

2019

26 januari
Onze allereerste activiteit

☀️ Zondag 27/01/19 ☀️

Ook vandaag ben ik nog aan het NA-genieten van ONZE eerste praatgroep gisteren, weer een mijlpaal erbij!

Een glimlach 😊

En...

Veel enthousiasme: check ✓

Zeker door de vele fijne 👍 en ❤️ en fijne woorden die werden geplaatst op deze 'mijlpaal' post.
MAAR

Daar draait het eigenlijk niet echt om (ook al deden die reacties écht veel deugd)...

Mijn doel was (en is): anderen helpen:

'Ook al is het maar 1 persoon die ik kan helpen, dan is het zeker geslaagd'

Door volgende reacties kan ik écht zeggen: geslaagd!

👤 'Het was een hele leuke ervaring, zeker aan te raden om ook te komen'

👤 'Super jou te ontmoeten'

op naar de volgende praatgroep:

➡️ zaterdag 9 maart 2019!



Groetjes

Peter

Ps: ook benieuwd? Foto van ons lokaal 📍



29 juni
Drankje drinken

Klein maar fijn!

Zo kan je het beste onze samenkomst van gisteren omschrijven.

Een babbeltje doen op het terras van de zomerbar 'Zomergem' in Wijnegem, in de schaduw en in het gezelschap van een drankje, meer moet dat niet zijn! 🍷

Misschien zijn jullie ook benieuwd waarover wij het hebben gehad?

🤔 Uiteraard blijft de inhoud binnen onze groep, wel wil ik jullie enkele onderwerpen delen:

💬 werk/studies

💬 vakantieplannen

💬 opgroeien: alleen wonen, rijbewijs halen, ...

💬 Uiteraard was er ook ruimte voor persoonlijke verhalen en ons gemeenschappelijk thema 'couveuse' kwam ook aan bod.

👉 Diegene die erbij waren hebben ook enkele 'primeurs' te horen gekregen voor de (nabije) toekomst.

Ook goesting gekregen om mee te doen?

✅ Save the date!

👉 Op zaterdag 21 september 2019 staat onze volgende activiteit gepland: praatgroep 'special'

Fijne zomer alvast gewenst, tot snel!

Warme en zonnige groeten ☀️

Peter


Ps: Bedankt dames voor de fijne namiddag 😊





27 juli
Bezoek neonatologie afdeling UZ Leuven


Vandaag stond er een extra EN unieke activiteit op ons programma met ons groepje van Cokoën!

We mochten vandaag een kijkje nemen achter de schermen van de Neonatologieafdeling van het 'grote' UZ Leuven, campus Gasthuisberg.

 Ons verplaatsen naar Leuven verliep iets minder vlot dan op voorhand ingepland door de treinstaking.

 Sinds de aankondiging begin deze week dan maar 'plan B' maar in werking zetten om er toch te geraken: de optie openbaar vervoer is dan maar 'koning auto' geworden. (met veel dank aan mijn zus om chauffeur te zijn 🙏).

 Rond 15.30 uur werden we ontvangen door Anita, verpleegkundige op de afdeling en bestuurslid van het VVOC (Vlaamse Vereniging voor Ouders van Couveusekinderen).

 Eerste volgende een korte inleiding met voorstelling van zichzelf en de werking van de dienst in het algemeen.

Daarna was het onze beurt om ons elk even voor te stellen.

Dan kon de rondleiding 'door deze toch wel speciale en voor de buitenwereld afgeschermd afdeling voor intensieve zorgen voor baby's in het ziekenhuis starten: ik neem jullie graag even mee...

*De afdeling is gebouwd met een speciale architectuur: een centrale desk in het midden met rondom de 1 persoonskamertjes en zelfs enkele iets grotere kamers voor tweelingen!

*In totaal kunnen er 36 patiëntjes terecht verdeeld over 3 cirkels, ook wel 'baaien' genoemd met telkens 12 kamers per 'baai'.

*De ouders en bezoek kunnen het kamertje van hun kleine spruit betreden via een individuele deur in de buitencirkel, de binnendeur is enkel voor de verpleegkundigen.

