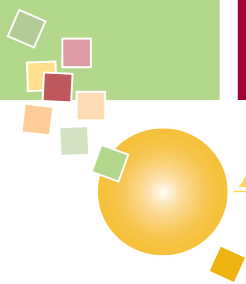
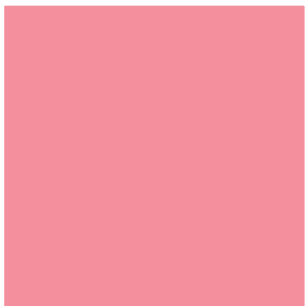
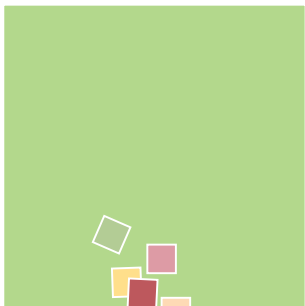
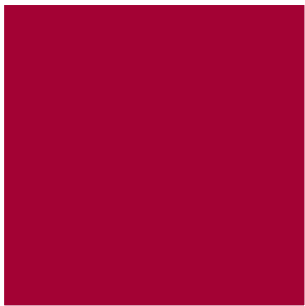
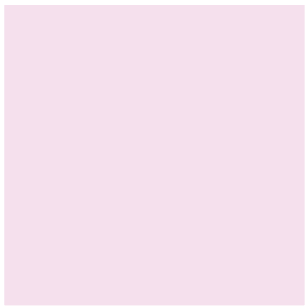


Adamas beweegt!

Jaarplan 2012



INHOUDSOPGAVE

1. Missie en visie	1
2. Speerpunten	3
3. Activiteiten	5
4. Vrijwilligers	7
5. Kinderen	9
6. Public Relations en sponsorwerving	11
7. Therapeuten	16
8. Bedrijfsprofessionalisering	17

1. Missie en visie

Voor het Adamas Inloophuis wordt 2012 een belangrijk en bijzonder jaar. In mei bestaat het huis alweer vijf jaar en hebben mensen uit de hele omgeving al meer dan 28.500 keer de weg naar het inloophuis weten te vinden. Van een dergelijke grote toeloop hebben we bij de start in 2007 alleen maar durven dromen. Onze visie 'door kanker bewust leven' staat nog steeds centraal in alles wat we doen en de wijze waarop we met onze gasten en vrijwilligers omgaan.

Vanuit deze visie is onze missie om mensen met kanker en hun naasten bij te staan op een manier die bij hen past. We willen hen op allerlei manieren laten zien en voelen dat ze het leven mogen blijven beleven. Ieder mens is anders en heeft eigen behoeften. Daarom biedt Adamas elke individuele gast behoeftegerichte ondersteuning, op basis van wat hij of zij nodig heeft om te helen. Op die manier maken we een essentieel en concreet verschil in het leven van kankerpatiënten en hun naasten, ongeacht de fase van het ziekte-, genezings- of acceptatieproces waarin zij zich bevinden.

Ons doel is voor iedere bezoeker van het Adamas Inloophuis de zon weer wat meer te laten schijnen.

DOELGROEP

Het Adamas Inloophuis ondersteunt mensen die zelf kanker hebben (gehad), maar nadrukkelijk ook mensen die als naaste met kanker zijn geconfronteerd. Een speciale rol is daarbij weggelegd voor kinderen. Dat betreft zowel kinderen die zelf ziek zijn (geweest), als kinderen met een ziek familielid.

Ons verzorgingsgebied beslaat de regio's Haarlemmermeer, Kust-, Duin- en Bollenstreek, Zuid-Kennemerland, Teylingen en Aalsmeer. Echter, in 2011 hebben we opnieuw gezien dat ook mensen buiten deze regio's de weg naar Adamas weten te vinden. Natuurlijk staat ook voor hen de deur te allen tijde open.

ADAMAS BEWEEGT

De activiteiten van het Adamas Inloophuis stonden in 2011 in het teken van het thema verdieping. We hebben op allerlei manieren invulling gegeven aan dit thema door bijvoorbeeld verdiepende intakes, workshops en begeleiding aan te bieden.

In 2012 staat Adamas volledig in het teken van beweging. Dit jaar is immers meer dan ooit een jaar waarin we als organisatie in beweging zijn. Letterlijk, bijvoorbeeld door de op handen zijnde Kilimanjaro- en Minimanjaro-expedities, en figuurlijk onder meer door een nieuwe professionaliseringsslag.

Het ziekte-, genezings-, en acceptatieproces rondom kanker wordt wel eens vergeleken met het beklimmen van een berg. En dat is precies wat we gaan doen, om aandacht te vragen voor de noodzaak van psycho-oncologische zorg. Een twintigtal mensen die Adamas een warm hart toedragen gaat de Kilimanjaro in Tanzania beklimmen. Parallel aan deze expeditie zetten we in Nederland de gehele regio in beweging door het organiseren van een grote donateurwervingsactie voor Adamas, op en rondom de 'Minimanjaro'. Beide evenementen, tezamen de actie Kilimas 2012 genoemd, zijn bedoeld om de continuïteit van het inloophuis voor de komende vijf jaar te waarborgen.



Ons doel is voor iedere bezoeker van het Adamas Inloophuis de zon weer wat meer te laten schijnen.

Ons doel voor 2012 is tevens om onze gasten in beweging te brengen. Iedere gast heeft zijn of haar persoonlijke berg te beklimmen. Inmiddels beschikken onze vrijwilligers en professionals over veel ervaring in de begeleiding van gasten op die weg omhoog. Ook dit jaar gaan we weer, op onze behoeftegerichte wijze, meebewegen met onze gasten.

In mei komen we opnieuw in beweging met alle mensen die de afgelopen vijf jaar een belangrijke rol hebben gespeeld bij het succesvol opzetten van de organisatie, en uiteraard ook met alle gasten die binnen Adamas een plek hebben gevonden. Onze vrijwilligers en sponsors hebben een belangrijke bijdrage geleverd aan de psycho-oncologische ondersteuning van mensen met kanker en hun naasten in de regio. Dankzij hen hebben we ons gasten de afgelopen vijf jaar kunnen bieden wat ze nodig hadden tijdens en na hun confrontatie met kanker. Met al deze mensen wil Adamas haar eerste lustrum dan ook graag vieren op 11 mei 2012. Tijdens deze avond blikken we terug op vijf jaar Adamas, maar richten we onze blik ook vooral op de toekomst.

