



VOORZITTER

Warm welkom!

Elke keer als ik mijn auto - of soms vanuit Dalfsen de fiets - parkeer in het gras en naar binnen wandel voel ik weer de warmte en gastvrijheid van ons Vechtgenotenhuis. Zelfs met dit druilerige weer! Het is en blijft een prachtige en waardevolle plek. Het Vechtgenotenhuis aan de Beerzerweg in Ommen, centrum voor leven met en na kanker. Waar je als patiënt, naaste of nabestaande door onze gastdames en -heren gastvrij welkom wordt geheten met een kop koffie of thee, waar je je zorgen en onzekerheden van je af kunt praten met lotgenoten of in een rouw- en verliesgroep, waar je ook 'gewoon' stil mag zijn of je stilzwijgend laten verwennen met een stoel- of voetmassage, waar je met betrokken workshopleiders je hoofd afleidt en leeg maakt door bezig te zijn met je handen.



En vanaf dit jaar is er meer!

We hebben een vaste plek in het Saxenburgh Medisch Centrum (SMC) in Hardenberg. Zo kunnen we patiënten en hun naasten tijdens het ziekte- en behandelproces eerder ondersteunen. Speciaal daarvoor opgeleide ziekenhuisvrijwilligers gaan met mensen in gesprek als ze dat willen, maken een praatje, tijdens hun lange en onzekere dagen tijdens de chemo-dagbehandelingen of in het ziekenhuisbed. Het is bijzonder en hartverwarmend om te ervaren hoe de samenwerking met SMC, dankzij de open houding van verpleging en management, stap voor stap meer vorm en inhoud krijgt. We voelen ons welkom en gewaardeerd in het SMC, daar zijn we dankbaar voor!

We hebben een prachtig jaar 2023 achter de rug!

In juni vierden we ons 3e lustrum. Wat hadden we mooi weer en wat hebben ontzettend veel bedrijven in het Vechtdal én de gemeente Ommen ons gesteund! Bezoekers genoten in het zonnetje van de fair, het Rad van Avontuur, een hapje en een drankje. Met als grote finale een bruisend optreden van Karin Bloemen. Het heeft gezorgd voor naamsbekendheid en verbinding!

Via onze brancheorganisatie IPSO krijgen we van KWF drie jaar financiële ondersteuning voor onze coördinatoren. Dat geeft ons voor dat deel financiële rust én de kans ons aanbod en ons werk nog beter af te stemmen op onze gasten en nieuwe gasten te wijzen op wat het Vechtgenotenhuis hen kan bieden. Een mooie ontwikkeling die de waarde van informele psychosociale zorg zoals wij die bieden erkent en benadrukt!

En dan de verrassingen! We zijn zó blij dat we toch een paar keer per jaar overvallen worden door onverwachte stille giften van particulieren en bedrijven. Ook het afgelopen jaar. Ik kan u wel vertellen dat dit echt reden is voor een vreugdedansje.

En wat ook zo mooi is? We zijn er in het Vechtgenotenhuis voor iedereen én geven ook steeds meer aandacht aan bepaalde groepen. Zo is er de groep 30-40+ voor gasten die de onderlinge verbinding herkennen van een druk leven, werk, hun gezin en dan ziek worden. De mannengroep is een ondernemende groep, die vooral graag samen actief is. En komend jaar ook weer activiteiten voor de jeugd!

5 september van dit jaar ontving ik letterlijk de voorzittershamer van Gerda de Groot-Draisma. Gerda was vele jaren het boegbeeld van het Vechtgenotenhuis. Met haar enthousiasme, klaterende lach en onvermoeibare inzet heeft zij het Vechtgenotenhuis door een aantal moeilijke jaren geleid; financieel én corona. Het is een eer je op te volgen Gerda en ik doe het met heel veel plezier!



Als kersverse voorzitter spreek ik op deze plek mijn en onze grote dank en bewondering uit voor het vele werk dat de vrijwilligers verzetten. En dat allemaal onder de enthousiaste en betrokken leiding van onze coördinatoren Tiny Timmer en Irma Veneman en met de administratieve ondersteuning van Inge van Leeuwen. We zijn blij met jullie!

