

2024

17 februari  
Zoete namiddag in Antwerpen

📖 Verslagje: zoete namiddag in Antwerpen

Deze zonnige zaterdagmiddag heb ik samen met Cokoen-lid Barbara in Antwerpen doorgebracht.

We hebben deelgenomen aan de 'Chocolade- & Pateekesweek', een evenement waar je bij verschillende handelszaken iets lekkers kan krijgen in ruil voor een coupon.

Ik stipelde hiervoor een stadswandeling uit om zo van 10 items te kunnen smullen. 😊

Onderweg van de ene naar de andere plek was er tijd om de vorige zoetheid een beetje te laten zakken en natuurlijk ook om een praatje te maken over het verleden, heden en de toekomstige plannen van ons beiden.

Het was fijn om elkaar na langere tijd opnieuw nog eens te mogen ontmoeten. 😊

Met een voldaan gevoel, van een volle maag én een geslaagde activiteit, keerden we beiden terug huiswaarts. 🙏





22 juni  
Bezoek Neonatologie UZA

📖 Verslagje: Bezoek Neonatologie UZA 📖

Deze namiddag stond er een bijzondere activiteit op het programma, want we mochten een bezoekje brengen aan de dienst Neonatologie van het Universitair Ziekenhuis Antwerpen (UZA) in Edegem.

Er waren 7 deelnemers, waarvan er 3 voor de eerste keer een Cokoën-activiteit meededen. Enkele leden waren in het UZA zelf geboren, hun eigen premature baby had er gelegen of ook iemand dit bezoek zeker niet wou missen en doorkruiste het land er zelfs voor. 😲

We werden op de dienst ontvangen door het diensthoofd Prof. dr Twan Mulder met een belegd broodje en een drankje.

Nadien was het tijd om een voorstellingsronde te doen om elkaar zo beter te leren kennen. Het delen van de verhalen gaf herkenning en erkenning over bepaalde raakpunten van je eigen couveusestart, zowel bij mij als de andere leden. Er was ook ruimte om vragen te stellen aan Prof. Mulder.

Nadien was het tijd om een rondje te maken op de afdeling, waar elke baby een eigen kamer heeft. In een lege kamer werd de werking van een couveuse en de apparatuur uitgelegd.

We bezochten een verdieping hoger ook een speciale kamer in het bevallingskwartier waar premature baby's de eerste zorgen krijgen in een 'opvangcouveuse', deze ruimte geeft toegang tot zowel een kamer voor natuurlijke bevallingen alsook een naastgelegen kamer waar keizersneden konden uitgevoerd worden.

Terug op de afdeling waren er 3 baby's en hun ouders waar we in kleine groepjes even een bezoekje aan mochten brengen.

Tot slot kwam Dr. Laroche, kliniekhoud van de dienst, er ook even bijzitten om kennis te maken en te luisteren naar onze verhalen, vragen, ervaringen, ...

Zo kwam er sterk naar boven dat prematuren niet enkel zichtbare maar ook onzichtbare restletsels meedragen die soms moeilijker te begrijpen en aanvaarden zijn door anderen. Enkel voorbeelden waren: trager zijn met taken op je werk, structuur is belangrijk, snel overprikkeld zijn, niet meekunnen als kind op school met leeftijdsgenootjes, ... Dit zorgde voor ernstige gesprekken en stof tot nadenken met ideeën en noden voor de toekomst.

Ik had ook een doosje Merci chocolaatjes bij voor Prof. dr Mulder als bedanking en ook een doos koekjes om in de ouderlounge te zetten om zo de ouders te steunen.



Uiteraard kon een groepsfoto niet ontbreken (met dank aan een deelnemer om deze te nemen) 📷

Bedankt aan iedereen om erbij te zijn vandaag! 💜








28 september  
Couv-Café Nederland

 Verslagje: Couv-Café Nederland 

Deze namiddag trokken Cokoën-lid Barbara en ikzelf naar onze Noorderburen in Nederland, naar het dorp Ulvenhout (nabij Breda), om aan te sluiten bij het Couv-Café, een activiteit om andere ex-couveusekinderen te ontmoeten.

In totaal waren we met 10 aanwezigen, een mooie mix tussen jongvolwassenen en volwassenen. De ontvangst was hartelijk en de drankjes, snoepjes, o.a. beschuit met paarse muisjes stonden klaar.



Na een korte inleiding door begeleidster Ingeborg-Anna en enkele groepsafspraken, werden er ook symbolisch enkele kaarsjes  aangestoken om zo andere ex-couveusekinderen er zo toch een beetje bij te hebben vandaag.  

Daarna was het tijd om een voorstellingsronde te starten, waarbij iedereen de tijd en ruimte kreeg om zich voor te stellen en te vertellen over zijn/haar couveusestart.

Er was ook veel (h)erkenning dat zorgde ervoor dat je een vraag of herkenningspunt ook meteen kon delen met de groep en/of het verhaal werd gesterkt/verduidelijkt door een van de begeleiders.

Ook al is elk verhaal persoonlijk en uniek, toch waren er wel wat gemeenschappelijke zaken die vaak werden bevestigd zoals bv: “we zijn vechters, vanaf minuut 1 van ons leven”.

Maar ook: het verblijf in de couveuse, kan ook nu (onbewust) nog invloed hebben op ons dagelijks leven door bepaalde geluiden en ‘triggers’,... die je kan terugkoppelen naar vroeger.

Er werd op het einde ook nog een groepsfoto gemaakt en iedereen kreeg als aandenken een kaarsje van het Couv-Café mee naar huis.

Bedankt aan iedereen voor het samenzijn! 