Tot slot komt ook de organisatie in beweging. In mei 2012 nemen we afscheid van initiatiefneemster Lily Nieuwenhuizen. Met de aanstelling van Nicky Westerhof als haar opvolgster op het gebied van sponsoring en pr maken we als organisatie een nieuwe stap. We slaan een weg in naar meer professionalisering en protocollering op een manier die past bij Adamas van nu.

In 2012 gaan we dus bewegen op alle vlakken en daar zetten we met het hele team, het bestuur en onze vrijwilligers onze schouders onder.



Vanuit het thema Adamas Beweegt willen we in 2012 iedereen in beweging brengen. Bewegen is gezond voor lichaam en geest. Bewegen is groeien.

2. Speerpunten

VISIENOTA 2012-2017

Ten tijde van de oprichting van het Adamas Inloophuis is een visienota geschreven. Deze visienota is geïntegreerd in het dagelijks werk van de coördinatoren en vrijwilligers, om onze gasten zo goed mogelijk naar behoefte te ondersteunen. In vijf jaar tijd hebben alle betrokkenen enorm veel bereikt. Bij de oprichting in 2007 hadden we niet kunnen bedenken dat zoveel mensen de weg naar het inloophuis zouden weten te vinden.

Echter, dit groeiend aantal gasten in combinatie met de economisch zwaardere tijden, dwingt ons om opnieuw naar de visienota te kijken. Is deze nog actueel? Wat hebben de afgelopen jaren ons geleerd, en hoe verwerken we die ervaringen in onze visie? Daarover wisselen het bestuur en de coördinatoren op 15 januari 2012 van gedachten tijdens een gezamenlijke heidedag. Onder begeleiding van twee professionals nemen we het huidige beleid onder de loep, en kijken we vooruit naar Adamas 2012-2017.

ADAMAS BEWEEGT

In 2012 vinden twee grote momenten plaats: de grote donateurwervingsactie Kilimas 2012, en de viering van het vijfjarig jubileum op 11 mei 2012. Daarnaast is de organisatie in beweging met het nieuwe coördinatorschap sponsoring en PR van Nicky Westerhof. Zij zal van 1 januari tot en met 11 mei 2012 samenwerken met Lily Nieuwenhuizen om te zorgen voor een goede en gestructureerde kennisoverdracht.

Daarnaast heeft coördinator vrijwilligers, Carla Rodenburg, een uitbreiding van haar uren gekregen. Ze gaat in 2012 van 19 naar 24 uur, waarmee we in de nieuwe formatie komen tot 2,02 fte. Tot slot gaan we in 2012 ook in ons activiteiten aanbod meer zorg besteden aan beweging.

JONGVOLWASSENEN

In 2012 wordt een programma ontwikkeld voor jongvolwassenen: jongeren in de leeftijdscategorie 18-30 jaar. Tot nu toe is gebleken dat mensen in deze categorie een enorme honger hebben om te groeien, maar qua activiteiten vaak tussen wal en schip vallen. Coördinatoren Anita Notenboom en Nicky Westerhof, beiden zelf op jonge leeftijd met kanker geconfronteerd, gaan met deze doelgroep aan de slag. Zij gaan in 2012 een aanbod ontwikkelen dat aansluit bij de behoeften van jongvolwassenen. Dit zal een uitermate belangrijke aanvulling zijn op het bestaande aanbod van het Adamas Inloophuis gaan vormen.

TOENAME VAN HET AANTAL GASTEN

Ons beleid is gericht op een beheersbare groei van het aantal gasten. In 2011 vonden 8.500 geregistreerde bezoeken plaats; voor 2012 streven we naar een aantal van 9.000 bezoeken. Hiervoor zullen meer vrijwilligers worden ingezet, en blijft het inloophuis structureel 10 dagdelen per week open.

Daarnaast zullen wekelijks niet-structureel drie dagdelen beschikbaar zijn voor extra activiteiten. Hieronder vallen een extra avond per week voor training en/of presentatie en de 'vrijdag projectdag'. Om de toename van gasten in goede banen te leiden zullen er nieuwe activiteiten ontwikkeld worden op de dagdelen waar nu nog ruimte is voor groei. Dat zijn er momenteel twee.



Voor 2012 streven we naar een aantal van 9.000 bezoeken. Hiervoor zullen meer vrijwilligers worden ingezet, en blijft het inloophuis structureel 10 dagdelen per week open.

KWALITEIT-TEVREDENHEIDONDERZOEK

Met het oog op het toenemende aantal bezoeken is het noodzakelijk dat het activiteitenaanbod gecontinueerd en verder uitgebreid wordt. Wij zijn van mening dat ons huidige activiteitenaanbod goed aansluit bij de behoeften van onze gasten. Door middel van een schriftelijke enquête gaan we onderzoeken of onze gasten deze mening delen. De doelstelling is om dit onderzoek na de zomer op te starten. Naar aanleiding van de uitkomsten zullen wij ons aanbod waar nodig aanpassen.

KINDEREN EN HET GEZIN

In het Adamas Inloophuis wordt veel aandacht besteed aan kinderen en jongeren. De activiteiten zijn onderverdeeld in activiteiten voor kinderen van 4-12 jaar en voor jongeren van 12-18 jaar.

In 2011 hebben we gemerkt dat het betrekken van het gezin bij de activiteiten een positieve invloed heeft op zowel het proces van het kind als dat van de ouder(s). Daarom gaan we in 2012 verder kijken hoe we deze combinatie kunnen realiseren.



In het Adamas Inloophuis is een speciale ruimte ingericht voor kinderen en jongeren.

3. Activiteiten

In de afgelopen vijf jaar heeft Adamas een uitgebreid activiteitenaanbod ontwikkeld. Elke gast van Adamas heeft immers een eigen behoefte, en daarop willen we zo goed mogelijk in kunnen spelen. Onze activiteitenaanbod bestaat inmiddels uit activiteiten op het gebied van:

- Informeel, laagdrempelig contact (vrije inloopmomenten)
- Creativiteit (zoals open atelier, groenworkshops)
- Verwenmomenten (zoals verwendagen voor gasten en hun naasten, ontspanningsmassage)
- Bewegen en ontspannen (zoals yoga, zwemmen, mindfulness)
- Therapeutische gespreksgroepen (zoals de rouwondersteuningsgroep, de mannengroep)
- Spreekuren van bijvoorbeeld patiëntenverenigingen
- Informatievoorziening (zoals infotheek, lezingen, presentaties)
- Evenementen (zoals de modeshow, de NL Doet-dagen)
- Activiteiten voor kinderen (zoals lotgenotencontact, gezamenlijk een voorlichtingsfilm maken)

In 2011 hebben we ook een aantal nieuwe activiteiten ontwikkeld. Ook worden er scholingsactiviteiten georganiseerd voor vrijwilligers. Dit jaar willen we ons aanbod verder uitbreiden vanuit onze visie voor 2012, Adamas beweegt.

