

Sepsis en daarna biedt ervarings- deskundige begeleiding en voorlichting

Sepsis (zoals bijv. bloedvergiftiging) is een ingrijpende aandoening. Het herstel kan veelomvattend zijn.

Al of niet met een Intensive Care-opname, kan het je lijf en leven flink ontwrichten.

De gevolgen van sepsis zijn echter onder het publiek en vaak ook onder professionals onbekend, waardoor je je behoorlijk alleen kunt voelen met je klachten. Dát wil Sepsis en daarna doorbreken. Met ervaringsdeskundige en actuele informatie, erkenning, en adviezen die het verschil maken.

Locatie en kosten

De workshop wordt gegeven in een zaal op de begane grond. De locatie in Elst is geheel rolstoel-toegankelijk.

Beide locaties (Den Haag en Elst) zijn goed bereikbaar met OV of auto.

Datum/plaats workshop: zie [website](#)

(in principe in februari, juni en november)

Tijd: 13.15 u tot 16.30 uur (in Elst)

Tijd: 10.15 u tot 13.15 uur (in Den Haag)

Kosten: 60 euro, voor een meekomende naaste 30 euro, BTW-vrij
(incl. materialen, koffie, thee en toebehoren),

Na afloop van de bijeenkomst zal er ook nog gelegenheid zijn om na te praten.

Contact opnemen

Sepsis en daarna

Postadres: Taco Scheltemastraat 18
2597 CP Den Haag

Tel: 06-41271004

Mail: nutma@sepsis-en-daarna.nl

Kvk nummer: 56090838

Bankrekening: NL89ASNB0708399193
t.n.v.: Mevr. I. Nutma-Bade

SEPSIS EN DAARNA

Workshop

HERSTELLEN NA SEPSIS

Loopt u na uw sepsis vaak tegen vermoeidheid aan, een slechte weerstand, of een gebrek aan energie? Voelt u zich hierin niet altijd begrepen en kunt u wel wat tips gebruiken? En/of wilt u wel eens wat lotgenoten ontmoeten? Dan is deze workshop iets voor u.

OVER DE WORKSHOP

Aan de hand van een krachtige en informatieve presentatie wordt u om te beginnen heel veel actuele informatie aangereikt over sepsis en haar gevolgen. Het zal u meer inzicht geven in uw klachten en hoe u(w lijf) reageert.

Uitwisseling

Verder bespreken we met elkaar thema's als 'gebrek aan energie', 'slechte weerstand', 'moeite met concentreren en multi-tasks', 'tegen je grenzen aanlopen', etc. Het uitwisselen, en over en weer leren van elkaar staan hierin voorop.

Praktische tips toepassen

Het laatste, niet het minste is: wat kan helpend zijn? Hoe krijg ik weer wat meer grip op mijn lijf en leven? En wat voor keuzes kan ik daarin maken? In dit kader besteden we aandacht aan hele praktische handreikingen, waaronder de natuurgeneeskunde en andere mogelijkheden. U gaat het zelfs ervaren.....

Wat kunt u van mij verwachten?

Als ervaringsdeskundige ken ik goed 'de kleine en grote hobbels' van het herstel. Daarnaast ben ik oud-verpleegkundige en auteur van de boeken [Septische shock](#) en [Sepsis en daarna](#). Ik deed uitgebreide literatuurresearch naar de behandeling en de gevolgen van sepsis.

Verder heb ik de Stichting FCIC helpen opbouwen die zich o.a. inzet voor (goede nazorg aan) IC-patiënten. Ik beschik over een certificaat counseling (van de CIVAS).



Idelette Nutma

“Een sepsis is een klap op je systeem maar ook een wending in je leven.”

- uitspraak ex-patiënt

Verdere bijzonderheden

In maart 2012 en oktober 2015 werkte ik mee aan het programma Kruispunt. Regelmatig geef ik lezingen in het land. Daarnaast onderhoud ik een groot netwerk, maak ik deel uit van de European Sepsis Alliance en zet ik mij in voor een goede belangenbehartiging van sepsis patiënten en -naasten.

Ook adviseer ik bij projecten en ben ik betrokken geweest bij de ontwikkeling van de Balans-training voor ex-IC-patiënten, samen met Hanneke Oonk, gezondheidszorgcoach. Voorts bracht ik in 2013, samen met ex-IC-patiënt Rob Bruntink de website www.opeenicliggen.nl in de lucht, inmiddels overgegaan in www.icconnect.nl.