

SPECIAL SATURDAY



Verwendag

Als het aan de initiatiefnemers ligt, wordt Special Saturday een jaarlijks terugkerende dag, om mensen met kanker voor even hun zorgen te laten vergeten.

TEKST: SUZANNE WOLTERS FOTO'S: HENRY PETERS

Special Saturday werd belangeloos en met veel liefde georganiseerd door een aantal hulpverleners die zijn gevestigd in Therapie Centrum Beek, samen met partners waaronder de Rabobank.

De diagnose kanker heeft een grote impact op iemands leven, zowel in lichamelijk als geestelijk opzicht. De ziekte brengt veel emoties en onzekerheden met zich mee. Mensen krijgen ineens een heleboel informatie te verwerken. Ze worden voor moeilijke keuzes gesteld, behandelingen zijn vaak zwaar en ook na behandeling kan het lastig zijn de draad weer op te pakken.

Een verwendag, om heel even alle zorgen opzij te zetten en lekker in de watten gelegd te worden, kan dan ook ontzettend goed doen. Oncologisch-fysiotherapeut Guido Bouman en voetreflextherapeute Cécile Daemen sloegen de handen ineen om zo'n dag mogelijk te maken. Samen met een aantal andere hulpverleners die ook in Therapie Centrum Beek gevestigd zijn, organiseerden zij 6 oktober Special Saturday, speciaal voor mannen en vrouwen met kanker.

EVEN AFSCHAKELEN Deelnemers konden genieten van een ontspannende voetreflex- of lichaamsmassage of deelnemen aan een proefles Pilates of Yoga. Daarnaast gaven een huidtherapeut, ergotherapeute en bekkenfysiotherapeute persoonlijk advies en was er volop gelegenheid vragen te stellen. Ook stond voor alle mensen een goodybag klaar, boordevol fijne verwenspullen voor thuis. De dag werd belangeloos en met veel liefde georganiseerd en door verschillende partners, waaronder Rabobank Westelijke Mijnstreek, mogelijk gemaakt. Guido Bouman van Fysiotherapie Vonken kijkt terug op een mooie eerste editie. Tegelijkertijd hoopt hij dat in de toekomst nog meer mensen deelnemen. Want wat de organisatie betreft is Special Saturday zeker voor herhaling vatbaar.

ZWARE WISSEL Guido: "Iedereen die met deze ziekte te maken heeft, verdient het om van tijd tot tijd even afstand te nemen, tot rust te ko-

men en nieuwe energie op te doen. Kanker zet je leven echt op zijn kop, je bent er voortdurend mee bezig. Het ziekteproces is doorgaans lang en heftig. Behandelingen gaan vaak gepaard met bijwerkingen waar je niet meteen bij stilstaat, maar die wel een wissel trekken. Chemotherapie en bestraling tasten namelijk niet alleen zieke cellen aan, maar ook gezonde. Wat bijvoorbeeld kan leiden tot huidklachten, vermoeidheid, minder spierkracht, concentratieproblemen of pijn. Ieder gaat daar op zijn eigen manier mee om. De een zoekt makkelijk hulp, terwijl een ander er niet eens over wil praten en het zelf wel oplost. Effecten die het nog moeilijker maken met de ziekte om te gaan en die zeker ook invloed hebben op iemands zelfbeeld. Je kunt psychisch de knop wel omzetten en verder

THERAPIE CENTRUM BEEK

is gevestigd in het voormalige pand van de Rabobank. Er zijn meerdere hulpverleners gevestigd. De onderlinge samenwerking maakt het mogelijk patiënten snel en makkelijk door te verwijzen naar collega's die vragen misschien wel nóg beter kunnen beantwoorden.

Meer informatie: www.therapiecentrumbeek.nl



Deelnemers aan Special Saturday konden onder meer genieten van een ontspannende voetreflex- of lichaamsmassage of deelnemen aan een proefles Pilates of Yoga.



“De diagnose kanker zet je leven op z’n kop. Een verwendag helpt weer even tot rust te komen en op te laden.”

willen gaan, maar het is confronterend als je lichaam daar nog niet aan toe is.

NIET ALLEEN Special Saturday was er in de eerste plaats op gericht deelnemers lekker te verwennen. Maar ook om ze te laten ervaren dat ze er niet alleen voor staan. Hulp of ondersteuning is misschien wel dichterbij dan gedacht, vaak zelfs zonder verwijzing van een huisarts of medisch specialist. Afhankelijk van het ziektebeeld en de behoeften van de patiënt zijn er verschillende mogelijkheden om klachten te verminderen of verzachten. Ontspanningsoefeningen kunnen hierbij helpen. Maar er zijn ook verschillende vormen van lichaamstherapie die een waardevolle bijdrage kunnen leveren. Denk aan littekenmassage, oedeemtherapie of voetreflexologie. Of bijvoorbeeld aan ergotherapie, om met kleine aanpassingen of het hervinden van de balans tussen inspanning en rust, dagelijkse activiteiten weer zelfstandig uit te voeren. En zo kan fysiotherapie een positieve invloed hebben op pijn, vermoeidheid, het verbeteren van de levenskwaliteit of bijvoorbeeld de terugkeer in het arbeidsproces.

Tijdens de verwendag hebben deelnemers met al deze disciplines kennis kunnen maken, in de vorm van een behandeling of proefles. Of door vragen te stellen, toegespitst op hun persoonlijke ervaringen. De bedankjes van deelnemers waren hartverwarmend, voor ons een signaal om Special Saturday volgend jaar opnieuw te organiseren. Als het aan mij ligt, wordt Special Saturday zelfs een landelijke traditie, zodat zoveel mogelijk mensen die met kanker te maken hebben van een dagje verzorging kunnen genieten. En wellicht kan het initiatief ook voor andere doelgroepen worden ingezet.”