GESPREKSGROEP VOOR NAASTEN EN NABESTAANDEN

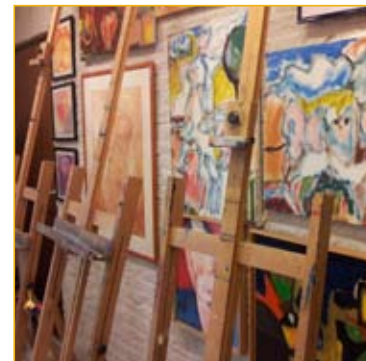
Het afgelopen jaar hebben wij ervaren dat de inloopochtenden en –middagen ('koffie-inloop') een laagdrempelige manier zijn om mensen in het inloophuis binnen te krijgen. Aan de 'stamtafel' komen ze in contact met lotgenoten en vinden daarin herkenning in, en erkenning voor hun situatie. Wij zien iedere dag dat je kanker niet alleen krijgt en dat de ziekte ook een grote impact heeft op het leven van de naasten en nabestaanden. Vanaf januari 2012 worden twee nieuwe inloopmomenten gecreëerd, een voor naasten (partners, kinderen, vrienden, burens et cetera) en een voor mensen die een dierbare aan kanker hebben verloren. Deze gespreksgroepen worden begeleid door speciaal opgeleide gastvrouwen en –heren.

LICHAAMSGERICHTE WORKSHOPS RONDOM BEWEGEN

In 2012 gaan we onderzoeken op welke manier we onze lichaamgerichte workshops — workshops waarin bewegen centraal staat — kunnen uitbreiden. Waar nodig willen we samenwerking zoeken met bijvoorbeeld sportscholen en fysiotherapiepraktijken.

GEZOND EN VEGETARISCH KOKEN

Een van de langst lopende activiteiten binnen het inloophuis is *Adamas Kookt*. De deelnemers bereiden een gezonde maaltijd en gaan vervolgens aan tafel om deze gezamenlijk te nuttigen. In 2012 willen we meer gasten de gelegenheid geven aan deze workshop deel te nemen. Bovendien starten we vanaf januari met een 'vegetarische variant', waarin met seizoensproducten een maaltijd wordt bereid.



Het activiteitenaanbod van het Adamas Inloophuis steunt op de pijlers:

- 1. Inloop*
- 2. Creatieve activiteiten*
- 3. Verwennen*
- 4. Bewegen en ontspannen*
- 5. Therapeutische groepen*
- 6. Spreekuren*
- 7. Informatievoorziening*
- 8. Evenementen*
- 9. Jeugdactiviteiten*

'BEWEGING' IN ROUWONDERSTEUNING

Momenteel wordt aan onze gasten rouwondersteuning aangeboden in de vorm van gespreksgroepen. In 2012 gaan we een pilot starten, waarin we de toegevoegde waarde van andere werkvormen (yoga, muziektherapie, creatieve expressie) willen onderzoeken. Deze pilot zal naar verwachting na de zomer starten.

MANNENGESPREKSGROEP

In 2011 bestond er veel belangstelling is voor de mannengespreksgroep. Als deze ontwikkeling zich verder doorzet, gaan wij onderzoeken op welke wijze we deze groep verder kunnen faciliteren.

MINDFULNESS

De mindfulnesstrainingen, die wij samen met het Ingeborg Douwes Centrum (IDC) aan onze gasten aanbieden, bleken in 2011 bijzonder succesvol. Helaas vergoeden verzekeraars deze training per 1 januari 2012 niet meer (volledig). Dit betekent dat de gasten een eigen bijdrage moeten gaan betalen. In 2012 willen we bekijken of onze gasten dat als een belemmering ervaren. Mocht het aantal inschrijvingen teruglopen, zullen we samen met het IDC onderzoeken welke oplossingen er mogelijk zijn.

INFORMATIEVOORZIENING EN BEWEGING

Het Adamas Inloophuis geeft veel voorlichting over gezondheid en preventie rondom kanker. Een van de doelstellingen is gasten te stimuleren om te (blijven) bewegen. Bewegen is immers goed voor zowel lichaam als geest, en zorgt voor een toename van (levens)energie. Adamas kan gasten doorverwijzen naar sportscholen en fysiotherapeuten in de regio, die ook bewegen onder begeleiding aanbieden. Deze contacten zijn in de afgelopen jaren reeds opgebouwd.

Bewegen is gezond en vermindert de kans op kanker. Tijdens de grote donateurwervingsactie Kilimas 2012, in maart 2012, zal hieraan veel aandacht worden besteed.

JONGVOLWASSENEN

In 2011 hebben we opnieuw gezien dat de behoefte van jong volwassenen (18-30 jaar) een andere aanpak vraagt. Ze vallen buiten de activiteiten die georganiseerd worden voor de oudere kinderen maar de inloop op activiteiten die georganiseerd worden voor volwassenen is klein. Anita Notenboom (jeugdcoördinator) en Nicky Westerhof (coördinator sponsoring & PR) gaan samen de behoefte van deze doelgroep definiëren en op basis hiervan een programma voor 2012 ontwikkelen.



Adamas stimuleert gasten om te (blijven) bewegen. Hiervoor willen wij samenwerking zoeken met sportscholen en fysiotherapeuten in de regio.

4. Vrijwilligers

De vrijwilligers vormen het hart van onze organisatie. Zij zorgen ervoor dat onze gasten zich welkom voelen, inventariseren hun behoeften en zorgen dat zij de juiste ondersteuning krijgen. In 2012 starten we met 106 vrijwilligers. Het vrijwilligersteam is voortdurend in beweging, als gevolg van verloop en nieuwe instroom. Door de verwachte groei in 2012 bleek het in november 2011 noodzakelijk om 13 nieuwe vrijwilligers op te leiden. Deze nieuwe groep is per januari 2012 inzetbaar.

Naast de 52 gastvrouwen/-heren hebben wij nog zes taxichauffeurs, twee ICT-vrijwilligers, drie tuinmannen, vier koks, vier klusjesmannen, zes administratief medewerkers, negen masseurs, zes diverse ondersteuners, drie vaste workshopleiders en zeven bestuursleden. De uitdaging voor ons als organisatie is om met zo'n grote groep iedere vrijwilliger de ruimte te geven om zijn of haar eigen talenten te ontplooiën. Tegelijkertijd moeten we ervoor zorgen dat onze al onze vrijwilligers onze gasten benaderen vanuit de visie 'door kanker bewust leven'.

