



Kanker in het gezin

De diagnose kanker heeft een enorme impact op alle gezinsleden in op het gezin als geheel. Bij Adamas ben je welkom om je verhaal te vertellen en te ontdekken wat je nodig hebt om met de situatie om te gaan. Adamas kan het hele gezin begeleiden, en er zijn aparte lotgenotengroepen voor ouders, kinderen en jongeren.

Voor kinderen in de basisschoolleeftijd is er een KidsClub en middelbare scholieren ontmoeten elkaar in de ChillClub. Je kunt er praten met leeftijdgenoten die hetzelfde meemaken, stoom afblazen tijdens een sportieve activiteit of gedachten en gevoelens uiten door middel van creativiteit. Als je juist even geen zin hebt om met de ziekte bezig te zijn, kom je gewoon lekker chillen of een spelletje doen.

Adamas op school

Op verzoek verzorgt Adamas gastlessen op basis- en middelbare scholen. Hierin wordt het onderwerp kanker op een lichte manier bespreekbaar gemaakt. Adamas biedt ook ondersteuning aan scholen en individuele leerkrachten/docenten.

Mijn vader heeft kanker. In mijn klas vragen ze nooit hoe het gaat. Ze weten niet hoe ze ermee om moeten gaan. Gelukkig zie ik bij Adamas andere kinderen van wie een ouder ziek is. Zij hebben aan een half woord genoeg om te weten hoe ik me voel. Zij zijn echt mijn bondgenoten!

- Stephanie, 14 jaar -

www.adamas-centrum.nl

Praktische informatie

Contact

Adamas
Eugenie Pr vinaireweg 61
2151 BB Nieuw-Vennep

0252-680233
mail@adamas-centrum.nl
www.adamas-centrum.nl

Openingstijden

Adamas Nieuw-Vennep

Maandag	9.30-16.30
Dinsdag	9.30-16.30 19.00-21.30
Woensdag	9.30-16.30
Donderdag	9.30-16.30

Adamas in het Spaarne Gasthuis

Maandag	9.00-16.00
Dinsdag	9.00-16.00
Woensdag	9.00-16.00
Donderdag	9.00-16.00
Vrijdag	9.00-13.00

Adamas op Kampeerboerderij Straat-Hof
Willem van der Veldenweg 57, Leimuiden
2^e dinsdag van de maand 10.00-12.00 uur

Kosten en vergoeding

Een bezoek aan Adamas is gratis. Voor deelname aan een activiteit kan een kleine tegemoetkoming in de kosten worden gevraagd. Inloop(sprekuren), een-op-eengesprekken, informatie, lezingen en jeugdactiviteiten zijn altijd gratis.

Steun ons

Adamas is volledig afhankelijk van subsidies en donaties. Draag je ons een warm hart toe, word dan Vriend van Adamas. Je kunt een bijdrage overmaken op IBAN NL08 RABO 0129 8483 79 t.n.v. Stichting Adamas Inloophuis of online doneren via adamas-centrum.nl/doneren.

Adamas is aangesloten bij IPSO, de Nederlandse brancheorganisatie voor centra voor leven met en na kanker.

Algemeen Nut
Beogende Instelling
ANBI IPSO



 **ADAMAS**
centrum voor leven met en na kanker

voor mensen met kanker, hun naasten en nabestaanden



Omgaan met kanker

Je hoeft het niet
alleen te doen

tekst en vormgeving .../stijlerij

Er is een leven vr kanker en een leven n kanker

Ben je geconfronteerd met kanker en loop je rond met vragen? Ben je bang of verdrietig? Merk je dat de relatie met je dierbaren onder druk staat? Weet dan dat je er niet alleen voor staat. Adamas is er voor jou. Of je nu zelf ziek bent (geweest) of naaste bent van iemand die kanker heeft (gehad) of daaraan is overleden.

Wat biedt Adamas?

