

De Skulp

Friesland

centrum voor leven met en na kanker



Sociaal
jaarverslag
2024



vlnr. Fedde, Margriet, Anne en Leny

Het bestuur bestond in 2024 uit:

Voorzitter:

Froukje Nijholt tot 1 juli
en Leny Wijnand vanaf 1 juli

Secretaris:

Margot ter Meulen tot 1 juli
en Margriet Hartsuiker vanaf 1 juli

Penningmeester:

Anne Feenstra

Fondsenwerving:

Fedde Kingma

Vrijwilligers

- Gestart in 2024 = 7
- Gestopte vrijwilligers in 2024 = 4
- Totaal vrijwilligers op 31-12-2024 = 32 (*incl. het bestuur en de vrijwilligers*)

Aantal stagiaires: 3



Onze sponsors: Oranjefonds, IPSO - Centra voor leven met en na kanker, Gemeente Heerenveen, Gemeente Súdwest-Fryslân, KWF Kankerbestrijding, Stichting De Friesland

Onze samenwerkingen: Het Behouden Huys - steun bij kanker, Netwerk massage bij kanker, Shit or Shine, Nationaal Fonds tegen kanker Friesland

Voorwoord

*“Hier weten we wat
kanker met je doet”*

Steeds meer mensen leven langer met of na kanker. Hoe doe je dat? Als je jong bent of juist wat ouder? Als je niet meer beter wordt? Of als je klachten hebt zoals angst, somberheid, vermoeidheid, impact op de relatie of lichamelijke beperkingen? Of als je belemmeringen ervaart op je werk?

De IPSO-Centra voor leven met en na kanker, zoals De Skulp Friesland, vervullen met hun aanpak een unieke positie in de zorg. Zij voorzien in een behoefte die aansluit op de reguliere zorg, maar dan laagdrempeliger. De Centra's werken samen met o.a. ziekenhuizen, patiëntenorganisaties, psycho-oncologische centra en palliatieve netwerken.

De Skulp Friesland centrum voor leven met en na kanker is één van de 100 IPSO-centra in Nederland, waar onze gasten terecht kunnen om over hun ervaringen te praten. Of voor voorlichting, activiteiten en contact met lotgenoten. Men kan er zonder verwijzing en zonder afspraak binnenlopen tijdens de inloopmiddagen of wanneer er activiteiten plaatsvinden. De Skulp Friesland kent 4 locaties in Drachten, Heerenveen, Leeuwarden en Sneek. Onze betrokken en getrainde gastvrouwen- en heren weten wat de impact van kanker is en staan voor je klaar, waarbij de focus ligt op kwaliteit van leven en de behoefte van de gast. Positieve gezondheid is het hulpmiddel wat we gebruiken om deze behoeften te inventariseren.

2024 is een jaar waarin is ingezet op kwaliteit en verbinding met onze zorgpartners. Een voorbeeld van deze verbinding is de samenwerking in het project 'Een Brug slaan tussen Oncologische & Informele Palliatieve Zorg'.



Dit project is vanuit IKNL en IPSO geïnitieerd en in samenwerking met de Netwerken Palliatieve Zorg Fryslân is door een van onze coördinatoren van De Skulp Friesland een prachtige voorstelling gemaakt waaraan ook gasten van De Skulp Friesland hebben meegewerkt. Een indrukwekkende film, die via de IPSO verspreid wordt is een van de resultaten.

In juni 2024 was de verhuizing van onze locatie in Heerenveen. Sindsdien huist De Skulp Friesland aan de Herenwal 69, waar een deel van een pand is gehuurd om als vaste basis te dienen voor de inloop in Heerenveen. Het is een warme en gezellige plek geworden voor onze gasten en het geeft ruimte aan vele activiteiten.

De Skulp Friesland is nog steeds afhankelijk van donaties, subsidies en fondsen. De middelen die wij hieruit ontvangen stellen ons in staat om activiteiten te organiseren, de kwaliteit te verbeteren en onze plannen om gasten te ondersteunen verder te ontwikkelen. We roepen dan ook iedereen op om onze stichting te blijven ondersteunen, zodat we samen verder kunnen bouwen aan onze toekomst.

Uiteraard is ook een dank je wel op zijn plaats voor een ieder die ons dit jaar hebben gesteund; particulieren, bedrijven, subsidiegevers en fondsen. Ook willen we onze vrijwilligers, stakeholders en ambassadeurs bedanken. Zonder hen zijn we niet in staat het verschil te maken.

Leny Wijnand

Voorzitter bestuur De Skulp Friesland

Over De Skulp Friesland

De Skulp Friesland is een laagdrempelige vrijwilligersorganisatie met centra in Heerenveen, Drachten, Sneek en Leeuwarden.

Waarom De Skulp Friesland?

Omgaan met kanker, je hoeft het niet alleen te doen.

Wat maakt De Skulp Friesland onderscheidend?

De Skulp Friesland gaat uit van de behoefte van de gast. Leren leven met (gevolgen van) kanker is daarbij van groot belang. We focussen op kwaliteit van leven en het hervinden van een nieuwe balans in het leven van de gast.

Wat biedt De Skulp Friesland?

De Skulp Friesland biedt psychosociale zorg op maat aan mensen, die geraakt zijn door kanker. Van (ex)patiënten tot naasten. Deze gasten delen graag hun ervaringen over leven met kanker en de rol van het Skulp-centrum hierin. Ook nabestaanden, zorgverleners en anderen zijn welkom.

De Skulp Friesland biedt ondersteuning, begeleiding en informatie

De Skulp Friesland biedt ondersteuning, begeleiding en informatie en dat is nodig, want steeds meer mensen krijgen kanker. In 2024 kregen 130.000 mensen. Bijna

70.000 mannen en 60.000 vrouwen kanker en verwacht wordt dat in 2032 1,4 miljoen mensen met en na kanker leven. Minstens zo belangrijk als de medische behandeling is de informele nazorg bij kankerpatiënten en hun naasten. Want de meeste patiënten ervaren juist ná de behandelingen dat het pas echt zwaar wordt. Ruim een derde van de mensen met kanker voelt zich vaak eenzaam en niet begrepen of ervaart klachten als depressie of angst.

De maatschappij is ingericht op het beter maken, maar er is vaak nog te weinig oog voor wat er daarna volgt. Dan sta je buiten het ziekenhuis omdat je genezen bent en is het 'veel succes'. Terwijl in anderhalf jaar behandeling zo veel met je is gebeurd.

Het leven is doorgegaan, maar voor mensen met kanker is dat leven anders geworden.

Het Oncologisch Netwerk Friesland organiseerde het afgelopen jaar een sponsorloop waarbij de Skulp Friesland het goede doel was. Tijdens de sponsorloop van het Oncologisch Netwerk mochten wij alle lopers en fietsers in Heerenveen ontvangen voor de lunch. De opbrengst was bijna € 17.000,-.





De Skulp Drachten

De Skulp Drachten startte het jaar positief met een enthousiaste groep vrijwilligers.

Elke donderdagochtend zaten 2 gastvrouwen klaar om gasten te ontvangen. Naast de inloop op donderdagochtend werd 1 keer per maand op maandagavond de mannen-groep georganiseerd afwisselend met de ronde tafelgesprekken van Prostaat Kanker Stichting. Vrouwenmomenten werd 1 x in de maand op donderdagavond georganiseerd, op deze avond kwamen gemiddeld 3 à 4 vrouwen.

4 februari Wereld kankerdag

Tijdens de inloop hadden we een soort van open huis. Deze ochtend werd goed bezocht. Mooie gesprekken gevoerd. Aan de jongeren die in de ochtend van hun school naar hun bestemming wandelen mochten we lolly's uitdelen en ook met hun in gesprek gaan over de impact van kanker.

Afgelopen jaar werden er 3 thema bijeenkomsten georganiseerd:

- Carins WMO "Waar loop jij tegenaan tijdens of na je ziekte proces" met Simone Brouwer en Yvette Loman.

- "Chemobrein" met klinische psycholoog Jacqueline vanuit Nij Smellinghe en Aafke communicatieadviseur van het Behouden Huys. Zij kwamen ons uitleg en advies geven.
- "Voeding en kanker in de praktijk door Annie.

De themabijeenkomsten werden goed bezocht en als waardevol ervaren.