Om de betrokkenheid te bevorderen, de teamgeest te versterken en de kwaliteit en de uitvoering van de werkzaamheden te waarborgen, organiseren wij jaarlijks informatieavonden, thema-avonden, trainingen en een teambuilding. In 2012 bieden we minimaal zes bijeenkomsten aan:

- Training *Licht op verlies*
- Verdiepende intake
- Teambuilding met als thema 'bewegen'
- *Met Fun naar Flow*
- Ethiek
- Thema-avond met een interne coach

Om de continuïteit en kwaliteit te waarborgen stellen we het bijwonen van ten minste twee van deze bijeenkomsten verplicht. Per kwartaal bieden we de vrijwilligers een planning aan met data waarop ze in kunnen tekenen. Deze avonden zijn niet alleen bedoeld om kennis te vergaren, maar ook voor de teambuilding. Bovendien bieden ze de mogelijkheid tot intervisie.

ASSISTENT-COÖRDINATOREN

Door de groei van de organisatie liggen er voor de coördinatoren steeds meer taken die meestal niet binnen de daarvoor gestelde uren uitgevoerd kunnen worden. Om te kijken of we de coördinatoren op sommige momenten kunnen ontlasten, willen we in de tweede helft van 2012 aan de hand van een (nog te ontwikkelen) functieomschrijving onderzoeken of er bij het huidige team van gastvrouwen/-heren kwaliteiten aanwezig zijn om een aantal ondersteunende taken uit te voeren. Het streven is om het rooster dan zo samen te stellen dat op ieder dagdeel vanuit het (ingeroosterde) team ondersteuning gegeven kan worden aan de coördinator.

VOORTGANG

Ook in 2012 voeren we voortgangsgesprekken met onze gastvrouwen/-heren. Aan de hand van een vastgestelde vragenlijst heeft de coördinator eenmaal per jaar een voortgangsgesprek met de vrijwilligers. Door middel van supervisie (verdieping) zal de coördinator samen met de vrijwilliger onderzoeken of deze



Onze 106 vrijwilligers vormen het hart van onze organisatie.

zijn of haar vaardigheden en competenties binnen Adamas voldoende aan bod vindt komen. Daarnaast maken we bespreekbaar hoe we vanuit Adamas het functioneren van de betreffende vrijwilliger ervaren. De vrijwilliger wordt zich op deze manier bewust van keuzes, geeft betekenis aan werkervaringen en maakt zo zijn of haar werkervaring lerend.

MASSAGE (COMPLEMENTAIRE ZORG)

Momenteel zijn binnen het huis negen masseurs werkzaam, die zich vrijwillig beschikbaar hebben gesteld om een dagdeel in de week of om de week massage te geven. Door de grote belangstelling zal dit team in 2012 nog verder worden uitgebreid. Massagetechnieken en het gebruik van aromatische oliën kunnen behulpzaam zijn bij het herstellen en het wegnemen van blokkades met betrekking tot lichaamsbeweging. Om voor iedereen ruimte te houden om gebruik te maken van deze faciliteit, hebben we de organisatie van het intekenen van gasten het afgelopen jaar aangescherpt. Per kwartaal wordt een intekenlijst met verschillende data per masseur aangeboden aan de gasten. Ze kunnen na iedere afspraak nog maar één keer opnieuw inboeken. Dit beleid continueren we in 2012.

Met ingang van 2011 zijn we gestart met voortgangsgesprekken met de masseurs. Door deze gesprekken kunnen wij beter inspelen op de behoefte van de masseur en het zet nieuwe ideeën in beweging. De betrokkenheid en saamhorigheid met de masseurs wordt hierdoor vergroot.



Mensen met kanker en hun naasten kunnen in het inloophuis terecht voor een weldadige ontspanningsmassage.

5. Kinderen

Begin 2012 staan bij Adamas 120 kinderen ingeschreven, waarvan er 70 actief deelnemen aan diverse activiteiten. Voor kinderen van 4-12 jaar wordt de KidsClub georganiseerd, en voor jongeren van 12-18 jaar de ChillClub. Beide activiteiten vinden om de week plaats en worden begeleid door speciaal opgeleide vrijwilligers die werken onder verantwoordelijkheid van de jeugdcoördinator.

TRAINING JEUGDVRIJWILLIGERS

Ieder jaar worden de jeugdvrijwilligers getraind, om de kwaliteit van de begeleiding aan de kinderen en jongeren te waarborgen. De twee in het huis werkzame jeugdtherapeuten zullen de workshop *Hoe communiceer je met kinderen?* geven. Deze duurt twee dagdelen en zal volgens planning in september plaatsvinden.

HET BETREKKEN VAN HET GEZIN

Evenals vorig jaar zullen we in 2012 momenten creëren waarop de familieleden van de kinderen worden betrokken bij een activiteit, of waarbij de kinderen aan hun naasten presenteren wat zij de afgelopen periode in het inloophuis hebben gedaan en gemaakt. Op deze manier vindt verdieping van het contact plaats, waardoor de geboden hulp op de gehele familie kan inwerken.

In 2011 hebben de kinderen en hun familieleden kunstwerken gemaakt, waarin zij expressie geven aan hun gevoelens. Deze werken worden eind januari geëxposeerd op Landgoed De Olmenhorst. Dit zal omlijst worden met een officiële opening waar de ouders en kinderen elkaar weer ontmoeten. In het laatste kwartaal van 2012 zullen wij wederom in samenwerking met Claar Goossens de workshop *Familiekunst* aanbieden.

Al jaren worden er in het huis succesvolle verwendagen voor de gasten georganiseerd. Dit jaar zal er ook eentje ingepland worden voor kinderen met hun ouders. Deze 'familieverwendag' zal op de zelfde wijze worden vormgegeven als die voor de volwassenen, met specifieke aanpassingen aan de doelgroep.

SCHOLEN

Ook in 2012 zullen scholen een beroep op het Adamas Inloophuis blijven doen voor voorlichting over kanker. Deze contacten zijn heel belangrijk en waardevol. Doordat het onderwerp kanker beter bespreekbaar wordt kunnen kinderen en jongeren die met kanker geconfronteerd zijn meer begrip verwachten van hun klasgenootjes.