Dit is de tijd dat we elkaar gezellige feestdagen wensen en alle goeds en gezondheid voor het nieuwe jaar. Dat is goed en mooi. We weten en realiseren ons ook dat dat zeker niet vanzelfsprekend is. Voor te veel van onze gasten en mensen in onze familie-, vrienden- en bekendenkring is de toekomst spannend en ongewis.

Daarover wil ik eindigen met een aantal zinnen uit het gedicht SCHOON van Bauke Vermaas.

*Niemand vertelt je hoe je vooruit kunt leven
met de brokken van een lichaam
of met een haperhoofd want
heel is niet hetzelfde als hersteld
en gewoon bestaat gewoon niet meer.*

Wij wensen u en allen die u lief zijn fijne feestdagen en een voorspoedig 2024.

Hartelijke kerstgroet,
namens alle bestuursleden van de Stichting Vechtgenoten
Florien Heuver, Jeannette de Graaf, Elise van Duffelen, Roy
de Witte,
Antje de Groot – Schuttert



COÖRDINATOREN

Na een warme start in september, is het Vechtgenotenhuis volop in beweging. De gasten weten hun weg te vinden voor een groepsactiviteit, ontspanning en/of een luisterend oor.

Gerda de Groot heeft na 10 jaar afscheid genomen als bestuurslid van het Vechtgenotenhuis, waarvan de laatste 4 jaren als voorzitster.

Door de mooie samenwerking met o.a. Buurtzorg en het Saxenburgh Medisch Centrum en door het opzetten van een oncologie zorgnetwerk in de gemeente Ommen en gemeente Dalfsen wordt het Vechtgenotenhuis gezien. Het oncologie zorgnetwerk brengt verschillende organisaties bij elkaar, hiermee kunnen we onze gasten beter ondersteunen.

In de vorige nieuwsbrief waren we nog op zoek naar verschillende vrijwilligers, we zijn superblij dat al deze vacatures door enthousiaste mensen zijn ingevuld.

De 30-40 plus groep krijgt een vervolg, lees meer over de Mind walk activiteit in januari en ook nieuw is het speciale zwemuurtje in zwembad De Slag in Hardenberg. Noteer alvast zaterdag 3 februari in jouw agenda voor onze Open Dag tijdens Wereldkankerdag.

Irma Veneman en Tiny Timmer

TERUGBLIK

Gerda draag het stokje over

In goed gezelschap van (oud)bestuursleden, coördinatoren en vrijwilligers nam Gerda de Groot afscheid van het Vechtgenotenhuis. Tien jaar lang heeft zij zich ingezet als bestuurslid, waarvan de laatste vier jaar in de functie van voorzitter. Vrijdag 20 oktober droeg zij het stokje, of beter gezegd de voorzittershamer over aan mede bestuurslid en vicevoorzitter Antje de Groot. Tijdens een gezellig middag in het Vechtgenotenhuis mocht zij veel lovende woorden in ontvangst nemen van o.a. haar mede-bestuursleden, coördinatoren, en oud-bestuursleden. [Lees meer.](#)



Gerda bedankte alle aanwezigen met mooie woorden en een prachtige roze roos. Gerda zal gemist worden, maar Antje zal door het fijne team zeker omarmt worden als nieuwe voorzitter.

Alle aanwezigen hopen dat Gerda het Vechtgenotenhuis nog regelmatig zal bezoeken. Gewoon voor de gezelligheid. Gerda de koffie staat altijd klaar!

Lezingen

In samenwerking met Saxenburgh medisch Centrum worden ook lezingen en themabijeenkomsten in het Vechtgenotenhuis georganiseerd.

Hematologie

Hematologie verpleegkundige Rosanne Laarman heeft de aanwezigen geïnformeerd over Hematologie in het algemeen, over kwaadaardige aandoeningen, de impact van de diagnose/behandeling en over wat hematologie verpleegkundigen kunnen betekenen in dit proces.