Eén keer per maand is er tijdens de inloop de mogelijkheid om creatief bezig te gaan. O.a. macramé, je eigen dagboek maken door de buitenkant te beplakken en kalligrafie. Door creatief bezig te zijn komen soms de mooiste gesprekken naar boven. Daarnaast is er op de 4e donderdag van de maand aansluitend aan de inloop ruimte voor gesprek en informatie over Positieve Gezondheid.

Twee keer per jaar wordt er bloemschikken georganiseerd. Deze activiteit wordt altijd goed bezocht.



De Skulp Sneek

De Skulp Friesland, locatie Sneek, heeft een bewogen en waardevol jaar achter de rug. Ons team bestaat momenteel uit vier gastvrouwen en één gastheer.

De Skulp Friesland, locatie Sneek, heeft het afgelopen jaar ingezet op een warm welkom en een gastvrije sfeer, waarin ruimte was om te lachen, te huilen en met elkaar te praten. Onze goed bezochte inloophmomenten trokken ongeveer 15 gasten die verspreid over de weken de inloop bezochten. Er was ruimte voor gezelligheid, maar ook voor emotionele uitwisseling.

We hebben steeds vaker gasten ontvangen die zich in de palliatieve fase bevonden. Om hen beter te ondersteunen, hebben we het Palliatief Advies Team (P.A.T.) van het Antonius Ziekenhuis in Sneek uitgenodigd tijdens de inloop. Deze samenwerking heeft geleid tot waardevolle kennisdeling en extra ondersteuning voor onze gasten.

Elke tweede dinsdagmiddag van de maand stonden de deuren open voor een creatieve middag, waar ongeveer vier tot vijf bezoekers aan deelnamen.

De derde dinsdagmiddag was gereserveerd voor wandelingen in het Burgemeester Rasterhofpark, met ongeveer vijf tot zes bezoekers.

In juni organiseerden we een rondvaart met de "Johanna Jacoba," zodat gasten en hun naasten de gelegenheid kregen om even in een andere omgeving te zijn en hun

gedachten te verzetten. Dit was ook een mooie kans om onszelf te presenteren, waardoor nieuwe gasten ons gemakkelijker konden vinden. Het was een geslaagde en bijzondere dag, die ongeveer dertig gasten trok.

Daarnaast moesten we afscheid nemen van een gast, wat een grote impact had op zowel de overige gasten als ons team. Binnen ons team ervaren wederzijdse steun, waardoor we er niet alleen voor staan en er altijd voor de gasten kunnen zijn.

De huis-aan-huis krant "Groot Sneek" heeft ons geïnterviewd en een paginagroot artikel gepubliceerd over De Skulp Friesland, locatie Sneek. Dit heeft geleid tot meer naamsbekendheid en de ontvangst van nieuwe gasten.

Tijdens de Sinterklaas- en kerstperiode hebben we deze thema's geïntegreerd in onze inloophmomenten. Deze feestelijkheden boden onze gasten een kans om wat houvast te vinden in hun leven. Op oudejaarsdag heeft Team Sneek als teamuitje oliebollen bij elke gast aan huis bezorgd.

Team Sneek kijkt met een goed gevoel terug op een fijn jaar, waarin we zowel persoonlijk als team zijn gegroeid. We hebben er voor onze gasten kunnen zijn door naar hen te luisteren, wat hen ruimte gaf om anders naar hun situatie te kijken. Dit bood hen de mogelijkheid om de regie over hun leven soms weer even terug te nemen en inzichten te krijgen om te leven met en na kanker.

De Skulp Leeuwarden

In Leeuwarden is elke derde donderdag van de maand ruimte voor een creatieve activiteit, voorbereid en begeleid door 2 gastvrouwen, Brigitta en Sandra. De activiteiten zijn van uiteenlopende aard.

In de zomer is door een gastheer de stadswandeling 'Miniature People' in Leeuwarden georganiseerd. Een fantastische route.

Een ander hoogtepunt was een rondvaart over de Grote Wielen bij Leeuwarden met de salonboot 'De Nieuwe Liefde'. Zowel gasten als familie en vrienden konden meevaren en natuurlijk ook de vrijwilligers. Het was een gezellige dag en dat blijkt ook uit uitspraken van een paar deelnemers:

Anja (gast): *Met de Skulp varen we er wel bij.*

Betty (gastvrouw): *het idee om het te doen met gasten en vrijwilligers is leuk. Buiten de donderdag setting. In een andere omgeving. Even met elkaar weg zijn. Een andere mindset. Niet over kanker praten.*

Sandra (gastvrouw): *gezellig om met elkaar iets anders te doen. Het jaargetijde mag een volgende keer anders. Het weer viel wat tegen. Wel genoten en vond het leuk.*

Carmen (gast): *Het voelt als veel vrijheid als je over het water vaart.*

Iedere vierde donderdag van de maand staat in het teken van Positieve Gezondheid. De coördinator Positieve Gezondheid is dan aanwezig om met gasten, aandacht aan te besteden aan het programma. In het najaar is het Positieve Gezondheid spel gespeeld door zowel gasten als vrijwilligers.

In september is door Michelle Melessen een presentatie gehouden over Recovery Run. De Recovery Run helpt deelnemers zo fit mogelijk door het behandeltraject heen te slepen.

De intentie was om hiermee in oktober in Leeuwarden te starten in het Julianapark.

In oktober 2024 werd door de FNV Ouderen in samenwerking met De Skulp een avond georganiseerd voor oudere naasten van een partner met kanker.

Net als in 2023 werden ronde tafelbijeenkomsten georganiseerd in samenwerking met de Prostaatkankerstichting in Leeuwarden. Er hebben een drietal bijeenkomsten plaatsgevonden, waarin circa 10 lotgenoten onder deskundige begeleiding ervaringen uitgewisseld hebben over het hebben van prostaatkanker.

Op 8 mei 2024 opende inloopatelier De Verbeelding, een initiatief van Richart en Ellen, beide ook vrijwilliger bij de Skulp, zijn deuren aan de Apolloweg 1m te Leeuwarden. Froukje Nijholt de voorzitter van De Skulp Friesland verrichtte de opening.

In samenwerking met De Skulp kunnen gasten van De Skulp op inloopmomenten op dinsdag en vrijdag in de ochtend, terecht bij De Verbeelding voor creatieve activiteiten. Ellen, beeldend therapeut is aanwezig om gasten te begeleiden.

De bijeenkomsten van Verlies en Rouw hebben in 2024 ook plaatsgevonden in het atelier.





De Skulp Heerenveen

Team Heerenveen had dit jaar een druk jaar. Na jaren inloop aan de K.R. Poststraat verhuisden we naar een eigen huurpand aan de Herenwal 69 in Heerenveen.

Er is door het team hard gewerkt op de nieuwe locatie. Verven, schoonmaken en het inrichten van deze bijzondere plek. In mei was de locatie klaar om de inloop te verhuizen naar de Herenwal. In juni was de officiële opening gekoppeld aan een open dag waar het team bij aanwezig was.

De inloophmomenten werden, naast het vaste inloophmoment op vrijdagochtend, uitgebreid met de dinsdagmiddag. In de oneven weken is er op dinsdagavond de groep "Jong en kanker" in Heerenveen. Elke woensdagochtend wordt er in de bossen van Oranjewoud gewandeld en voor wie dat wil, is er een kopje koffie bij Tjaarda. Al wandelend in gesprek met gastvrouw of gastheer. Genieten van de rust in het bos of een rondleiding van de boswachter die vertelt over de historie en natuur van dit mooie bos. Het is een perfect rustmoment. Even weg uit de hectiek van de dag. Elke dinsdagmiddag is er beweging met Recovery Run in de bossen van Oranjewoud. Daarnaast is er 1 keer per 2 weken op woensdagochtend bewegen en ontspanning.

In januari hadden we een nieuwjaarslunch voor de gasten. Rond Pasen en Kerst werden er weer prachtige bloemstukken gemaakt o.l.v. gastvrouw Hanna. Elke 4e dinsdagmiddag wordt er iets creatiefs georganiseerd. Op verzoek van een jonge gast van de Skulp Friesland was er haken met gastvrouw Tiny. Het beplakken van een eigen dagboek gaf mooie inzichten en gaf ook mooie gesprekken. Door coördinator Annie werd er een

lezing over voeding en kanker verzorgd. Deze goed bezochte lezing werd de dag erna voortgezet met de boekentafel voeding en kanker.

Erik Huisman een mooie lezing over zijn leven met kanker in een volle zaal op onze eigen locatie. 'Alles' kwam bij deze presentatie aan bod komen, zoals angst, vreugde, verdriet, moed, durf, intens plezier, machteloosheid en je leven ondanks alles richting geven. Erik ziet altijd licht, ook als er af en toe een traan in zijn ooghoek brandt.

Elke 4e vrijdag van de maand staat de ochtend in het teken van Positieve Gezondheid, er is ruimte voor 1 op 1 gesprek Positieve Gezondheid. Er is ruimte voor een groepsge-sprek of een-op-eengesprek met behulp van gesprekskaarten Positieve Gezondheid of wordt er informatie gedeeld over Positieve Gezondheid. Fijn dat steeds meer mensen ons hiervoor ook weten te vinden.

Verder werd door gastvrouw Tiny een enquête gemaakt om te peilen wat er onder de gasten leeft en waar zij behoefte aan hebben. Uit de uitkomst bleek dat het lot-genotencontact als voornaamste punt naar voren kwam. De persoonlijke gesprekken met de gastvrouwen of heren kregen ook een ruime waardering.

Het team is uitgebreid met een nieuwe gastvrouw en gastheer, waardoor het team nu bestaat uit 5 vrijwilligers.

Jong en Kanker (Heerenveen)

Het afgelopen jaar heeft de groep Jong en Kanker (Heerenveen) zich intensiever kunnen richten op de unieke uitdagingen waarmee AYA's (adolescents and young adults) worden geconfronteerd.

Deze jongvolwassenen, tussen de 18 en 39 jaar, ervaren de combinatie van kanker en hun leeftijd als bijzonder ingrijpend, wat hen vaak uit de pas laat lopen met hun leeftijdsgenoten. De vraag hoe je kanker kunt combineren met studie, werk en een sociaal leven is een centrale zorg voor deze groep.

Het percentage inwoners tussen de 19 en 39 jaar in de gemeente Heerenveen is ongeveer 23% en 25% van de inwoners geeft aan een langdurige ziekte te hebben.

3,5% van het totaal aantal patiënten met kanker zijn AYA's. Bij De Skulp Friesland op de locatie Heerenveen, is er speciale aandacht voor deze AYA's.

Ons team heeft concrete stappen ondernomen om de ondersteuning voor deze jonge volwassenen te verbeteren. We hebben o.a. een masterclass in Arnhem bijgewoond en inspiratie opgedaan door gesprekken met het inloopcentrum Intermezzo in Zwolle, waar we waardevolle inzichten hebben gekregen over de behoeften van AYA's.

Tijdens onze inloopbijeenkomsten kwamen diverse thema's aan bod die nauw aansluiten bij de ervaringen van AYA's.

Het aantal deelnemers varieerde van vier tot acht, wat ons heeft gemotiveerd om ons verder te ontwikkelen en meer gasten te verwelkomen. Dit afgelopen jaar heeft ons gestimuleerd om onze aanpak te verfijnen, door de contacten te versterken met de AYA zorg van het ziekenhuis De Tjongerschans Heerenveen, zodat we nog beter kunnen inspelen op de wensen en behoeften van deze jonge doelgroep.



Jaarverslag 2024 coördinatoren

Nieuwe coördinator

Nadat op 31 december coördinator Anneke Jonker afscheid had genomen van De Skulp Friesland werd haar werk op 1 februari overgenomen door Tineke Boomsma. Tineke werd coördinator van team Sneek en Leeuwarden en Annie van team Heerenveen en Drachten.

Vrijwilligers

Een enthousiaste groep vrijwilligers ontvangen onze gasten wekelijks voor een luisterend oor, gesprek en een kopje koffie en thee. Alle vrijwilligers volgen de 3-daagse Basistraining verzorgd door IPSO.

Daarnaast organiseert het team 1 keer per maand een creatieve activiteit. Een aantal vrijwilligers hebben naast de Basisopleiding, de opleiding voor Positieve Gezondheid gevolgd. Vanuit een warm hart helpen onze gastvrouwen en gastheren de gasten, allen geraakt door kanker tijdens en na kanker om vanuit veerkracht de regie over eigen leven weer op te pakken. De Tool Positieve Gezondheid is hierin een mooi gespreksmiddel. Vanaf dit

jaar biedt IPSO verdiepende opleidingen waar ook onze gastvrouwen en -heren aan deel mogen nemen.

Uitbreiding coördinatoren.

In augustus mochten we ons team met coördinatoren uitbreiden met Ellen Seerden, Ellen heeft als taak, marketing, communicatie en sponsoring.

Wereldkankerdag - open dag bij alle 4 locaties

Naast inloop, een gesprek en/of een luisterend oor werden er diverse activiteiten georganiseerd. O.a. stoelyoga, creatieve en sportieve activiteiten en een leestafel. Daarnaast was er volop informatie Positieve Gezondheid en voor wie dat wilde een gesprek n.a.v. vragenlijst en het spinnenweb.

Zorgmarkt.

Op 28 maart namen we deel de Zorgmarkt 'Zorg tastbaar. Samen met enthousiaste gastvrouwen en gastheer mochten we de aanwezigen, standhouders uit de zorg en scholieren (groep 7,8 voortgezet onderwijs en de klassen 1-6 voortgezet

onderwijs, vertellen over het werk van De Skulp Friesland. Het thema van onze stand en wat we uitdragen was Positieve Gezondheid.

Darmkankermaand voorjaar 2024

Wij waren vanuit De Skulp Friesland betrokken bij de voorbereidingen via het Oncologisch Netwerk Friesland (de 4 Friese ziekenhuizen en het Rif)

26 mei Sponsorloop Oncologisch Netwerk Friesland

Elk jaar organiseert het ONF een sponsorloop. 2024 werd De Skulp Friesland gekozen als het goede doel. In overleg is besloten om de verdubbelaar van Nationaal Fonds Tegen Kanker in te zetten. Met als resultaat een prachtig bedrag € 17.000. We kijken terug op een mooie verbindende dag met de ziekenhuizen. Vooraf mochten we bij alle vier ziekenhuizen met een stand vertellen over De Skulp Friesland.

Nieuwe locatie Heerenveen

In mei verhuisde team Heeren-veen naar de Herenwal 69, een

droom een eigen locatie werd werkelijkheid. Na 6 jaar namen we afscheid van Dokterszorg en Zorgbelang, waar we de ruimte gratis mochten gebruiken. Het team en andere vrijwilligers hebben veel werk verzet om onze gasten een fijne ruimte te bieden. Op 18 juni werd de locatie Heerenveen geopend door bestuursvoorzitter Tjeerd Rijpkema. Op 19 juni ontvingen we gasten, belangstellende tijdens een open dag. Fijn dat we in Heerenveen nu alles onder één dak hebben en nu ook op dinsdagmiddag open zijn.

Oprichting Oncologie Zorg Netwerk Friesland

Ros Friesland, is initiatiefnemer van dit netwerk. De Skulp Friesland is vanaf de start betrokken bij de oprichting van een Oncologie Zorg Netwerk in Friesland, waren we aanwezig op de startbijeenkomsten en het bestuur heeft besloten om bij de beide netwerken in Friesland, Drachten en Leeuwarden aan te sluiten.

Aandacht voor de palliatieve zorg

We zijn door IPSO gevraagd of wij een pilot 'bruggenbouwer' in de palliatieve zorg wilden verzorgen. Tineke heeft deze pilot geleid. Tijdens de palliatieve week in oktober waren wij aanwezig in het Antonius Sneek en Tjongerschans Heerenveen met een stand, werden er mooie contacten gelegd en fijne gesprekken gevoerd. Er was voor de vrijwilligers een bijeenkomst 'Hoe Positieve Gezondheid' te gebruiken bij palliatieve zorg en een bijeenkomst vanuit de pilot.

Netwerk

In 2024 werken we met verschillende organisaties samen. Onder andere de Prostaatkankervereniging, Kanker.nl, Recovery Run, Leaf en Leaf in beweging, Stap.nu, Shit or Shine, Firda, Jij spreekt de Hoofdrol, Moermanvereniging, Welzijn op recept, caleidoscoop, diëtisten Friesland, professionals kind, jongeren en gezin.

Contact IPSO

We waren aanwezig bij het regio overleg met coördinatoren van verschillende IPSO Centra uit Midden- en Noord-Nederland. Mooi om zo een inkijkje in de andere IPSO Centra te krijgen. Daarnaast reizen wij 2 keer per jaar naar Utrecht voor een inspiratiedag, georganiseerd voor alle coördinatoren van de IPSO centra in Nederland. Verder hebben wij regelmatig contact met IPSO omtrent opleidingen en IPSO community.

Grotere rol voor Positieve Gezondheid in 2024

Het gedachtengoed van Machteld Huber sluit naadloos aan op het werk van IPSO centra voor mensen geraakt door kanker en dat geldt ook voor De Skulp Friesland die het concept omarmde en het als project opnam in haar meerjarenplan 2022-2025.

Dankzij subsidie van Stichting De Friesland en het Oranjefonds kan De Skulp Friesland het concept Positieve Gezondheid in de periode 2022-2025 binnen de organisatie implementeren. Inmiddels kunnen we vaststellen dat het project Positieve Gezondheid als communicatiemiddel in de gehele organisatie wordt gebruikt.

Positieve Gezondheid ging in 2024 steeds meer een rol spelen binnen De Skulp Friesland. Op dit moment heeft 60% van de vrijwilligers bij De Skulp Friesland de Basisopleiding Positieve Gezondheid gevolgd. Er wordt, doormiddel van de verschillende werkvormen, steeds meer gebruik gemaakt van de tool Positieve Gezondheid. Zo hebben we dobbelstenen met de 6 dimensies, door in gesprek te gaan vanuit 1 dimensie en met de gesprekskaarten op tafel ervaren we mooie en diepgaande gesprekken. Bij de intake wordt de vragenlijst, op papier of via de link aangeboden. En wie een aanvullend gesprek wil n.a.v. het ingevulde spinnenweb, wordt er een vervolgspraak gemaakt.

Positieve Gezondheid in het kort uitgelegd

Gezond zijn is meer dan 'niet ziek zijn' en goede zorg is meer dan lichamelijke klachten verhelpen. Vanaf oktober 2022 ontvangen we subsidie van de stichting De Friesland en het Oranjefonds. De Skulp Friesland ontvangt een bedrag om actief met het project Positieve Gezondheid aan de slag te gaan en te implementeren in 2025.

Definitie Positieve Gezondheid

Positieve gezondheid is een benadering binnen de gezondheidszorg die niet de ziekte, maar een betekenisvol leven van mensen centraal stelt. De nadruk ligt op de veerkracht, eigen regie en het aanpassingsvermogen van de mens en niet op de beperkingen of ziekte zelf.

Positieve gezondheid heeft zes pijlers:

- lichaamsfuncties
- mentale functies en -beleving
- spiritueel/ existentiële dimensie
- kwaliteit van leven
- sociaal-maatschappelijke participatie
- dagelijks functioneren

Positieve Gezondheid bij De Skulp

In 2024 zijn we op elke locaties, elke 4e week van de maand een inloophmoment gestart. Tijdens deze momenten is er gelegenheid om vragen te stellen, een gesprek Positieve Gezondheid te volgen. Maar ook lezingen, groepsgesprek met de gesprekskaarten Positieve Gezondheid worden aangeboden.

MIJN POSITIEVE GEZONDHEID



Inmiddels hebben een aantal interne en externe activiteiten plaats gevonden waaronder:

- Informatiemiddag voor vrijwilligers m.b.t. Positieve Gezondheid.
- Ondersteuning bij de palliatieve fase in het leven t.a.v. Positieve Gezondheid.
- Afgevaardigden hebben deelgenomen aan het congres van IPH.
- Deelname aan vrijwilligersmarkten
- Promotie Positieve Gezondheid in de ziekenhuizen en scholengemeenschap

Implementatiejaar

Het komende jaar is het implementatie jaar van Positieve Gezondheid binnen de organisatie, het streven is dat alle vrijwilligers bekend zijn met de tool PG. Daarnaast wordt de sociale kaart verder uitgebreid op regionaal niveau.

Financiën en Fondsenwerving

Dit jaar hebben met een klein positief saldo afgesloten. Voorgaande twee jaren was dit een klein negatief saldo.

Het positieve saldo is vooraf te wijten aan de sponsorloop. Met dank aan het Oncologisch Netwerk Friesland en St. Nationaal fonds tegen Kanker heeft dit ruim € 17.000 opgebracht. In 2024 hebben wij een eigen ruimte in gebruik genomen. Wij hadden hiervoor een begroting van ruim € 42.000. Al gauw werd bekend dat dit niet haalbaar was en hebben we de ruimte op een ander manier ingericht. Dit was mogelijk door veel zelf te doen en eventueel tweedehands in te kopen. Daardoor is de begroting blijven steken op € 16.500. Dit was dus een kwestie van de tering naar de nering zetten.

De sponsors voor de inrichting zijn geweest:

- Gemeente Heerenveen (€ 5.000)
- Cijfermeester (€ 1.600)
- St. De Vrouwenkamer Heerenveen (€ 500)
- Vitus stichting (€ 500)
- Poiesz (€ 750)
- Een ander bedrijven, die niet met name genoemd mogen worden (€ 1.000 en € 2.500)
- Particulieren (bijna € 4.800)
- Verder nog bedrijven die middelen in natura ter beschikking hebben gesteld

Met twee instellingen zijn we nog in onderhandeling. Daarvan zijn de uitkomsten nog niet met zekerheid te noemen, mede omdat er voorwaarden aan verbonden waren. Daardoor zijn die niet in de jaarrekening 2024 meegenomen. Dat komt dan automatisch in 2025 terecht.

Daarnaast hadden de Ladies Circle van Heerenveen in 2024 een wijnproeverij georganiseerd waarbij De Skulp Friesland gekozen was als goed doel. Ook daarvan zijn de uitkomsten laat bekend gemaakt. Te laat om dit nog in de jaarrekening 2024 mee te nemen en de opbrengst komt dus in 2025 terecht.

Voor de reguliere exploitatie hebben wij ook de nodige middelen ontvangen. Wij noemen hierbij het KWF en het Oranjefonds (voor de kosten coördinatoren), St. De Friesland verzekeringen (voor de gelden voor het project Positieve Gezondheid), Friese diaconieën, wederom gemeente Heerenveen en gemeente SW Fryslân.

Alle sponsors en al de andere mensen, die mee hebben gedaan om ons werk uitvoerbaar te maken, worden bedankt.

Balans per 2024

ACTIVA			PASSIVA		
	31-12-2024	31-12-2023		31-12-2024	31-12-2023
Inventaris	14.171	0	Eigen vermogen	38.541	35.760
Borgsom	3.060	0			
Vorderingen	35.924	800	Bestemmingsfondsen	3.490	11.932
Liquide middelen	11.766	62.555	Kortlopende schulden	22.890	15.663
	64.921	63.355		64.921	63.355

Staat van baten en lasten 2024

LASTEN			BATEN		
	2024	2023		2024	2023
Inkoopwaarde	0	0	Subsidies van overheden	10.400	2.700
Activiteiten	12.695	8.866	- vaste andere instellingen zonder winststreven	109.560	85.069
Aankopen en verwervingen	0	0	- overig		
Communicatiekosten	7.565	2.091	Totaal	119.960	87.769
Personeelskosten	106.728	75.011			
Huisvestingskosten	16.827	8.513	Sponsorbijdragen	17.515	0
Afschrijvingen	2.601	0			
Financiële lasten	464	428	Giften van		
Overige lasten	2.680	3.151	- particulieren	5.715	3.637
			- nalatenschappen	0	0
			- loterijinstellingen	0	0
			- overig	2.077	2.086
			Totaal	7.792	5.723
			Andere baten		
			- baten als tegenprestatie van geleverde producten en/of geleverde diensten	6.332	0
			- financiële baten	592	0
			- overig	150	0
Resultaat	2.781	- 4.578	Totaal	7.074	0
	152.341	93.482		152.341	93.492



De Skulp Friesland
centrum voor leven met en na kanker

U kunt ons vinden in:
Sneek, Leeuwarden
Drachten & Heerenveen



Centra voor
leven met
en na kanker