Wij verwachten dat veel scholen zullen ingaan op onze uitnodiging om de leerlingen te laten deelnemen aan de beklimming van de Minimanjaro in maart 2012. Uiteraard hopen wij dat dit vervolgens zal leiden tot een toename van jonge bezoekers van Adamas, en van verzoeken om voorlichting.

KANKERZOOIKOFFER 2

De huidige Kankerzooikoffer — een lespakket voor de laatste drie groepen van het basisonderwijs — zal worden aangevuld met een variant die gericht is op de groepen 1 tot en met 5. De film *Hé, moet je kijken*, die de basis vormt voor dit pakket, is vorig jaar door de kinderen van de KidsClub gemaakt. Voor



In 2012 willen we de betrokkenheid van het hele gezin bij de activiteiten van Adamas verder vergroten.

de vormgeving en inhoud zal wederom nauw worden samengewerkt met de bibliotheek en de kindervertherapeuten. We willen de koffer in september presenteren, zodat deze ingezet kan worden vanaf het schooljaar 2012-2013.

JONGVOLWASSENEN

De ChillClub is voor jongeren van 12-18 jaar. Veel jongeren zijn voor hun 18e alweer uitgestroomd, maar er zijn er ook die behoefte aan contact blijven houden. Zij ontgroeien de ChillClub, soms zelfs vóór hun 18e.

Daarnaast zijn er jongeren die zich rond of na hun 18e voor de eerste keer melden bij Adamas, en die een beetje tussen wal en schip belanden. Ze zijn te oud voor de ChillClub en voelen zich te jong voor de activiteiten voor volwassenen. Voor deze groep, de jongvolwassenen, willen wij graag een groep starten waarin ze de mogelijkheden krijgen met elkaar de delen en te groeien (zie ook pagina 3 & 5).

SAMENWERKING JEUGD THERAPEUTEN

Met het nieuwe team van jeugdtherapeuten zal intensiever worden samengewerkt. Zij gaan, samen met de jeugdcoördinator, een workshop *Herinneringskist* aanbieden voor kinderen die te maken hebben gehad met verlies. Daarnaast zullen ze een mindfulnessstraining mogelijk maken voor de kinderen.

De therapeuten zullen samen met de coördinator regelmatig overleg plannen om zo de verbondenheid te waarborgen. Tevens zal er een teambuildingsmoment worden georganiseerd met de jeugdvrijwilligers.

CONTACT MET ANDERE INLOOPHUIZEN

Afgelopen jaar zijn wij al veelvuldig benaderd door andere inloophuizen. Zij die nog geen jeugd afdeling hebben gerealiseerd komen bij ons voor advies. Het is ons streven om deze contacten te behouden en zo te werken aan een nauwe(re) samenwerking.



Een van de speerpunten voor 2012 is het ontwikkelen van een activiteiten aanbod voor jongvolwassenen.

6. Public Relations en sponsorwerving

Het Adamas Inloophuis is ook in 2011 weer gesteund door een grote groep sponsoren. Dit varieert van het regionale bedrijfsleven tot gemeenten en hartverwarmende particuliere initiatieven. In 2012 stellen we ons ten doel om de relatie met deze 'Vrienden van Adamas' verder te ontwikkelen.

Belangrijke verandering daarin is dat Nicky Westerhof per 1 januari 2012 begonnen is als nieuwe coördinator sponsoring & pr. Zij werkt de eerste vier maanden van 2012 samen met Lily Nieuwenhuizen en komt, mede door de grote evenementen die voor dit jaar op het programma staan, in contact met vele Vrienden van Adamas. Ze zal met hen kennismaken, de relaties vernieuwen, verstevigen en verder verdiepen.

LOKALE OVERHEDEN

Het inloophuis heeft in 2011 goede contacten opgebouwd met gemeenten. De nieuwe raadsleden en wethouders van de gemeenten Haarlemmermeer, Heemstede, Aalsmeer en Teylingen hebben allen kennisgemaakt met Adamas en ook zij dragen het huis een warm hart toe. Daarnaast zijn er ook goede contacten met de wethouders van de gemeenten Hillegom en Lisse.

Nu de WMO-bijdrage steeds verder afneemt en het aantal gasten juist toeneemt, is het van groot belang om in 2012 de banden met de gemeenten verder uit te bouwen en hen te laten zien en ervaren hoe belangrijk en wenselijk het is dat wij onze gasten kunnen blijven ondersteunen.

Speciale focus willen we in 2012 ook leggen op de gemeente Aalsmeer. Daar komen nog weinig gasten vandaan, maar de gemeente draagt ons een warm hart toe. Hier liggen daarom veel kansen om de bekendheid van het huis daar verder te ontwikkelen.

KILIMAS EN JUBILEUM

Kilimas 2012

In 2011 is de basis gelegd voor twee grote, inspirerende Adamas-evenementen. Allereerst vindt in maart 2012 Kilimas 2012 plaats. Een groep van twintig mensen, bestaande uit (ex)kankerpatiënten, medici, politici, nabestaanden en anderen die Adamas een warm hart toedragen, vertrekt op 8 maart 2012 naar Tanzania voor de beklimming van de Kilimanjaro. Op het moment dat de leden van de expeditie in Afrika de top bereiken vindt in Hoofddorp de donateurwervingsactie 'Minimanjaro' plaats. De Big Spotters Hill in Hoofddorp wordt twee dagen lang officieel omgedoopt tot 'Minimanjaro'. Tijdens deze dagen willen we met zoveel mogelijk mensen de berg beklimmen om in beweging te komen voor iedereen die door kanker geraakt is. We nodigen daarvoor bedrijven, scholen, sportverenigingen en particulieren uit. Een sportieve actie met als doel om met elkaar een maximum aan financiële donaties voor de continuïteit van het Adamas Inloophuis bijeen te brengen.

Hierin liggen voor het bedrijfsleven belangrijke kansen. Zo is Minimanjaro onderdeel van de landelijke NL Doet-dagen. Bedrijven kunnen dus niet alleen deelnemen aan de beklimming, maar kunnen ook zichtbaar zijn door het leveren van een praktische bijdrage.



Met de grootschalige sportieve donateurwervingsactie Kilimas 2012 willen we de financiële continuïteit voor de komende vijf jaar waarborgen.

Jubileum

Op 11 mei 2012 vieren we met alle mensen die betrokken zijn (geweest) bij het Adamas Inloophuis het vijfjarig jubileum. Een prachtig avondvullend programma zal plaatsvinden in de Van Zantenhof in Nieuw Vennep. Tijdens deze avond nemen we ook officieel afscheid van Lily Nieuwenhuizen, die het stokje overdraagt aan Nicky Westerhof. Daarnaast passeren deze avond herinneringen aan vijf jaar Adamas de revue en blikken we gezamenlijk vooruit naar de volgende vijf jaar.

BEDRIJFSLEVEN EN BUSINESSNETWERKEN

Het bedrijfsleven speelt voor de financiering van Adamas uiteraard een heel belangrijke rol. Door middel van de twee grote evenementen, Kilimas 2012 en het jubileum, zullen we proberen het bedrijfsleven zoveel mogelijk op structurele basis bij het inloophuis te betrekken.

We zullen echter, gezien de huidige financiële situatie, ook moeten kijken op welke andere creatieve manieren we het bedrijfsleven kunnen prikkelen om zich aan Adamas te verbinden. We kunnen ons voorstellen dat dat in toenemende mate ook zal zijn in de vorm van praktische bijdragen.

In de omliggende gemeenten zijn daarnaast ook veel businessnetwerken actief. In 2011 zijn de contacten met een aantal van hen gelegd. In 2012 versterken we die banden verder. De focus daarbij ligt voornamelijk op de OVHZ, MeerBusiness en de businessnetwerken in de Bollenstreek. Door middel van onze aanwezigheid en enthousiaste verhaal, maar ook door middel van presentaties kunnen wij laten zien waar Adamas voor staat en wat het belang van het inloophuis is.

SERVICECLUBS

Serviceclubs zijn de afgelopen jaren enorm belangrijk voor ons geweest. Zij ondersteunen ons op verschillende manieren. In 2012 gaat de nieuwe coördinator Sponsoring & PR opnieuw kennis maken met de verschillende serviceclubs en de mogelijkheden voor steun aan Adamas onderzoeken.

KWF KANKERBESTRIJDING, OVERKOEPELENDE ORGANEN EN PALLIATIEVE ZORG

KWF Kankerbestrijding

In het jaarplan van KWF Kankerbestrijding voor 2012 staat dat de organisatie zich meer wil inspannen voor psychosociale ondersteuning aan mensen met kanker en hun naasten. Helaas is het plan, tot onze grote zorg, nog niet geconcretiseerd. In 2012 gaan we vanuit verschillende invalshoeken in gesprek met KWF over de mogelijkheden om bij te dragen aan psychosociale zorg.

We willen ook dit jaar graag onze bijdrage leveren aan *Sta op Tegen Kanker*, omdat dit van grote toegevoegde waarde kan zijn voor het verwerkingsproces van onze gasten.

IPSO & FINK

In 2012 onderzoeken we verder wat de mogelijkheden zijn voor een fusie van de twee overkoepelende organen, IPSO en FINK. Adamas juicht dit initiatief enorm toe en draagt bij aan de totstandkoming daarvan door op te treden als ondersteunend gesprekspartner.

Netwerk Palliatieve Zorg

Het netwerk Palliatieve Zorg stimuleert en verbindt organisaties en hun betrokken medewerkers om de zorg voor zorgvragers en hun naasten in



De steun van het bedrijven, businessnetwerken en serviceclubs uit de regio is van on-schatbare waarde voor Adamas.

de laatste levensfase goed te organiseren. Centrale waarden hierbij zijn: samenwerking, verbinding en verantwoordelijkheid. In 2012 gaan we een gezamenlijk convenant tekenen waarmee we de zorg voor mensen in de laatste levensfase waarborgen. Het is van belang dat alle palliatieve instanties in de omgeving zich hieraan committeren, waaronder Adamas.

ONCOLOGISCH HULPVERLENERS

Adamas heeft warme contacten met de oncologisch hulpverleners van de ziekenhuizen in de regio (Spaarne Ziekenhuis, Antoni van Leeuwenhoek, LUMC, Sint Lucas Andreas Ziekenhuis, Emma kindziekenhuis, Diaconessenhuis Leiden, VUMC, Amstelziekenhuis Amstelveen, Kennermer Gasthuis en AMC). Zij worden door ons met grote regelmaat op de hoogte gebracht van het activiteiten aanbod. Daarnaast verzorgen wij diverse lezingen voor hen. Wij laten hen graag met eigen ogen zien wat de toegevoegde waarde van psychosociale zorg voor mensen met kanker en hun naasten inhoudt.

Bovendien willen wij een bijdrage leveren aan een aantal projecten van het Spaarne Ziekenhuis in Hoofddorp. Daar zal het Nederlands Kanker Instituut/ Antoni van Leeuwenhoek Ziekenhuis (NKI-AvL) een aantal bestralingsruimtes gaan inrichten, zodat mensen voor deze behandeling niet meer naar Amsterdam hoeven te reizen.

Momenteel wordt door het Spaarne Ziekenhuis zelf een oncologiecentrum gerealiseerd, waar alle zorg en kennis rondom kanker wordt samengebracht. Wij delen graag onze ervaringen en expertise met het Spaarne Ziekenhuizen en onderzoeken in 2012 hoe (en of) we die samenwerking uit kunnen breiden.

NOTARISSSEN EN ACCOUNTANTS

Wij willen graag meer bekendheid genereren onder de beroepsgroepen die met erfenissen en legaten te maken hebben: notarissen en accountants. In 2011 hebben we in samenwerking met Hospice Bardo in kaart gebracht welke notarissen en accountants er in de regio werkzaam zijn. In 2012 hopen we de presentatie van de gezamenlijke stichtingen daadwerkelijk vorm te geven. De Rabobank faciliteert dit initiatief.

MEDIA

Wij onderhouden goede contacten met regionale media. Ze bieden ons gelukkig veel ruimte om onze activiteiten onder de aandacht te brengen. Zo heeft bijvoorbeeld het nieuws over de opvolging van Lily Nieuwenhuizen alle regionale media gehaald. In 2012 willen we deze lijn blijven voortzetten. Daarbij willen we speciale aandacht besteden aan onze mediacontacten in de Bollenstreek. Ondanks het feit dat er uit deze gemeenten veel gasten de weg naar Adamas weten te vinden, liggen er nog volop kansen om in deze regio meer bekendheid van het huis te genereren. Regionale media speelt daarbij een belangrijke rol. De nieuwe coördinator PR is afkomstig uit de Bollenstreek, en kan hierin ook een belangrijke rol spelen.

NIEUWSBRIEF

Extern

In 2012 willen we de mogelijkheden onderzoeken om terug te gaan naar drie nieuwsbrieven. In 2011 zijn er, voornamelijk door het wegvallen van de sponsor van de druk- en distributiekosten, slechts twee edities verschenen.

