



CH Glorieux

ZVB | SOINS INTÉGRÉS | PAYS DES COLLINES



MÉDECINE PHYSIQUE - REVALIDATION

Revalidation oncologique

Pendant la séance d'exercice, vous travaillez votre condition, votre force et votre forme physique par le biais d'activités **en petits groupes**. Chaque participant recevra un **programme d'exercices personnalisé**. Outre l'entraînement physique, d'autres activités de mouvement seront régulièrement organisées par le kinésithérapeute et l'ergothérapeute. Des séances d'ergonomie, de tai-chi, de relaxation,... y sont abordées.

Pour déterminer l'intensité, nous utilisons certains **tests standardisés** pour contrôler la charge. Par la suite, **l'évolution** est également tracée.

SESSIONS THÉMATIQUES

Traverser un cancer peut affecter votre vie dans de nombreux domaines. Grâce à **six réunions de groupe**, nous vous aidons à faire face à la maladie et à accroître votre bien-être.

Nous vous proposons **des informations et des conseils** sur des sujets importants après votre traitement, dans le but de vous aider à retrouver votre vie quotidienne.

Ces réunions de groupe durent **45 minutes** et suivent une séance de mouvement. Vous avez toujours la possibilité d'apporter votre contribution et de poser des questions, de participer à une discussion de groupe et d'entrer en contact avec d'autres personnes souffrant de la maladie.

Les **six thèmes** suivants sont abordés, chaque fois par un **conférencier spécialisé** :

- Mouvement et fatigue
- L'alimentation
- Aspects sociaux et financiers/retour au travail
- Intimité, sexualité, image corporelle
- Communication sur le cancer
- Anxiété et cancer

PRATIQUE

Lieu : AZ Glorieux

Durée : 24 séances de mouvement sessions
6 sessions thématiques

Fréquence : 2x / semaine, mardi et jeudi à 13h

Période : possibilité d'inscription 3x / an :
janvier / avril / septembre

Vêtements : vêtements de sport à prévoir

CE QUI PRÉCÈDE

Souhaitez-vous participer au programme Fit 2 Move après votre traitement ? Si oui, veuillez en discuter d'abord avec votre oncologue.

Consentement médical de l'oncologue ou de votre médecin généraliste



Consultation chez le médecin de réadaption + entretien de motivation chez l'oncopsychologue



Test d'effort



Start Fit2Move

Le cancer est une maladie sévère pour laquelle il existe un traitement souvent très lourd. Par la suite, les patients sont souvent confrontés à des problèmes psychologiques, sociaux et/ou physiques tels que des articulations douloureuses, une baisse de forme, une fatigue persistante, du stress, de l'anxiété, des problèmes d'intimité, etc. Cela peut avoir un impact majeur sur la qualité de vie et le bien-être.

C'est pourquoi nous voulons continuer **à vous soutenir pendant la période qui suit votre traitement.**

LE PROGRAMME DE READAPTATION ONCOLOGIQUE

Fruit de la collaboration entre les oncologues, l'hôpital général de jour et le centre de rééducation locomotrice, nous avons le plaisir de vous présenter **le programme de rééducation en oncologie**, qui vise à améliorer le bien-être et le fonctionnement après le traitement du cancer.

Ce programme **dure 12 semaines** et se compose de **séances d'exercices et de séances à thème** autour de l'information. En vous inscrivant, vous vous engagez à suivre le programme complet.

ACTIVITÉS PHYSIQUES

Le traitement du cancer a un impact important sur l'organisme. Les recherches montrent qu'une activité physique adaptée contribue à améliorer le bien-être psychologique, à améliorer la condition physique et à réduire la fatigue.



CONTACT PRATIQUES

MÉDECINE PHYSIQUE - REVALIDATION

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

ONCOPSYCHOLOGUE

Tine Verdonckt – 055 23 33 28

ONCOCOACH

Hilde Dhaenens – 055 23 64 87

RENDEZ-VOUS VIA LE SECRÉTARIAT

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

Des informations supplémentaires sont disponibles sur le site www.chglorieux.be.

ASBL WERKEN GLORIEUX | CH GLORIEUX

Avenue Glorieux 55, 9600 Renaix • T +32 55 23 30 11
info@azglorieux.be • www.chglorieux.be
0424.380.938 • RPM Gand, dép. Audenarde