



FEDERATIE VAN INLOOPHUIZEN
IN NEDERLAND VOOR MENSEN
DIE LEVEN MET KANKER,
EN HUN NAASTEN

NIEUWSBRIEF

Jaargang 4, nummer 15
Oplage: 40 stuks
mei 2010

Redactie: Maarten de Gouw

Postadres: Weimansweg 70-72

3075 MP Rotterdam

06-24204019

www.verenigingfink.nl / info@verenigingfink.nl

Postbankrek.no. 1528772 / KvK no. 24388750

De volgende nieuwsbrief verschijnt in september 2010.

=====

Berichten van het Landelijk Steunpunt:

- * Het Landelijk Steunpunt is dit jaar gesloten in de maand augustus en is dan ook niet bereikbaar per mail.
- * FINK is sinds kort ook te vinden op www.linkedin.com, een digitale ontmoetingsplaats op internet! Hier kunnen inloophuizen van FINK elkaar ontmoeten, vragen stellen en discussies voeren. Op de website van FINK staat binnenkort een handleiding van linkedin, deze staat ook hieronder. Ga vooral eens kijken en proberen, het is zeker de moeite waard.
- * DENK AAN HET INVULLEN VAN DE LANDELIJKE REGISTRATIE, GRAAG TERUGONTVANGST VOOR 1 SEPTEMBER! Voor het werk van FINK is deze registratie erg belangrijk, het geeft richting aan ons werk.
- * Dank voor alle positieve reacties op onze coördinatorenendag van 21 mei, het was een goede inhoudelijke maar ook ontspannen dag, zeker voor herhaling vatbaar! En voor de positieve reacties op het train-de-trainerprogramma voor partnergroepen zoals afgelopen maanden uitgevoerd door Margreeth van der Oord.
- * Het samenwerkingsproject met VPTZ wordt deze maand afgesloten, na een prima verloop en goede resultaten. Ieder inloophuis van FINK ontvangt dan de handleiding over samenwerking met VPTZ-organisaties.

=====

Berichten van de leden:

- * De gezamenlijke inloophuizen in Rotterdam hebben ten behoeve van hun bezoekers één gezamenlijke website ontwikkeld: www.inloophuisrotterdam.nl, een goed voorbeeld van samenwerking met elkaar, misschien ook voor andere regio's?

* **DE BONTE STOET – Het gevoel van leven**

Wat doet het met je als je als kind of jongere zelf, of in je omgeving, geconfronteerd wordt met kanker? Daarover gaat het theaterprogramma *De Bonte Stoet*.

De Bonte Stoet is een theaterstuk waar om gelachen en gehuild kan worden, zoals dat ook echt hoort in een theater. Het bijzondere aan het stuk is dat het is bedacht, gespeeld en geregisseerd door kinderen en jongeren tussen de 6 en 16 jaar, die uit eigen ervaring spreken. Al maanden lang werken zij in het Adamas Inloophuis aan dit prachtige project.

Op zaterdag 12 juni 2010 is het dan eindelijk zover dat iedereen het resultaat van hun inspanningen kan komen bekijken. Het stuk wordt op die dag twee maal opgevoerd: 's middags de try-out en 's avonds de 'echte' uitvoering. De entree is gratis. Voor kaarten kun je terecht bij het inloophuis.

Datum: zaterdag 12 juni 2010

Locatie: Schouwburg De Meerse op Locatie , Johan Enschedelaan 1, Hoofddorp

Try-out: aanvang 16.00 (foyer open om 15.30)

Avondvoorstelling: aanvang 19.30 (foyer open om 19.00)

Dit bijzondere project is mogelijk gemaakt door het paalzit evenement van Nieuw Vennep 2009

Adamas Inloophuis

Eugenie Prévinaireweg 61

2151 BB Nieuw Vennep

Tel.: 0252-680233

www.adamas-inloophuis.nl

mail@adamas-inloophuis.nl

petra@adamas-inloophuis.nl

=====

Berichten van derden:



**Nederlandse Federatie van
Kankerpatiëntenorganisaties**

PERSBERICHT

Weer aan het werk na kanker met een coach die je begrijpt

Vanaf 20 mei bieden de kankerpatiëntenorganisaties re-integratietrajecten speciaal voor mensen die weer aan het werk willen na de behandelingen. Uniek is dat een deel van de begeleiding wordt verzorgd door coaches die zelf ook kanker hebben gehad.