We streven ernaar om er eind maart (na Kilimas 2012), half mei (de



De regionale media bieden ons veel ruimte om onze activiteiten onder de aandacht te brengen. In 2012 willen we onze mediacontacten in de regio Bollenstreek verder versterken.

jubileumeditie) en aan het einde van het jaar een nieuwsbrief te versturen. De nieuwsbrieven worden zowel per e-mail als per post verstuurd, hoofdzakelijk naar onze bestaande en potentiële sponsors.

Intern

In 2012 willen we ook de interne nieuwsbrief nieuw leven inblazen. Het is voor onze vrijwilligers ontzettend leuk en goed om te weten wat er binnen Adamas gebeurt. Deze nieuwsbrief kan per e-mail verzonden worden. De kosten daarvan zullen dan ook veel minder hoog zijn dan die voor de externe nieuwsbrief.

ADAMAS BUDDY

Adamas is door IPSO genoemd als *best practice* van inloophuizen in Nederland. Vanuit die hoedanigheid dragen we een steentje bij aan de initiatieven voor nieuwe inloophuizen, maar ook aan bestaande inloophuizen. Door onze ervaringen en ons enthousiasme te delen, inspireren we anderen om ook tot een goed draaiend inloophuis te komen. Adamas vindt het ook in 2012 heel belangrijk om deze 'buddy-functie' op zich te nemen. Alle coördinatoren spelen hierin op hun eigen expertise een belangrijke rol, en ook Lily Nieuwenhuizen zal na haar afscheid in mei een adviesfunctie op dit onderwerp blijven bekleden,

LEZINGEN

Naast reguliere presentaties over Adamas, worden wij steeds vaker gevraagd inhoudelijke lezingen te verzorgen. Deze lezingen gaan over uiteenlopende aspecten van het gehele proces rondom kanker.

De doelgroepen zijn onder meer oncologieverpleegkundigen (in opleiding), oncologisch hulpverleners en patiënten zelf. Naast het delen van kennis streven we er met deze lezingen ook naar om mensen over de drempel van het inloophuis te helpen stappen.

SOCIAL MEDIA

Ook op social media willen we Adamas in 2012 meer zichtbaar maken. In eerste instantie richten we ons daarbij op Facebook. Belangrijkste reden daarvoor is dat de doelgroep zich steeds meer op Facebook beweegt en we daar relevante content kwijt kunnen. Mensen die de Facebookpagina 'liken' zijn mensen die Adamas een warm hart toedragen en die graag op de hoogte willen blijven van alles wat er in en rondom het huis gebeurt. Ze zullen ook vaker de tijd nemen om relevante berichten te lezen. Daarnaast wordt het een platform om ideeën en gedachten uit te wisselen en contacten te leggen. Ervaring is dat het beter is om eerst één ding heel goed, constant en structureel te doen in plaats van vele dingen half.

Momenteel is er een Facebookpagina van het Adamas Inloophuis die door 42 mensen 'geliked' is. Dat moeten er in 2012 veel meer worden. De leden voor onze Facebookpagina gaan we werven door de Facebook-button toe te voegen aan de (interne en externe) nieuwsbrief, via onze eigen netwerken, via de website en via de evenementen die we in 2012 organiseren.

Gouden regel is echter dat een Facebookpagina alleen werkt als daarop structureel content verschijnt. Dat betekent dat ongeveer minimaal twee keer per week een statusupdate geplaatst moet worden. Dat moet ook content zijn die een breed publiek interessant vindt en de veelzijdigheid van het huis laat zien. Als het teveel over één onderwerp gaat, te scherp van tone of voice is of te vaak niet interessant is haken mensen snel af. Daarnaast is het belangrijk



Naast de externe nieuwsbrief willen wij ook de interne communicatie versterken door een nieuwsbrief onder de vrijwilligers te verspreiden.

om wel *social* te blijven. Dat betekent dat we bijvoorbeeld moeten participeren in discussies en moeten reageren op vragen als die er zijn. Het is daarom ook goed om verschillende beheerders aan te stellen en met hen een contentplan en taakverdeling te ontwikkelen.

DOCUMENTAIRE

Ter gelegenheid van het vijfjarig jubileum ontwikkelt Beijer Sound & Vision, al eerder goodwill partner van Adamas, een documentaire over de start en ontwikkeling van het Adamas Inloophuis. Daarbij willen we voornamelijk de gasten aan het woord laten en hen laten vertellen wat Adamas voor hen betekent. De documentaire zal een lengte hebben van ongeveer 45 minuten. Daarvan wordt een trailer gemaakt (maximaal 10 minuten) die we integreren in de jubileumavond op 11 mei 2012. Over de verdere invulling van het gebruik van de documentaire gaan we nog afspraken maken.

WEBSITE

In 2012 gaan we werken aan een nieuwe website voor het Adamas Inloophuis. Dit gaan we doen in samenwerking met ons tekst- en vormgevingsbureau, De Stijlerij. In onderling overleg zullen we bespreken hoe we de taakverdeling in 2012 voor ons zien en hoe we zo optimaal mogelijk vorm kunnen geven aan de nieuwe website.

COMMUNICATIEMIDDELEN

De coördinatoren zullen gezamenlijk vaststellen welke communicatiemiddelen (folders, posters et cetera) vernieuwd moeten worden en die zullen we in 2012 laten ontwikkelen.

FONDSENWERVER

In 2011 hebben we onze samenwerking met de professionele fondsenwerper verder uitgebouwd. De projectplannen zijn geschreven en ingediend bij ongeveer zestig verschillende fondsen. In 2012 hopen we hiervan de eerste resultaten terug te zien.



De website van het Adamas Inloophuis is na bijna 7 jaar aan herziening toe.

7. Therapeuten

Momenteel zijn binnen het Adamas Inloophuis vijftien therapeuten actief, elk met een eigen expertise. Zij zijn gespecialiseerd in bijvoorbeeld psychologie EMDR, psychosomatische fysiotherapie, Gestalttherapie, Hartcoherentie, kindtherapie of arbeidsre-integratie. Zes van hen richten zich op activiteiten in groepsverband en tien op individuele therapie.

THERAPEUTENFOLDERS

Adamas denkt in 'vele wegen naar Rome'. Daarom vinden wij het belangrijk om een breed scala aan therapiemogelijkheden aan onze gasten aan te bieden. Iedere gast heelt immers op een manier die bij hem of haar past. Informatie over het therapeutisch aanbod is te vinden in afzonderlijke therapeutenfolders. In 2012 worden deze folders vernieuwd, in samenwerking met de therapeuten en ons tekst- en vormgevingsbureau.

