

## **Mammarosa extern jaaroverzicht 2007**

Mammarosa heeft tot doel het geven van voorlichting aan allochtone vrouwen en het bevorderen van de communicatie onder allochtone vrouwen rond het thema borstkanker.

Zij richt zich rechtstreeks tot allochtone vrouwen en hun families en tevens tot hulpverleners en voorlichters.

Mammarosa bereikt deze doelstelling door:

- Informatievoorziening via de website [www.mammarosa.nl](http://www.mammarosa.nl)
- Het organiseren van lotgenotencontact (1 op 1, in duo's en in groepen)
- Het geven van voorlichting aan de doelgroepen
- Het stimuleren van vrijwilligers en het organiseren van deze vrijwilligers in netwerken
- Het begeleiden van allochtone vrouwen met borstkanker door empowerment
- Het houden van een Mammarosa-spreekuur in de Haagse Schilderswijk

### Website

In 2007 is de website verder ontwikkeld met het onderwerp: Bevolkingsonderzoek Borstkanker (BoB) in nauwe samenwerking met BoB-West te Leiden en enkele artsen. Er is gekozen voor een hoorspelvorm; 2 buurvrouwen gaan samen naar de screening. Ze spreken samen Nederlands. De inleiding en de verbindende teksten zijn zowel gesproken als schriftelijk in, 12 talen op de site geplaatst. Stichting Mammarosa is zeer dankbaar voor de gift die bijeen is gebracht bij het afscheid van één van haar bestuursleden bij Capgemini, die de verdere ontwikkeling van dit onderwerp heeft mogelijk gemaakt en met de prijs van Vrouw en Kanker.

Tevens is een onderdeel 'Materiaal' geplaatst waar bezoekers informatie en lesmateriaal kunnen downloaden en films kunnen openen. En onder 'Nieuws' vindt men tegenwoordig ook fotoreportages. Tenslotte zijn we begonnen met het voorbereiden van de volgende twee onderwerpen: Borstkanker, wat nu? en Wat is Borstkanker?

De website is voor thuisgebruik en voor voorlichtingsbijeenkomsten. Huisartsen, hun assistenten en andere hulpverleners kunnen de Mammarosa-website gebruiken voor doeltreffende voorlichting over borstkanker aan gezonde allochtone vrouwen (preventie) en aan allochtone borstkankerpatiënten om de site van Mammarosa te introduceren.

### Lotgenotencontact

Mammarosa heeft in 2007 met 32 lotgenoten contact gehad, soms intensief, soms incidenteel – afhankelijk van de behoefte van de patiënt en haar familie. Deze contacten zijn meestal individueel, soms in duo's door lotgenoten die inmiddels zelf patiënten begeleiden in de eigen taal, gecoacht door Lide van der Vegt. Het gaat hier om huisbezoeken, telefoongesprekken en emailcontacten. Groepscontact vindt voornamelijk plaats in Inloophuis Haaglanden, waar Mammarosa graag aansluit bij de themabijeenkomsten, georganiseerd door de BVN. In oktober is gestart met een wekelijks Mammarosa-spreekuur in gezondheidscentrum De Rubenshoek – heel prettig om op een herkenbare centrale plek in de Schilderswijk/Transvaal een inloopspreekuur te hebben, waar mensen wekelijks terecht kunnen met hun vragen, voor tips en voor een gesprek met een lotgenoot. Bovendien kan bijna drempelloos worden verwezen naar ondersteunende activiteiten.

### Empowerment

De ondersteuning van de allochtone borstkankerpatiënten en hun familie is gericht op versterking en betere zelfredzaamheid tijdens de behandelings- en herstelperiode. Iedere patiënt krijgt maatwerk in haar situatie en wordt gewezen op mogelijkheden van bijvoorbeeld training, prothesevoorlichting, huidtherapie, thuiszorg. Zelfmanagement is erg belangrijk. Daarom wordt het werken met een agenda sterk aangeraden en aangeleerd. Ook worden de patiënten ondersteund bij het ordenen van hun medische papieren en noteren van belangrijke telefoonnummers en adressen. Daarnaast worden de patiënten gestimuleerd om hun eigen netwerk te activeren.

### Voorlichtingsbijeenkomsten

In 2007 zijn door Mammarosa 24 voorlichtingen verzorgd voor 584 vrouwen in Den Haag, Amsterdam, Veenendaal en Hogeveen. Tevens zijn 4 korte workshops gegeven om vrouwen toe te leiden naar de Mammarosa-website. Bij een voorlichting leren vrouwen, na een verhandeling over borstkanker en hoe vaak het voorkomt, zelf onderzoek te doen en vanaf hun 50<sup>e</sup> op te komen voor de screening. Bij een goed aanspreekbare en geschoolde groep kunnen ook het ziektebeloop en de behandelings- en ondersteuningsmogelijkheden worden besproken.

### Vrijwilligers

Intussen zijn er veel gewaardeerde vrijwilligers actief bij Mammarosa. Dit zijn patiënten, naasten en andere geïnteresseerden die uiteenlopende taken vervullen; het adressenbestand in een computersysteem verwerken, vertalen, inspreken, materiaal bijhouden en bestellen, voorlichting geven, patiënten begeleiden en bestuurswerk doen. De ontwikkeling van een consistent vrijwilligersbeleid is eind 2007 ter hand genomen. In 2008 zal dit door het Bestuur van Stichting Mammarosa worden bekrachtigd.

### PR en standwerk

Het blijft belangrijk om de activiteiten van Mammarosa onder de aandacht te brengen. Daarom besteedt Mammarosa veel tijd aan het bezoeken van symposia en congressen. Hier kan vaak een stand ingericht worden met materiaal en producten, die aan de bezoekers kunnen worden getoond en meegegeven. Het bezoek aan de Mammarosa-website neemt nog steeds toe. Niet alleen in Nederland maar ook ver daarbuiten. Dit wordt voortdurend bijgehouden en geanalyseerd. De reacties zijn heel positief.

**Mammarosa [t] 06 24 59 55 52 [e] [info@mammarosa.nl](mailto:info@mammarosa.nl) [w] [www.mammarosa.nl](http://www.mammarosa.nl)**

18.03.08