (868) 9688</p>

Ondersteuning bij revalidatie

<p>Herstel & Balans Ondersteuning bij fysiek en emotioneel herstel in het nazorgtraject biedt het programma Herstel & Balans. Herstel & Balans is een groepsrevalidatieprogramma voor mensen met kanker. Het programma bestaat uit een fysieke en een psycho-educatieve module. Voor de meer dan zestig landelijke locaties in Nederland. informatie: www.herstelenbalans.nl.</p>	<p>Fysiotherapie Flevoziekenhuis</p> <p>Peter Claessen Tel: 036- (868) 8814</p>
<p>Verder in Balans Voor sportief bewegen na kanker en als vervolg op Herstel & Balans biedt de Stichting Verder in Balans in Amsterdam en in het Gooi groepslessen bewegen, individuele fitness en aangepast tennissen:</p> <p>Amsterdam: www.verderinbalans.nl Hilversum: www.verderinbalanshetgooi.nl</p>	<p>Amsterdam: info@verderinbalans.nl</p> <p>Hilversum: info@verderinbalanshetgooi.nl</p>
<p>Onco-Move Bewegen tijdens de behandeling al kan vermoeidheid en conditieverlies mogelijk voorkomen en/of beperken. Bij Onco-Move, een beweegprogramma voor kankerpatiënten tijdens behandeling, geeft de oncologieverpleegkunde de patiënt beweeginstructie en -begeleiding. De patiënt voert het beweegadvies thuis zelfstandig uit.</p> <p>Onco-Move is in enkele ziekenhuizen in de IKA-regio op toepasbaarheid en tevredenheid getoetst, een wetenschappelijke studie naar het effect van Onco-Move volgt in 2010.</p> <p>Informatie: http://ika.oncomove.ikcnet.nl</p>	<p>Flevoziekenhuis afdeling Fysiotherapie</p> <p>Peter Claessen Tel: 036- (868) 8814</p>
<p>Andere sportmogelijkheden Voor informatie over aangepaste sportmogelijkheden: www.sportiefbewegen.nl</p>	<p>Klein beginnen www.parkhuys.nl Tel: 036- (535) 4444</p>

<p>Bewegingsprogramma's www.hetpreventiecentrum.nl www.fysiotherapiemedi-mere.nl www.fysiotherapie-remcopraktijken.nl</p>	<p>Fysiotherapie Flevoziekenhuis Peter Claessen Tel: 036- (868) 8814</p>
<p>Uiterlijke verzorging bij kanker De Stichting Look Good... Feel Better biedt praktische tips bij de uiterlijke verzorging bij kanker en beschikt over namen van schoonheidsspecialisten en haarwerkers met een aanvullende opleiding 'Look Good ... Feel Better'.</p> <p>In verschillende ziekenhuizen in de IKA-regio zijn spreekuren Look Good ... Feel Better voor individuele adviezen: www.lookgoodfeelbetter.nl > patiënten > individuele consulten.</p> <p>Informatie:</p> <ul style="list-style-type: none"> • www.lookgoodfeelbetter.nl (algemene informatie) 	<p>Schoonheidsspecialist:</p> <p>Eva Streutker Tel: 036- (868) 9681 www.uwhuidonzezorg.nl</p> <p>LGFB www.haarwerkspecialist-in-balans.nl</p> <p>www.hoofdzaken.nl</p>
<p>Prothesevoorlichting Voor adressen van de borstprothese-informatiecentra (BIC's) kan men terecht bij BorstkankerVereniging Nederland.</p> <p>Informatie: www.kankerpatient.nl/BVN Tel: 030 – (291) 7222</p>	<p>Zie Parkhuys Streutker</p> <p>Ills Lingerie Huizerweg 27a 1401 GG Bussum Tel: 035- (691) 2848 www.ills-lingerie.nl</p>

Voorlichting

<p>Hulp- en informatietelefoon</p> <p>De hulp- en informatietelefoon biedt patiënten algemene informatie over kanker, de behandeling en nazorg en een luisterend oor voor emotionele problemen. Men beschikt over een groot aantal folders van diverse ziektebeelden en adressen voor begeleiding o.a. van de kankerpatiëntenorganisaties.</p> <p>In de IKA-regio kunnen patiënten voor een hulp- en informatietelefoon terecht bij KWF Kankerbestrijding.</p> <p>Zij geven deze voorlichting en begeleiding onder andere door:</p> <ul style="list-style-type: none">• de ontwikkeling van voorlichtingmaterialen• het ontwikkelen van onderwijsmateriaal voor basisschool en middelbare school• diverse websites over kanker• de KWF Kanker Infolijn 0800 - 022 66 22 (gratis)• het organiseren van de 'Bomen voor het Leven'-dag, voor nabestaanden	<p><i>KWF Kankerbestrijding</i></p> <ul style="list-style-type: none">• Openingstijden 9.00-18.00 uur (ma t/m vrij), bezoek mogelijk op afspraak.• Bestellen van folders: 24 uur per dag via voice respons systeem of via website www.kwfkankerbestrijding.nl.• Tel: 0800 - 22 66 22 (gratis)• E-mail: via website www.kwfkankerbestrijding.nl
<p>Agenda voor mensen met kanker: themabijeenkomsten</p> <p>Halfjaarlijks geeft het IKA de Agenda voor mensen met kanker en hun naasten uit. Hierop staan de (voorlichtings)activiteiten van ziekenhuizen, thuiszorginstellingen, patiëntenorganisaties, inloophuizen en anderen voor (ex-)kankerpatiënten en hun naasten.</p>	

Websites en overige informatie

<p>Betrouwbare informatie over kanker Belangrijke patiënteninformatie over soorten kanker, informatiefolders, thema's en antwoorden op veelgestelde vragen staan op de website van KWF Kankerbestrijding.</p>	<p>www.kwf.nl</p>
<p>Informatie over palliatieve zorg Netwerkgorg op maat is ontwikkeld voor en door professionals in de palliatieve zorg en bundelt informatie over alle facetten van de palliatieve zorg. De patiënt wordt gevolgd in de palliatieve fase, de stervens- en nazorgfase. Fysieke, psychische, sociale en spirituele aspecten van de palliatieve zorg zijn afzonderlijk uitgewerkt. Landelijke en regionale informatie over palliatieve zorg is geordend naar organisaties en websites, richtlijnen en materialen.</p>	<p>www.netwerkgorgopmaat.nl</p>
<p>Werk en verzekeringen Voor vragen en klachten over werk en verzekeringen: Vraag Welder van de Weldergroep.</p>	<p>www.weldergroep.nl</p>
<p>Patiëntenrechten en klachtenprocedures Voor informatie over patiëntenrechten en klachtopvang:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Stichting ondersteuning klachtopvang gezondheidszorg; • Landelijk informatiepunt patiënten. 	<p>www.sokg.nl www.zorgbelang-nederland.nl</p>
<p>Rouwverwerking Stichting Achter de Regenboog ondersteunt kinderen en jongeren bij het (komend) overlijden van een dierbare. De Landelijke Stichting Rouwbegeleiding is een centraal punt waar iedereen terecht kan voor informatie, publicaties en voorlichting over rouw. Ook kan op verzoek doorverwezen worden naar diverse vormen van rouwzorg. Zie www.verliesverwerken.nl. Op www.rouwboeken.nl staat een breed assortiment van boeken rond verlies en verdriet. Boeken kunnen een belangrijke hulp zijn om weer op verhaal te komen. De website is tot stand gekomen in samenwerking met de Landelijke Stichting voor Rouwbegeleiding.</p>	<p>www.achterderegenboog.nl www.verliesverwerken.nl www.rouwboeken.nl www.humanitas.nl www.parkhuysalmere.nl</p>
<p>Kanker in het gezin Voor kinderen met een vader of moeder met kanker, ouders, zorgverleners en leerkrachten is er een site met een scala aan informatie. Ook is er de mogelijkheid met elkaar van gedachten te wisselen op een van de fora.</p>	<p>www.kankerspoken.nl</p>
<p>Werk en inkomen De Nederlandse Federatie van kankerpatiëntenorganisaties heeft een handleiding voor patiënten uitgebracht die ingaat op de regie om werkhervatting te houden en de reïntegratie te bevorderen.</p>	<p>www.nfk.nl > thema werk en inkomen</p>