SAMENWERKING MET VRIJWILLIGERS

Het is belangrijk dat de vrijwilligers van het Adamas Inloophuis goed ingelicht zijn over de expertise van onze therapeuten. Zo kunnen zij de gasten direct naar de juiste therapeut doorverwijzen. Daarom verzorgen de in het inloophuis werkzame therapeuten direct na de vrijwilligersbasistraining een voorlichtingsavond waarop zij zichzelf introduceren. In 2011 hebben we gekozen voor een nieuwe opzet van de voorlichtingsavond en die is door de vrijwilligers zeer gewaardeerd. De in kleinere groepjes ingedeelde vrijwilligers bewerkstelligden meer interactie tussen de vrijwilligers en therapeuten over vraagstukken die hen bezighouden. Tijdens deze bijeenkomst wordt tevens aandacht besteed aan vragen met betrekking tot verzekeringen. In 2012 zetten we deze lijn voort, met als doel niet alleen de nieuwe vrijwilligers, maar ook de bestaande vrijwilligersgroep uit te nodigen voor deze belangrijke informatieavond.

VERSTERKING VAN HET TEAM

Met het toenemende aantal gasten is het ook belangrijk dat we op de hoogte blijven van nieuwe ontwikkelingen op het gebied van psychosociale begeleiding. Zo is in 2011 een Hartcoherentie-therapeut toegevoegd aan het team. Juist om naast de mindfulnessstraining, die in groepsvorm gegeven wordt, een individuele begeleidingstechniek in huis te hebben voor mensen die willen leren om met stressvolle situaties om te gaan. We hopen dit jaar ons team uit te breiden met een maatschappelijk werker.

INZET THERAPEUTEN IN VERDIEPINGSWORKSHOP

In 2011 hebben we tweemaal de meerdaagse verdiepingsworkshop 'De Smaak van Leven' gehouden; een keer specifiek voor mannen en een keer voor vrouwen. Beide groepen hebben de workshop als zeer positief ervaren. De begeleiding van deze workshop is in handen van onze therapeuten. Het primaire doel is om onze gasten te ondersteunen in het (her)vinden van hun eigen kracht op zowel sociaal, mentaal als fysiek niveau. Het secundaire doel is om de variëteit aan therapeutische expertise binnen het inloophuis te verbinden. Dit jaar willen we de workshop verder doorontwikkelen voor de doelgroep kinderen met een zieke ouder. Na evaluatie willen we dit format beschikbaar stellen aan het IPSO, het overkoepelende orgaan van inloophuizen en psychosociale centra.



De meerdaagse workshop De Smaak van Leven werd begeleid door het therapeutenteam van Adamas. Dit bijzondere format willen wij op termijn als best practice beschikbaar stellen aan andere inloophuizen.

8. Bedrijfsprofessionalisering

AUTOMATISERING

In 2011 hebben we een nieuwe digitale mappenstructuur ontwikkeld. In 2012 breiden we deze waar nodig verder uit. Vanwege het groeiend aantal gasten en de wisseling in coördinatorschap, is er een nieuwe pc en laptop beschikbaar.

ADMINISTRATIE

Het structureren van de administratie is, mede door de geweldige inzet van onze vrijwillige administratief medewerkers, goed voortgezet. In 2011 hebben we een systeem ontwikkeld voor de codering van activiteiten en projecten. Deze is gekoppeld aan de financiële administratie. In 2011 heeft deze structurering zijn vruchten al afgeworpen. We zullen dat, mede met het oog op de professionele fondsenwerver die aangetrokken is, verder doorvoeren. We maken op die manier nog beter inzichtelijk welke activiteiten binnen een bepaald project horen en hoe we de bijbehorende kosten op een juiste manier kunnen verantwoorden en inzichtelijk maken.

DATABASE VOOR GASTREGISTRATIE

Vanaf de start van het Adamas Inloophuis registreren we digitaal onze gasten. Vanwege het groeiend aantal bezoekers hebben we in 2011 ervaren dat enkele aanpassingen aan onze database wenselijk zijn. Momenteel wordt daar hard aan gewerkt en we streven ernaar om in de loop van 2012 onze nieuwe database op orde te hebben. Daarin zijn dan zowel gasten, naasten, nabestaanden, vrijwilligers en alle andere betrokkenen geregistreerd. We kunnen dan op een eenvoudige manier de juiste informatie selecteren. Voor de registratie van onze gasten analyseren we in 2012 de werkwijze en passen die aan indien nodig. Uiteraard houden we rekening met de wet- en regelgeving rondom privacy.

INFOTHEEK

In onze infotheek is een indrukwekkende collectie voorlichtingmateriaal beschikbaar, zowel digitaal als op papier. Om deze beter te ontsluiten zijn we in 2011 gestart met het ontwikkelen van een digitaal systeem. De basis hiervoor is inmiddels gelegd. In 2012 gaan we dit verder vormgeven en starten we met het scholen van vrijwilligers om ze te leren omgaan met dit systeem.

PERSONEELSZAKEN

De database die wordt gebruikt voor de gastregistratie zal in 2012 ook gebruikt gaan worden voor de registratie van de gegevens van alle vrijwilligers. Nu wordt er nog teveel met verschillende (Excel)lijsten gewerkt, wat onjuistheden in de hand werkt. Hiertoe zal het nodig zijn om de coördinatoren die hier mee gaan werken één of twee dagdelen hierop in te werken. Vanuit deze database is het mogelijk om groepsmails aan te maken en te versturen. Door allemaal met één systeem te werken zullen onjuistheden steeds meer tot het verleden horen. In de tweede helft van 2012 zal ook onderzocht gaan worden of het mogelijk is om vanuit deze database het rooster voor de gastvrouwen/-heren te maken.

DRAAIBOEKEN

In ontwikkeling is een protocol 'Inwerkprocedure vrijwilligers'. Voor de verschillende activiteiten en evenementen zullen standaard draaiboeken en tijdschema's (voor zover nog niet aanwezig) worden gemaakt.



Om de schat aan informatie in onze infotheek beter te ontsluiten wordt momenteel een digitaal (zoek)systeem geïmplementeerd.



Nieuw Vennep, december 2011

Adamas Inloophuis
Eugenie Prévinaireweg 61
2151 BB Nieuw Vennep

t | 0252 - 680233
e | mail@adamas-inloophuis.nl
i | www.adamas-inloophuis.nl