De combinatie van professionele deskundigheid- en ervaringsdeskundigheid maakt een betrokken en op maat gesneden bemiddeling mogelijk. Daardoor bieden de re-integratietrajecten van de NFK meer kans op succes. Samen met de ervaringsdeskundige coach zoekt de cliënt uit welke functie het best aansluit bij wat hij kan en wil. Ook verder in het traject heeft de cliënt gesprekken met de coach. De coach daagt hem uit om uit te gaan van zijn mogelijkheden.

Een coach aan het woord:

"Toen de mogelijkheid zich aanbood om te werken als ervaringsdeskundige voor de kankerpatiëntenorganisaties heb ik geen seconde getwijfeld. Omdat ik zelf borstkanker heb gehad, kan ik me goed inleven. Ook heb ik zelf een geslaagde re integratie achter de rug. Daarbij heb ik

professionele ervaring als coach. Ik wil mensen graag ondersteunen in hun ontwikkeling en begeleiden op hun weg naar werk of naar een zinvolle dagbesteding."

(Bianca Rebergen, ervaringsdeskundige coach project Chronisch Ziek en Werk.)

Werkhervatting binnen een jaar

Werknemers met kanker die hun werk willen houden of die vanuit de uitkering een baan zoeken, kunnen meedoen aan de re-integratietrajecten van de NFK. De trajecten worden gefinancierd uit de Individuele Re-integratie Overeenkomst (IRO) of door de werkgever. Werkhervatting of een nieuwe baan binnen een jaar is het doel.

Langdurige gevolgen

Veel mensen met kanker hebben problemen om tijdens of na hun behandelingen het werk te hervatten. Dat komt door langdurige gevolgen waarmee ze te kampen hebben, zoals vermoeidheid, concentratieproblemen of fysieke gevolgen als lymfoedeem. Maar ook doordat werkgevers, collega's en zijzelf soms te lang wachten met het bespreken van de terugkeer naar het werk.

Groeiende groep

Kanker wordt nog vaak geassocieerd met een dodelijke ziekte. Maar door betere diagnosetechnieken en behandel mogelijkheden overleven steeds meer mensen. Ze pakken de draad van hun leven weer op, inclusief werk. Maar de arbeidsmarkt is nog niet ingesteld op de groeiende groep werknemers die na hun behandelingen voor kanker het werk hervat. Daarom ondersteunen de ervaringsdeskundige coaches werknemer én werkgever.

Succesvol

De koepel van kankerpatiëntenorganisaties NFK biedt de re-integratietrajecten aan samen met de Reumapatiëntenbond en drie andere patiëntenorganisaties. De Reumapatiëntenbond heeft al een aantal jaren ervaring met eigen re-integratietrajecten, die vaak succesvol zijn. Voor de trajecten zijn drie re-integratiebureaus geselecteerd die samen met de ervaringsdeskundige coaches de re-integratietrajecten begeleiden: USG Restart, Sallcon en Beekmans & Van de Ven.

Over de NFK

De NFK is de koepel van 25 kankerpatiëntenorganisaties. Samen komen ze op voor de belangen van mensen met (ooit) kanker. In Nederland zijn ongeveer 400.000 mensen die kanker gehad hebben. Door de intensieve behandelingen zijn de gevolgen vaak ernstig.

www.nfk.nl

=====

Kanker in Beeld – Creatieve expressie

Kanker heeft ingrijpende gevolgen - lichamelijk, geestelijk en sociaal. Creatieve expressie kan helpen bij de verwerking van de emoties rondom het ziekteproces. Het biedt een uitlaatklep voor gevoelens die soms (nog) niet te verwoorden zijn en geeft troost, steun en hernieuwde kracht. De site van kanker in beeld, www.kankerinbeeld.nl toont de mogelijkheden en laat zien waar mensen terecht kunnen voor deskundige begeleiding.

Snel de juiste informatie

Meer weten [creatieve expressie](#) en kanker? Of er zelf mee aan de slag? Op de site staat niet alleen nuttige [informatie](#) en handige [adressen](#), maar ook persoonlijke verhalen en voorbeelden van creatieve [uitingen](#).



