



# JONG EN KANKER

Lotgenotengroep



STEUN BIJ KANKER

**Benno Jacobs:**

*“De jongerengroep van het Behouden Huys betekende voor mij een plek waar ik mijzelf kon zijn. Waar mensen mij net dat beetje meer begrepen en waar ik terecht kon met mijn vragen. Lieve jonge mensen die hetzelfde meemaken als wat jij meemaakt. Samen praten over ziek zijn, maar ook over hoop, genieten en de toekomst. Het was een hechte, liefdevolle groep waarin er naast de serieuze gesprekken gelukkig ook heel veel gezelligheid was. Ook heb ik er een paar leuke vriendschappen aan overgehouden. Ik heb enorm veel gehad aan de jongerengroep en ik denk er nog regelmatig met veel plezier aan terug.”*



### **Jong en kanker**

Jong en kanker, het past niet bij elkaar. Je bent in de bloei van je leven, maar de kanker werkt je tegen. Je bevindt je opeens in een heel andere wereld dan andere jongeren. Zo kun je lijden onder het verlies van sociale contacten omdat deze niet meer aansluiten. Vaak wil je als je ziek wordt dat je leven zo lang mogelijk normaal blijft. Je wilt niet ziek zijn. Het is bijna taboe om kanker te hebben als je jong bent. Toch moet je met je ziekte zien om te gaan. In de groep leer je erover praten en ermee om te gaan op een manier die bij jou past.

## **SAMEN JE EIGEN WEG VINDEN**

De rode draad in de jongerengroep is het contact met lotgenoten. Juist als je jong bent, kan het contact met leeftijdsgenoten steunend en troostend zijn. Veel jongeren met kanker voelen zich alleen. Ouderen hebben meestal mensen in hun omgeving die ook kanker hebben of hebben gehad. Bij jongeren is dat vaak niet zo. Kanker roept angst, somberheid en depressies op. Het maakt moe en veroorzaakt pijn. Dat zijn gezonde reacties op een ongewone

gebeurtenis. Maar de reacties worden een probleem als deze er niet mogen zijn of als je er tegen gaat vechten. In de groep leer je naast het praten over je gevoelens, nieuwe technieken om de regie over je eigen leven op te pakken. Centraal staat het ontdekken van je eigen hulpbronnen.

**Door wie:** Psycholoog

**Voor wie:** Jongeren met kanker

**Hoe:** Groepsverband

**Hoe vaak:** 8 sessies

### Met kanker kun je leven

Het programma 'Met kanker kun je leven' helpt je om de regie in je leven weer terug te vinden. Na het programma weet je zelf wat je in huis hebt om in je kracht te blijven en met de ziekte om te kunnen gaan.

- Module 1** Kennismaken
- Module 2** Ziekenhuis ervaringen
- Module 3** Genieten
- Module 4** Compassie & Mededogen
- Module 5** Veranderende sociale relaties
- Module 6** Praten met je kanker
- Module 7** De dood
- Module 8** Lichamelijke veranderingen en seksualiteit/intimiteit
- Module 9** Thema's door groep ingebracht n.a.v. doelenformulier
- Module 10** Terugkombijeenkomst

De groepsessies zijn wekelijks en duren 2,5 uur. Vooraf heb je een intakegesprek.

## MEEDOEN?

Wil je meedoen of meer weten? Neem dan contact op met Het Behouden Huys: tel. (050) 406 24 00 of mail naar [info@behoudenhuys.nl](mailto:info@behoudenhuys.nl).

## INFORMATIEAVOND

Het Behouden Huys verzorgt een aantal keren per jaar een (algemene) informatiebijeenkomst over kanker, de gevolgen daarvan en hoe ermee om te kunnen gaan. Cliënten, naasten, verwijzers en andere belangstellenden kunnen zo op een vrijblijvende manier kennismaken met Het Behouden Huys.

Kijk voor data en meer informatie op:

[www.behoudenhuys.nl/informatieavond](http://www.behoudenhuys.nl/informatieavond)



Anna Span:

*“Bij Het Behouden Huys heb ik geleerd om de heftigste periode uit mijn leven te verwerken en heb ik inzichten gekregen waar ik mee verder kan. Het is heel fijn om deel uit te kunnen maken van een groep mensen, waarin je niet alles hoeft uit te leggen en waarin er geluisterd en meegedacht wordt.”*





## HET BEHOUDEN HUYS BIEDT STEUN BIJ KANKER

*Voor (ex-)kankerpatiënten, kinderen, naasten en nabestaanden*

Het Behouden Huys is een psychologisch centrum en biedt psychologische (na)zorg aan mensen met kanker en hun naasten. Je kunt bij ons terecht voor hulp bij de verwerking van de psychische, emotionele, sociale en lichamelijke gevolgen van kanker.

Wij bieden mensen de mogelijkheid op eigen kracht de regie van hun leven te (her)nemen en antwoorden te vinden op vragen waarmee ze door kanker worden geconfronteerd. Na verwijzing door de huisarts of behandeld specialist

is behandeling mogelijk voor iedereen, ongeacht de leeftijd, ziektefase, prognose of het stadium van het ziekteproces.

Ook is er zorgaanbod voor naasten en nabestaanden.

Naast de hoofdvestiging in Haren kunnen cliënten ook terecht op verschillende locaties in Groningen, Friesland en Drenthe.

Meer informatie:

[www.behoudenhuys.nl/dichtbijhuis](http://www.behoudenhuys.nl/dichtbijhuis).

## HELP ONS HELPEN

Wil je ons werk steunen? Kijk dan op [www.behoudenhuys.nl/help-ons](http://www.behoudenhuys.nl/help-ons) voor de diverse mogelijkheden.

Of maak uw gift over op IBAN: NL12 ABNA 0607327626 t.n.v. Stichting Vrienden van Het Behouden Huys. Dankjewel.

## Het Behouden Huys

Rijksstraatweg 363a  
9752 CH Haren

**Telefoon:** (050) 406 2400


**Fax:** (050) 406 2300

**E-mail:** [info@behoudenhuys.nl](mailto:info@behoudenhuys.nl)

[www.behoudenhuys.nl](http://www.behoudenhuys.nl)

 [twitter.com/HetBehoudenHuys](https://twitter.com/HetBehoudenHuys)

 [facebook.com/behoudenhuys](https://facebook.com/behoudenhuys)

 [linkedin.com/company/behoudenhuys](https://linkedin.com/company/behoudenhuys)