- Inloop(sprekuren)
- Een-op-eengesprekken
- Lotgenotencontact
- Activiteiten gericht op vitaliteit
- Creatieve activiteiten
- Informatie
- Begeleiding bij kanker in het gezin

Bij Adamas word je ontvangen door speciaal opgeleide gastvrouwen en -heren. De nadruk ligt er niet op de medische kant van de ziekte, maar op de kwaliteit van leven. Wat is voor jou belangrijk? 84% van de bezoekers van een centrum voor leven met en na kanker ervaart een verbetering hiervan.

Positieve gezondheid

Adamas werkt op basis van het concept Positieve gezondheid. Dit is een brede benadering van het begrip gezondheid, die bijdraagt aan het vermogen om met de fysieke, emotionele en sociale uitdagingen

in het leven om te gaan. Kun je je bijvoorbeeld voldoende redden? Voel je je gelukkig of juist eenzaam? Wat heb je nodig van je omgeving? Het gaat erom waar jij energie van krijgt en hoe je je veerkracht (her)vindt, op de manier die bij jou past.

Ale bent toch weer beter? AJa, ik ben schoon verklaard. Maar de ziekte en de chemo hebben veel kapot gemaakt. Mijn geheugen laat me vaak in de steek, mijn eten smaakt me niet meer en ik ben hondsmoe als ik een kwartiertje met mijn kinderen heb gespeeld. Ook ben ik vaak bang dat de ziekte weer terugkomt. Ik zou opgelucht moeten zijn, maar dat ben ik (nog) niet. Mijn omgeving vindt het lastig om dat te begrijpen. Bij Adamas weten ze precies wat ik bedoel. Ik krijg er alle steun die ik nodig heb om mijn leven weer op te pakken.A

- Joep, 34 jaar -

Een greep uit de activiteiten

Lotgenotencontact

- Jonge vrouwen (vanaf 21 jaar)
- Vrouwen (vanaf 40 jaar)
- Mannen
- Naasten
- Nabestaanden
- Ouders met jonge kinderen
- Rouwondersteuning

Activiteiten gericht op vitaliteit

- Yoga
- Massage
- Zwemmen
- Wandelen
- Meditatie
- Tao en Qigong
- Kookclub
- Mindfulness

Creativiteit

- Open atelier
- Creatief schrijven
- Heart Pillow-project
- Mindful art
- Dagworkshops

Informatie

- Infotheek: boeken, dvd's en folders
- Informatiebijeenkomsten
- Inloopsprekuren (o.a. voedingsdeskundigen en patiëntenverenigingen)
- Gastlessen op scholen

Begeleiding bij kanker in het gezin

- Gezinsbegeleiding
- KidsClub (basisschoolleeftijd)
- ChillClub (middelbareschoolleeftijd)



Adamas in het Oncologiecentrum

De gastvrouwen en -heren van Adamas zijn aanwezig in het Oncologiecentrum van het Spaarne Gasthuis in Hoofddorp. Zij helpen patiënten en hun naasten om te gaan met alles wat er op hen afkomt..

De gastvrouwen en -heren kunnen:

- een luisterend oor bieden
- meedenken over aanvullende zorg en ondersteuning
- je gezelschap houden tijdens het wachten op een consult, behandeling of uitslag

Adamas Buddy

Als je behoefte hebt aan aanvullende ondersteuning, dan kan een van de gastvrouwen of -heren van Adamas optreden als buddy. Deze service is er bijvoorbeeld voor mensen die alleen naar het ziekenhuis komen.

De buddy kan:

- je van de taxi of uit de parkeergarage ophalen en naar de afdeling begeleiden
- je wegwijzen maken in het Oncologiecentrum
- je vergezellen naar de spreekkamer (extra uren) en na afloop nog eens rustig uitleggen wat er is besproken
- even bij je partner of kind blijven tijdens een poliklinische behandeling

Je vindt ons van maandag t/m donderdag tussen 9.00 en 16.00 uur en op vrijdag tussen 9.00 en 13.00 uur op de volgende locaties:

- A Polikliniek Oncologie
- A Wachtkamer van het AvL
- A Dagbehandeling
- A Huiskamer
- A Kamer 33
- A Verpleegafdeling (op verzoek)

Telefoon: 023 - 22 48 944

