



azGlorieux

ZVB | TOTAALZORG | VLAAMSE ARDENNEN



FYSISCHE GENEESKUNDE - REVALIDATIE

Oncorevalidatie

Kanker is een ingrijpende ziekte waarvoor vaak een zware behandeling nodig is. Vaak kampen patiënten nadien met psychische, sociale en/of lichamelijke problemen zoals pijnlijke gewrichten, verminderde conditie, aanhoudende vermoeidheid, stress, angst, problemen met intimiteit, ... Dit kan een grote invloed hebben op de levenskwaliteit en welzijn.

Daarom willen wij jou verder **ondersteunen in de periode na uw behandeling.**

HET ONCOLOGISCH REVALIDATIE-PROGRAMMA

Vanuit de samenwerking tussen de oncologen, het algemeen dagziekenhuis en het locomotorisch revalidatiecentrum stellen we jou graag **het oncologisch revalidatieprogramma** voor dat de bedoeling heeft om het welzijn en functioneren na een kankerbehandeling te verbeteren.

Dit programma **duurt 12 weken** en bestaat uit **bewegingssessies en themasessies** rond informatie. Door een inschrijving engageer je jou voor het volledige programma.

BEWEGINGSSESSIE

Een kankerbehandeling heeft een grote invloed op het lichaam. Onderzoek wijst uit dat aangepaste fysieke activiteit bijdraagt tot het verbeteren van het psychisch welbevinden, zorgt voor een betere fysieke fitheid en voor minder vermoeidheid.

Tijdens de bewegingsessie werk je aan jouw conditie, kracht en fitheid door middel van activiteiten in **kleine groepen.**

Elke deelnemer krijgt een **persoonlijk aangepast oefenschema**.

Naast de conditietraining zullen door kinesitherapeut en ergotherapeut ook regelmatig andere bewegingsactiviteiten georganiseerd worden. Ergonomiesessies, tai chi, relaxatie, ... komen daar aan bod.

Voor de bepaling van de intensiteit, maken wij gebruik van enkele **gestandaardiseerde testen**, zodat wij de belasting kunnen monitoren. Nadien wordt ook de **evolutie** in kaart gebracht.

THEMASESSIES

Het doormaken van kanker kan jouw leven op vele domeinen beïnvloeden. Met **zes groepsbijeenkomsten** ondersteunen we jou bij het verwerken van de ziekte en het verhogen van jouw welzijn.

We bieden **informatie en tips** rond thema's die belangrijk zijn na jouw behandeling, met als doel terug de draad van het dagelijks leven te kunnen opnemen.

Deze groepsbijeenkomsten duren **45 minuten** en sluiten aan op een bewegingssessie. Er is steeds ruimte voor eigen inbreng en vragen, een groepsgesprek en contact met lotgenoten.

De volgende **zes thema's** komen aan bod, telkens gegeven door een **gespecialiseerd gastspreker**:

- Beweging en vermoeidheid
- Voeding
- Sociale en financiële aspecten / werkhervatting
- Intimiteit, seksualiteit, lichaamsbeeld
- Communicatie rond kanker
- Angst en kanker

PRAKTISCH

Plaats: AZ Glorieux

Duur: 24 bewegingssessies
6 themasessies

Frequentie: 2x /week op dinsdag en
donderdag 13u

Periode: 3x / jaar mogelijkheid tot
inschrijven: januari –
april – september

Kledij: sportieve kledij te voorzien

Kostprijs: kosteloos voor patiënt
ook parkeerticket wordt vergoed

FIT2MOVE

Wens je na jouw behandeling deel te nemen aan het Fit 2 Move – programma? Bespreek dit dan eerst met jouw oncoloog.

Toestemming medisch oncoloog of huisarts



**Consultatie revalidatiearts + motivatiegesprek
met oncopsycholoog**



Conditietest



Start Fit2Move



NUTTIGE CONTACTEN

ARTSEN FYSISCHE GENEESKUNDE – REVALIDATIE

Dr. L. Huyghebaert
Dr. L. Van Brabander
Dr. R. Verjans
Dr. C. Ackerman

ONCOPSYCHOLOOG

Tine Verdonckt – 055 23 33 28

ONCOCOACH

Hilde Dhaenens – 055 23 64 87

AFSPRAKEN VIA SECRETARIAAT

055 23 60 44 of 055 23 36 52
secretariaat.revalidatie@azglorieux.be

Aanvullende informatie vind je op www.azglorieux.be.

VZW WERKEN GLORIEUX | AZ GLORIEUX

Glorieuxlaan 55, 9600 Ronse • T +32 55 23 30 11
info@azglorieux.be • www.azglorieux.be
0424.380.938 • RPR Gent, afd. Oudenaarde