* Het personeel kan via een binnentrap (een verdieping lager) ook gemakkelijk naar de burelen van de dokters en de pauzeruimte enz.

Verder zijn er vele andere lokalen binnen en in de buurt van de afdeling:

*Bewaarlokaal voor afgekolfd moedermelk, lokaal met vele verschillende kleurrijke, vrolijke kledingstukken en materiaal aangepast aan de prematuren (net een dressing/winkeltje), voorraadkamers medisch en technisch materiaal, enz.

*Net buiten de afdeling bevinden zich 2 'rooming-in kamers', net een hotelkamer, voor de ouders en baby als voorbereiding tijdens de laatste dagen op de afdeling om de overgang naar huis te verkleinen en toch indien nodig de hulp kunnen invoeren van de dienst zelf.

*Jammer genoeg loopt het niet altijd even goed af voor elk heldje hier op de afdeling:

We mochten even het sfeervol ingerichte kamertje voor overleden kindjes bekijken waar ouders en familie in alle privacy afscheid kunnen nemen.

*Ook mochten we (uitzonderlijk!) 2 heldjes even van dichterbij bekijken die in de couveuse lagen.
*Verder is er ook een 'family corner', een plek waar ouders even tot rust kunnen komen, iets eten en drinken enz.

😞 Wist je dat?

- Overdag er 1 verpleegkundige per 3 baby's is en 's nachts 1 per 4 baby's?
- Er ook sommige operaties en onderzoeken (echo, scan) worden gedaan op de afdeling zelf om zo minder stress te geven aan de baby's?
- Ouders zeer veel betrokken worden mee in de dagelijkse zorg?
- Er infomomenten/rondleidingen op voorhand worden georganiseerd voor toekomstige ouders van een prematuren baby?

🕒 2 uur later, rond 17.30 uur, was het bezoek afgelopen en namen we afscheid van elkaar.

✅ Je leest het: een zeer waardevolle dag vandaag zowel voor mezelf als 'mijn' groepje!

😊 Zelf ook nieuwsgierig geworden of er jammer genoeg niet bij kunnen zijn maar toch zin hebben gekregen om eens 'binnen te piepen' na het lezen van het verslagje?

😊 Goed nieuws! Bekijk zeker eens het infofilmpje (helemaal onderaan) op de website van UZ Leuven: www.uzleuven.be/nl/neonatologie/neonatologie

Dankbare groeten

Peter

Ps:

🙏 Dank je wel Anita voor de interessante en enthousiaste rondleiding door jou werkplek!

📷 Een lekker presentje voor zowel Anita als de afdeling zelf kon natuurlijk niet ontbreken.



19 oktober
Bezoek themakamer 'bevalling en geboorte' in WZC Stede Akkers in Hoogstraten

Deze namiddag zijn we samengekomen in WZC Stede Akkers in Hoogstraten.

Een extra, vrij 'last minute' activiteit én enthousiast ideeetje van mezelf na het lezen van een krantenartikel online van begin september 2019. (Dat ik pas vorige week toevallig gelezen heb).

😬 Een woonzorgcentrum en Cokoën, 'waar is de link tussen deze 2', hoor ik je al denken... het antwoord lees je hieronder. 👉

Tot eind oktober hebben ze een 'geboortekamer' ingericht in een vergaderlokaaltje. Dit is een themakamer over 'bevalling en geboorte' waar verschillende zaken zijn tentoongesteld zoals:

- een oude weegschaal
- materiaal om papflessen te steriliseren
- een couveuse uit de jaren '30! 😍
- babybedje
- houten babystoel met telraam
- kinderwagen
- kast met daarin verschillende kleinere voorwerpen zoals: doopsuikerdoosjes, kraamcadeautjes om uit te delen, informatieve boekjes, product voor het reinigen van de navelstreng, oude documenten en stempels, fopspenen, ...
- babywieg
- een Leuvense stoof (waar vroeger de baby's werden onder gelegd in een (schoen) doos om ze zo warm te houden)
- oude geboortekaartjes
- kaft met oude foto's en info o.a. over het vroegere 'moederhuis' Sint-Anna in Hoogstraten
- ...