Noot: Vriendelijk verzoek aan de inloophuizen om te kijken of ze vermeld staan op de site, en op de juiste wijze. Zo niet, reageer dan rechtsreeks naar Kanker in Beeld!

www.Linkedin.com is razend populair. Maar hoe werkt het? Een handleiding.

Linkedin is een digitale groep, een ontmoetingsplaats op internet. Alleen in Nederland al groeit LinkedIn wekelijks met ca. 10 tot 15.000 gebruikers. Ook FINK gaat LinkedIn gebruiken als discussie platform en heeft hiervoor een speciale 'Group' aangemaakt voor haar leden. U kunt zich hier simpel voor aanmelden als u al actief bent op LinkedIn. Voordeel: na aanmelding op de groep van FINK inloophuizen ontvangt u automatisch per e-mail berichten over nieuws, discussies, etc van LinkedIn. Of u deelneemt aan discussies etc... bepaalt u natuurlijk gewoon zelf.

Als FINK hopen wij onze leden een prima discussieplatform te bieden waarvoor we geen bijeenkomsten, congressen etc.... hoeven te organiseren, maar op ieder gewenst moment met u van gedachten kunnen wisselen over items (problemen – oplossingen en best practices) rondom de inloophuizen. Bijgaand een stappenplan om u aan te melden als:

  gebruiker van LinkedIn

  en vervolgens om u aan te melden als lid van de groep FINK inloophuizen

Nadeel LinkedIn: de navigatie & informatie is op dit moment nog Engelstalig. Wij communiceren uiteraard gewoon in het Nederlands. Laat u niet van de wijs brengen door de Engelse kretologie, wijst zich vanzelf.

Helpdesk



Mocht werken met LinkedIn problemen opleveren dan kan het landelijk steunpunt wel ondersteuning bieden per e-mail of per telefoon.



Een helder presentatie over het aanmaken van uw profiel op LinkedIn treft u tevens aan op de volgende link



op [YouTube](http://www.youtube.com/watch?v=r9nYR6UXhbY&feature=related) (<http://www.youtube.com/watch?v=r9nYR6UXhbY&feature=related>). In 3 korte filmpjes laat men daar zien hoe u een profiel compleet aanmaakt.



Stappen aanmelden als gebruiker van LinkedIn



  Bezoek www.Linkedin.com



  Kies voor 'join now' en vul hier uw profiel zo compleet mogelijk in. Dat wijst zich eigenlijk vanzelf: functie, banen, opleiding enzovoort. U kunt uw profiel zeer uitgebreid maar ook heel minimaal invullen.



  LinkedIn vraagt om uw e-mail adres en een password



  De velden met een * zijn verplicht om in te vullen. Andere velden kunt u overslaan (skip).

  Gebruik de Nederlands taal.

  LinkedIn vraagt u nu om uw bestaande e-mail adressen door te lopen. Advies: sla dit op dit moment gewoon over (skip this step).

  U heeft nu een bevestiging per e-mail ontvangen van LinkedIn > ga naar u email programma en klik op de link in de mail ([Click here](#) to confirm your email address). U komt in een scherm dat om bevestiging (confirm) vraagt. Klik hierop en u bent aangemeld op LinkedIn.

  U komt nu in het aanmeldingsscherm van LinkedIn dat vraagt om uw wachtwoord.

  Vervolgens kunt u het profiel verder aanpassen en u bijvoorbeeld ook aanmelden voor de Group FINK.

Aanmelden Group FINK inloophuizen

☒☒ U bent aangemeld op LinkedIn en ziet boven in de navigatiebalk het woord 'GROUPS'. Aanklikken en nu ziet u een zoekveld voor 'groups'

☒☒ Zoek op 'FINK inloophuizen' en u komt in de juiste Group terecht.

☒☒ Klik op 'join this group' en u bent lid van de groep en krijgt ook hier weer een bevestiging van per e-mail.

☒☒ U ontvangt vanaf nu per e-mail informatie over alle activiteiten binnen de groep en we hopen uiteraard dat u actief deelneemt aan discussies etc...