Daarna hebben Tjeerd en Geertruy, vrijwilligers van de Hematon patiëntenvereniging, verteld over wat de patiëntenorganisatie kan betekenen en welke activiteiten zij organiseren voor hun leden. Ook de persoonlijke ervaringsverhalen waren een waardevolle bijdrage aan de ochtend. Veerkracht en positiviteit kwam naar voren en hoe je als lotgenoten van betekenis kunt zijn voor elkaar.

Kanker & Vermoeidheid

Ook de lezing Kanker & Vermoeidheid was een informatieve bijeenkomst.

Zandra Muis, oncologie fysiotherapeut (i.o.) en Trix de Boer, ergotherapeut, vertelden deze

ochtend over de verschillende soorten vermoeidheid bij kanker en gaven tips hoe hiermee om te gaan.

Na de koffiepauze vertelde voetreflextherapeute Marja Hendriks haar verhaal over wat voetreflextherapie kan doen voor mensen die te maken hebben met vermoeidheidsklachten, maar ook bij klachten van neuropathie. Marja is maandelijks een middag in het Vechtgenotenhuis om voetreflextherapie te geven.

Workshop Look Good Feel Better

Dankzij Vrienden van de Saxenburgh konden we een mooie groep gasten in de watten met een Look Good Feel Better ochtend.

Vaak zijn met eenvoudige tips en adviezen veel van de klachten te verbeteren of te camoufleren. Een goed verzorgd uiterlijk geeft vaak ook meteen een beter gevoel. Daarom werd de workshop 'Look Good Feel Better' georganiseerd.



Veel mensen die aan een workshop hebben deelgenomen zeggen hier veel aan gehad te hebben. "Niet alleen aan de praktische tips, maar naast de zorgen en onzekerheden die er zijn, gebeurt er ook iets positiefs. Dat doet je goed".

Fijn dat we dit samen met het SMC konden organiseren.

Mannengroep "De Vechtgenoten" bezoekt Historisch Museum Ommen

Op dinsdag 17 oktober heeft de mannengroep "De Vechtgenoten" het Historisch Museum in Ommen bezocht. Het was een gezellige, informatieve bijeenkomst. [Lees meer.](#)



De volgende activiteit staat alweer gepland, we gaan „Samen koken en eten“. Het is winter, dus tijd voor stamppot.

Ben je (ex-)patiënt, naaste van of heb je je partner verloren. Voel je welkom om aan te schuiven op dinsdagavond 30 januari om 18.00 uur. Samen eten schept verbinding. Voor ingrediënten en drinken wordt gezorgd. De eigen bijdrage is € 7,50.

Opgeven kan tot en met 23 januari via activiteiten@vechtgenoten.nl

Heb je vragen rondom de mannengroep, mail naar info@vechtgenoten.nl

Groet, Karel, Hans en Henrik

Kerstbingo

De parkeerplaats stond vol en er waren amper stoelen genoeg voor alle vrijwilligers tijdens de gezellige Kerst Bingo op 14 december 2023 in het Vechtgenotenhuis.

Tijdens een gezellig samenzijn keken we met elkaar terug op een mooi jaar waarin veel nieuwe projecten en initiatieven werden opgepakt.

Antje, de kersverse voorzitter, en de coördinatoren Tiny en Irma namen voor aanvang van de bingo het woord. Naast twee nieuwe bestuursleden werden ook alle nieuwe vrijwilligers voorgesteld. En dat waren er nogal wat!





Waar veel verenigingen kampen met een tekort aan vrijwilligers bieden ze zich bij het Vechtgenotenhuis spontaan en in groten getale aan.

De sfeer binnen het Vechtgenotenhuis is warm, en de saamhorigheid is groot. De opkomst van de vele vrijwilligers deze middag is daar het bewijs van.

Na een terug- en vooruitblik en wat huishoudelijke mededelingen was het tijd voor de Bingo.

Er waren leuke prijzen te winnen, beschikbaar gesteld door ondernemers of gemaakt tijdens een van de creatieve activiteiten binnen het Vechtgenotenhuis.

Bingomasters Tiny en Florian, gekleed in 'foute' kersttruien, gingen enthousiast van start. Sommige bingoballen waren onleesbaar, stuiterden soms door de zaal en onder de kast. Getallen werden dubbel opgenoemd, eerste prijzen werden per ongeluk meegegeven aan een derde prijs winnaar, maar dat alles mocht de pret niet drukken. Hilariteit alom en wat was het gezellig.

Alle vrijwilligers kregen nog een paar leuke attenties mee naar huis. Een 'bloemetje' van het vrijwilligerssteunpunt Ommen en een sleutelhanger met de tekst: *jij maakt het verschil*.



Met elkaar kijken we terug op een fijne middag, geïnspireerd om ook volgend jaar weer veel te mogen betekenen voor (ex)-kankerpatiënten en hun naasten.

Lief gebaar



Afgelopen dinsdag werden de workshopleiders en gastheer en dames, die veelal aanwezig zijn bij de schildergroep, in het zonnetje gezet door de gasten.

Gast Annita droeg een prachtig gedicht voor en als blijk van waardering werd een leuk tasje met smakelijke inhoud overhandigd.

Het is fijn om zo gewaardeerd te worden. Daar doen onze vrijwilligers het voor, een warm welkom bieden aan de gasten, waar ze zich prettig en gehoord voelen!

ACTIES

Mooie opbrengst RaboClubsupport

We werden blij verrast met een mooie cheque t.w.v. € 1.437,84. Deze werd persoonlijk overhandigd door Rabobank medewerkster Ingrid Heinen aan twee gastdames en coördinator Tiny. We willen alle stemmers hartelijk bedanken voor hun waardevolle bijdrage aan deze fantastische opbrengst.



Team Sukerbiet kiest Vechtgenotenhuis als een van hun goede doelen

Team Sukerbiet organiseert dit jaar weer drie sportieve winterevenementen waarmee zij een mooi bedrag hopen op te halen voor drie goede doelen. Dit jaar kozen zij het Vechtgenotenhuis, Logeerhuis Sam en Stichting ALS.



De aftrap was op 3 december met de SealEco Challenge. Een prachtige tocht met verschillende afstanden voor mountainbikers.

Zondag 17 december was de Acon kerstwandeling op de Lemelerberg. Deze prachtige kerstwandeling is georganiseerd in samenwerking met Camping de Lemeler-Esch en Landschap Overijssel. De wandeling is in trek bij jong en oud. Vorig jaar hebben ruim 1200 bezoekers deelgenomen. De aantallen van deze wandeling zijn nog niet geteld, maar dat het succesvol was, is zeker. Het was perfect wandelweer. Er waren twee prachtige routes uitgezet waar men onderweg diverse personages tegenkwam die de weg naar de stal wezen.

Het laatste evenement in deze serie van drie, de Hubo trailrun, vindt plaats op zondag 3 maart. Het is een uitdagende run met flink wat hoogtemeters op twee verschillende afstanden.

Wij waarderen het enorm dat Team Sukerbiet ons dit jaar als goed doel heeft uitgekozen.

Voor meer informatie en aanmelding: <https://www.sukerbiet.nl/team-sukerbiet-staat-weer-in-de-startblokken/>

NIEUWS UIT HET ZIEKENHUIS IN HARDENBERG

Sinds mei 2023 zijn vrijwilligers van het Vechtgenotenhuis gestart met het bieden van extra ondersteuning in het ziekenhuis aan mensen geraakt door kanker. Het is ondersteuning op de afdeling oncologie: op de klinische afdeling en de dagbehandeling.

De ondersteuning bieden we in de vorm van tijd en aandacht voor de mensen die deze afdeling bezoeken of daar opgenomen zijn. We zijn er voor patienten en ook voor mensen die met hen meegekomen zijn naar het ziekenhuis. We bieden hen een luisterend oor, praten over de impact van kanker of bieden juist wat afleiding door over alledaagse zaken te praten. Steeds weer stemmen we af op de behoeften van de patiënt op dat moment.

We overleggen altijd eerst met de verpleging bij wie we langs mogen gaan, het is een samenwerking die dit jaar gaandeweg opgebouwd is. We zien allerlei mensen jong en oud, in allerlei stadia van behandelingen, mensen die goed bericht hebben gehad, maar ook mensen die slecht nieuws hebben gehad.

We merken dat veel mensen het fijn vinden om hun hart te luchten, hun verhaal te doen. Allerlei aspecten van leven met kanker wordt gedeeld. Het maakt dat we ons werk in het ziekenhuis als betekenisvol ervaren.



Nadat we in periode september/oktober via persberichten en vacatures lieten weten hier vrijwilligers voor te zoeken, kwamen er reacties van mensen die hier geïnteresseerd in waren.

Inmiddels kunnen we melden dat er nu in totaal 14 vrijwilligers zijn die zich namens het Vechtgenotenhuis inzetten in het ziekenhuis. We zijn ontzettend blij met het animo en enthousiasme van deze groep. De nieuwe vrijwilligers worden eind 2023 en begin 2024 ingewerkt. Begin 2024 starten zij met de basistraining en aansluitend een speciale training voor werken in het ziekenhuis.

We voelen ons heel erg welkom op de ziekenhuis, de samenwerking met de medewerkers van oncologie verloopt heel prettig. Vechtgenotenhuis coördinator Irma is het aanspreekpunt voor deze vrijwilligers en ook voor het medisch team. Doordat er nu voldoende vrijwilligers zijn, kunnen we de samenwerking binnen het ziekenhuis verder uitbreiden. Met ingang van januari zijn we 3 ochtenden per week aanwezig met 2 vrijwilligers per keer.

De eerste ziekenhuisvrijwilligers hebben hun certificaat IPSOtraining ziekenhuis vrijwilliger in november behaald.

In de ziekenhuistraining komt o.a. het volgende aan bod:

- Observeren van de lichaamstaal van de patiënt en daar met passend gedrag bij aansluiten
- Goed kunnen luisteren en met aandacht gesprekken kunnen voeren.
- In het moment zich focussen op taak en rol als vrijwilliger.
- Met een ontspannen houding in het NU aanwezig zijn.



NIEUWS UIT HET VECHTGENOTENHUIS

Even voorstellen

Yvonne Seuntjens



Alweer ruim 6 jaar woon ik samen met man Theo en kat Kaja met veel plezier in Ommen. Twee jaar geleden ben ik gestopt met mijn werkzaamheden als bestuurssecretaresse en sindsdien vul ik mijn tijd met tuinieren, klussen, wandelen, lezen, etc.

Ik ben een aantal jaren als vrijwilligster werkzaam geweest bij Groei & Bloei afdeling Ommen. Ik verzorgde het secretariaat en hield de website bij. Begin dit jaar ben ik daarmee gestopt en heb even niets gedaan, met het idee om wel weer vrijwilligerswerk te gaan doen.

Het Vechtgenotenhuis kwam op mijn pad en ik heb mij aangemeld als gastvrouw. In de tussentijd hoorde ik dat er ook een websitebeheerder werd gezocht.

Het kennismakingsgesprek was heel plezierig, de sfeer voelde erg goed en sinds kort ben ik dan ook vrijwilligster bij het Vechtgenotenhuis, als lid van de PR-commissie en als gastvrouw.

Bestuurslid Elise van Duffelen

Mijn naam is Elise van Duffelen, 49 jaar en moeder van een 18 jarige dochter.



Ik ben werkzaam als praktijkverpleegkundige chronische ziekten, zoals diabetes en hart- en vaatziekten, in twee huisartsenpraktijken in Twente. In het jaar 2020 werd bij mij de diagnose borstkanker gesteld. Eén jaar later ben ik voor het eerst als gast naar het Vechtgenotenhuis geweest. Daar werd ik door iedereen warm ontvangen en heb ik mij aangemeld bij de activiteit mozaïeken. Het is fijn om in gezelschap iets moois te maken en verhalen te delen.

Inmiddels ben ik toegetreden tot het bestuur in de functie van secretaris.

Zo wil ik mijn steentje bijdragen aan het behoud, ontwikkelen van de stichting en mensen inspireren en met elkaar verbinden.

Tot ziens, Elise

ACTIVITEITEN

Regel voor massages

We merken dat er veel animo is voor de massages in het algemeen. Om iedereen de mogelijkheid te bieden hiervan gebruik te kunnen maken, werken we vanaf 1 januari met een reservelijst. We proberen de opgave zo eerlijk mogelijk te verdelen. Per persoon is drie keer per soort massage beschikbaar, daarna geldt de regel; naar gelang er ruimte is wordt je ingepland.

Mindful wandeling Vechtgenotenhuis voor 30-45 groep

Ga jij 20 januari, met ons, mee op pad?

Herken jij dat ook dat je na een wandeling jezelf afvraagt wat heb ik nou eigenlijk gezien, gehoord en ervaren. Dat je de hele tocht in je hoofd hebt gezeten, opgeslokt door een wirwar van gedachten. Nauwelijks tijd hebt genomen om je zintuigen te openen en is écht te kijken, te voelen en te ervaren, wat er op dat moment aanwezig is in de natuur, in jou en in jouw leven. Om stil te staan en vooral te genieten van alles wat de natuur jou te bieden heeft.



Een wandeling kan je zoveel meer brengen dan alleen een frisse neus en beweging. Tijdens deze wandeling op 20 januari, gaan we vertragen, verstillen, zetten we onze zintuigen open, gebruiken we onze adem en maken we ons hoofd leeg. Hierdoor ontstaat er ruimte voor inzichten, inspiratie en ontspanning. Genieten we met een grote G en beleven we de wandeling op een compleet andere manier dan we gewend zijn. Je lijf en hoofd komt meer tot rust en je weet wat jouw lijf op dat moment nodig is.

Ben jij tussen de 30-45 jaar en heb je te maken of te maken gehad met kanker en lijkt je het wat om aan deze wandeling deel te nemen, geef je dan op vóór 12 januari 2024 via activiteiten@vechtgenoten.nl. Deelname is gratis!

Datum: zaterdag 20 januari 2024

Tijdstip: 13.00 - 16.00 uur

Vertrek: Vechtgenotenhuis Ommen

We hopen je na het succes van de high tea voor deze doelgroep heel graag te zien bij deze Mindful wandeling. We starten natuurlijk met een lekker kopje T of koffie en eindigen met lekkere warme chocomelk. Op onze website vind je alle informatie voor deze middag.

Warme groet,
Team Vechtgenotenhuis

Heartpillows maken

Wat hebben we veel patiënten binnen het Medisch Centrum Saxenburgh blij kunnen maken met een HaertPillow. Irma heeft al veel hartvormige kussentjes meegenomen naar het ziekenhuis in Hardenberg.

Het kussentje van ongeveer 35 cm dat is bedoeld ter verlichting van de klachten na een (borst)operatie. Het kussentje is speciaal voor dit doel ontworpen door een Deense verpleegkundige. De hartvorm van het kussen laat zich prettig onder de oksel dragen.

Help je ons de voorraad op peil te houden?

In deze workshop maken we hartvormige kussentjes voor vrouwen die te maken hebben met borstkanker. Ook als je niet zo handig bent met naald en draad ben je van harte welkom om mee te doen.

De één knipt, de ander vult de harten of pakt ze in. Er is een naaimachine beschikbaar.

Kijk op het rooster voor data (dinsdagmiddag)

NIEUW Zwemuurtje in zwembad De Slag Hardenberg

Bewegen bij kanker wordt aangeraden, zwemmen is daar een mooi voorbeeld van. Ook is behoefte aan bewegen/zwemmen uitgesproken door zorgprofessionals en door patiënten zelf, maar zij ervaren een drempel om naar een regulier zwemuurtje te gaan.



Van links naar rechts: Irma Veneman, Vechtgenotenhuis,
Jenny Meijer, Zwembad De Slag

Om in deze behoefte te voorzien start vanaf januari in zwembad De Slag een speciaal zwemmoment voor deze doelgroep 'Zwemmen met en na kanker'. We zien het vanuit het Vechtgenotenhuis en vanuit De Slag als een pilot, om te zien en te ervaren of er behoefte aan is. Ook Saxenburgh Medisch Centrum is hierbij betrokken, er vindt afstemming plaats met de oncologisch fysiotherapeut.

Vanaf 2024 wordt het doelgroepen bad vrijgehouden voor dit zwemmoment. Iedere 2e dinsdag van de maand van 13:45 - 14:30 uur ben je welkom, start 9 januari. Voor deze tijd is gekozen omdat het dan rustig is in het zwembad. Aanmelden is niet nodig,

Gediplomeerd zweminstructrice Jenny Meijer begeleidt deze doelgroep. Naast inspanning-/bewegingsoefeningen kan ze ook ontspanningsoefeningen geven (op basis van hydrotherapie). Ook is er een vrijwilliger van het Vechtgenotenhuis aanwezig.

Uitgangspunt van dit zwemuurtje is: luister naar je lichaam, doe alleen waar je je goed bij voelt. Na afloop is er gelegenheid om met elkaar een kopje koffie of thee te drinken in de koffiecorner.



SAVE THE DATE: Wereldkankerdag

Voel je welkom op de Open Dag in het Vechtgenotenhuis, centrum voor leven met en na kanker.

Het Vechtgenotenhuis opent haar deuren op zaterdag 3 februari 2024 van 10:00 uur tot 15:00 uur voor iedereen die een kijkje wil komen nemen in ons huis.

Tevens onthullen wij op deze dag de levensles van een van onze gasten.



Ieder jaar wordt er op 4 februari, Wereldkankerdag, wereldwijd stilgestaan bij de impact van kanker, een ziekte waarmee één op de twee mensen in Nederland op een zeker moment te maken krijgt.

De ziekte verandert niet alleen het leven van de patiënt, maar heeft ook invloed op dat van diens partner, familie, nabestaanden, collega's en vrienden. Kortom, kanker raakt iedereen.

Om hier extra bij stil te staan, organiseren de Centra voor leven met en na kanker, aangesloten bij brancheorganisatie IPSO, in het weekend van 4 februari 2024 een landelijke open dag.

Ben jij benieuwd wat wij bij het Vechtgenotenhuis doen en/of kunnen betekenen voor iedereen die direct of indirect met kanker te maken heeft? Noteer dan zeker zaterdag 3 februari in uw agenda. Wij ontvangen jou dan graag in ons huis!

NLdoet dag

Jaarlijks doen we mee met de NLDoet dag. Ook dit jaar hebben we weer een mooi project. Help je ons op zaterdag 16 maart met het op pimpen van het Vechtgenotenhuis en en voorjaar klaar maken van de tuin? Dit kan individueel maar ook als groep kan je je aanmelden. We maken er een gezellige ochtend van. Meld je aan via [deze link](#)

Nog meer activiteiten

De agenda van het 1e kwartaal 2024 is afgerond (zie bijlage) en de activiteiten staan op de website vermeld. Houd onze website in de gaten voor wijzigingen, deze is leidend voor ons programma.

Het is de moeite waard om de uitgebreide informatie over deze activiteiten op onze website te lezen <https://www.vechtgenoten.nl/agenda/>

Extra activiteiten, evenementen of lezingen worden via de socials en/of persberichten gedeeld.

Agenda

- 5 januari Bijeenkomst Positief Gezond in de Trefkoele Dalflen
- 3 februari Wereldkankerdag, Open Dag
- 3 maart HUBO trailrun www.teamsukerbiet.nl
- 16 maart NL Doetdag
- 25 mei Familiedag samen met Carinova jonge mantelzorgnetwerk

Wil je ons financieel ondersteunen? Dit kan via NL85RABO0127579230 t.n.v. Stichting Vechtgenoten te Ommen of middels het scannen van de QR code



Volg ons op Facebook en Instagram of kijk voor meer informatie op www.vechtgenoten.nl

Heb je vragen of wil je meer informatie, mail naar info@vechtgenoten.nl of bel 06-39032263. Het Vechtgenotenhuis, Beerzerweg 5d, Ommen