😬 Wist je dat: baby's vroeger in de couveuse warmte kregen door in het vak onderaan een ijzeren fles met warm water te leggen?

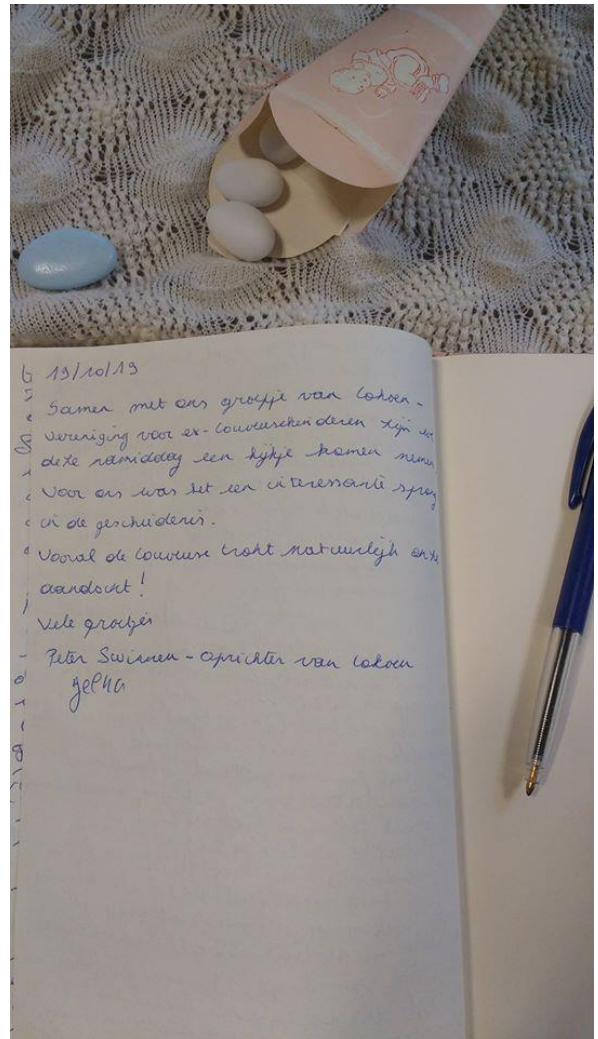
💛 Onder andere Het Stedelijk Museum, de heemkundige kring Rijkevorsel en Museum Vergane Glorie in Baarle-Hertog zorgden mee voor de inhoud van de kamer door items in bruikleen te geven.

👤 Een sprong terug in de tijd en in de geschiedenis. De moeite waard dus voor een bezoekje van ons!

✍️ Uiteraard schreven we nog iets in het 'gastenboek' die in de themakamer lag.

🍷 We sloten de namiddag af met een drankje in de cafetaria.

Peter 💜



30 november
Deelname WarmUZA

👉 WarmUZA 👉

Samen gaan we voor een warme actie!

Ook wij hebben er deze voormiddag een sportief moment van gemaakt en hebben enkele rondjes gewandeld ten voordele van de afdeling kindergeneeskunde van het UZA-ziekenhuis in Edegem.

De weergoden waren ons zeer goedgezind: droog maar fris weer, maar door de warme zonnestralen ☀️ werd je opnieuw opgewarmd om nog een rondje af te leggen.

Ook het gevarieerde en unieke parcours (in en rond het ziekenhuis) en de met krijt aangebrachte aanmoedigingen én het gezelschap maakte het aangenaam wandelen.

🏆 Benieuwd naar onze sportieve prestatie?

In totaal hebben we 4 km afgelegd, want elk rondje was ongeveer 1 km lang.

✅ Na onze sportieve prestatie hebben we nog een drankje gedronken en even de verschillende infostandjes met initiatieven bezocht en waar kon heb ik ook even Cokoen voorgesteld.

😊 Als lid van ons Cokoen-team had ik ook nog een batch voorzien met ons logo erop, want een beetje extra zichtbaarheid is altijd goed hé. 😊

Sportieve groeten

Peter

#WarmUZA