Aanvullende informatie over LinkedIn

Slimme instellingen

Onder het kopje 'Account & Settings' rechts bovenin vindt u onder meer uw privacyinstellingen.

Dit menu is van groot belang om te bepalen hoe uw profiel wordt

weergegeven op LinkedIn en welke gebruikers welk deel van uw profiel kunnen zien.

Ook kunt u aangeven hoe vaak u e-mailberichten met updates wilt versturen en

ontvangen. Tot slot kunt u hier uw profiel aanpassen en zelfs helemaal verwijderen

als LinkedIn niets voor u blijkt te zijn.

Connecties

Als uw profiel compleet is moet u uw netwerk gaan opbouwen. Dat doet u door mensen uit te nodigen om toe te treden tot uw netwerk. In LinkedIn-taal gaan mensen dan 'connecten'. Als diegene uw uitnodiging accepteert, wordt dat een eerstelijnscontact. Met deze personen kunt u direct mailen (Messages). Als deze contacten hun profiel aanpassen, bijvoorbeeld omdat ze een nieuwe baan hebben of hun netwerk uitbreiden, ontvangt u daarvan een e-mailbericht (Status Update of een Network Update).

LinkedIn kent ook een **zoekfunctie**, waarmee u kennissen en zakenrelaties sneller vindt. De zoekmachine deelt de resultaten die hij vindt slim in: de contacten die het dichtst bij u staan in uw netwerk komen bovenaan te staan.

Als iemand eenmaal een contactpersoon is, kunt u zien wie er tot zijn netwerk behoren. Deze mensen zijn van u een tweedelijnscontact. Bij een derdelijnscontact zitten er twee schakels tussen. Om in contact te komen met een tweedelijnscontact kunt u uw eerstelijnscontact vragen om een introductie. Deze contacten zijn voor u namelijk niet direct te benaderen, tenzij u een betaalde account hebt. Dan kunt u ze een zogeheten Inmail sturen.

U kunt tweedelijnscontacten wél uitnodigen voor uw netwerk, maar het is niet verstandig in het wilde weg vreemden te benaderen. Als de persoon u niet kent, is de kans groot dat hij de uitnodiging weigert en als dat vijf keer gebeurt, wordt uw account tijdelijk geblokkeerd. Dit doet LinkedIn om spammers te weren.

Leuk is de functie 'People you may know', rechtsboven op uw homepage. Daar doet LinkedIn suggesties wie u een uitnodiging kunt sturen. Het is verrassend hoe vaak er bekenden tussen zitten. Ook aardig is het deel '**Who's viewed my profile?**' Hier is te zien wie er op uw profiel is geweest. Afhankelijk van de privacy-instellingen van de bezoeker ziet u diens volledige naam of een anonieme kwalificatie als 'Iemand in de dienstensector uit Utrecht'. Zelf kunt u ook uw instellingen hierop aanpassen: stiekem gluren op andermans profiel kan het best met anonieme instellingen, maar wilt u juist wel opgemerkt worden dan verdient openheid de voorkeur.

Verder kunt u lid worden van **LinkedIn-Groepen**, bijvoorbeeld beroepsgroepen of groepen van bedrijven. Er zijn ook tal van groepen die elkaar kennen van de tennisclub of van de alumnivereniging van uw universiteit. Onderling kunnen discussies worden gevoerd en u kunt vragen stellen of informatie vragen. Met de zoekmachine kunt u speuren naar voor u relevante groepen die al bestaan. U kunt zelf uiteraard ook een nieuwe groep beginnen.

Gevorderden

De 'Answers'-sectie van de site biedt nog een mogelijkheid om uw reputatie op te bouwen. Daar stellen LinkedIn-leden vragen variërend van 'Hoe start ik een internetbedrijf?' tot 'Waarom zijn zoveel mensen trots dat ze hun mobiele telefoon weinig gebruiken?' Door vragen te beantwoorden kunt u de status van 'Expert' verwerven, wat u een plekje op de voorpagina van de 'Answers'-sectie oplevert. De verzwegen premisse is dat deze experts sneller worden opgemerkt en dus meer opdrachten, contacten en succes krijgen.

Succes!

Het werk van FINK wordt mede mogelijk gemaakt door:

