

# Buddyhuis

*Een luisterend oor of een goed gesprek met een buddy over kanker*



Wie de diagnose kanker krijgt, kan overspoeld raken door gevoelens van angst en onzekerheid. Hoe verwerk je de diagnose, wat staat je te wachten en hoe ga je om met de gevolgen van een behandeling? Contact met een ervaringsdeskundige of lotgenoot kan dan heel waardevol zijn. In samenwerking met het St. Antonius Kankercentrum is daarom het Buddyhuis opgericht.

## **Je eigen buddy**

Bij het Buddyhuis kunnen patiënten hun vragen en zorgen over kanker bespreken met een ervaringsdeskundige. Dit is een patiënt die ooit eens dezelfde diagnose kreeg, een behandeling heeft ondergaan en de ziekte heeft verwerkt. Wij noemen dit een buddy. Een buddy begrijpt u vaak beter dan wie dan ook. Het contact kan gaan van een appje, belletje tot ontmoeting.

## **Antonius Lounge**

Op de eerste verdieping van het St. Antonius Ziekenhuis in Utrecht bevindt zich speciaal voor alle oncologiepatiënten een fijne ruimte: de Antonius Lounge. Een ruimte midden in het ziekenhuis, maar toch even weg uit de ziekenhuissfeer. U kunt hier andere patiënten in huiselijke sfeer ontmoeten, iets warmes drinken, opgevangen worden na een emotioneel gesprek of in alle rust wachten op een spannende uitslag. De ruimte is 24 uur per dag toegankelijk.

## **Wandelgroep**

Naar buiten gaan is altijd goed. In de wandelgroep van het Buddyhuis zitten (ex-)kankerpatiënten. Heeft u ook zin om naar buiten te gaan en in beweging te komen, maar niet alleen? Wandel dan mee met ons. We lopen maximaal een uurtje in een tempo dat voor iedereen geschikt is en daarna drinken we nog iets. De wandelingen starten wekelijks bij de hoofdingang van het Maximapark in Utrecht. Vooraf aanmelden is gewenst. Kijk voor de wandeldagen en -tijden op [www.buddyhuis.nl](http://www.buddyhuis.nl).

## **Buddyhuis app voor borstkankerpatiënten**

Vindt u contact zoeken met lotgenoten lastig, maar heeft u er wel behoefte aan? Via de Buddyhuis app kunt u op een laagdrempelige manier lotgenoten ontmoeten. Met de app worden buddy's individueel of in groepsverband aan elkaar gekoppeld om met elkaar te chatten. Dit is in een veilige omgeving, zonder dat u verplicht bent uw persoonlijke gegevens zoals telefoonnummer uit te wisselen. De app 'Digitale Buddyhuis' is te downloaden via de App stores van Apple of Android.

## **Informatieve webinars**

Regelmatig worden er diverse informatieve webinars georganiseerd voor patiënten en naasten. Dit doen wij in samenwerking met onze verpleegkundig specialisten. Op de website van het St. Antonius Ziekenhuis vindt u de data en onderwerpen ([www.antoniusziekenhuis.nl/specialismen/kankercentrum/activiteiten-van-buddyhuis](http://www.antoniusziekenhuis.nl/specialismen/kankercentrum/activiteiten-van-buddyhuis)).

## **Contactgegevens**

Wilt u meer informatie? Neem dan contact met ons op via 088 320 64 90 of 06 527 435 50 (ook voor WhatsApp), mail naar [buddyhuis@antoniusziekenhuis.nl](mailto:buddyhuis@antoniusziekenhuis.nl) of kijk op [www.buddyhuis.nl](http://www.buddyhuis.nl).

Donatie aan het Buddyhuis?

Scan de QR-code.

