



## Informatieve en interactieve sessies voor mensen met kanker en hun naasten

i n f o r m a t i e   v o o r   p a t i ë n t e n

INLEIDING	3
PRAKTISCHE INFORMATIE EN INSCHRIJVEN	4
OVERZICHT VAN DE INFORMATIEVE EN INTERACTIEVE SESSIES	8
INSCHRIJVINGSFORMULIER	25

Een diagnose van kanker brengt heel wat vragen, onzekerheden en zorgen met zich mee. Zo vragen veel mensen zich af hoe ze kunnen omgaan met die slopende vermoeidheid, of hoe ze met anderen kunnen spreken over wat ze doormaken. Deze en andere vragen leven misschien ook bij u en bij uw naasten.

Daarom biedt het Leuvens kankerinstituut (LKI) over tal van deze thema's 'informatieve en interactieve sessies' aan voor mensen met kanker en hun naasten. Tijdens sommige van die momenten zal u van zorgverleners vooral meer informatie en 'handvaten' aangereikt krijgen. Bij andere momenten is er de mogelijkheid om, onder begeleiding van een zorgverlener, met medepatiënten ervaringen en gedachten over deze thema's uit te wisselen. Aan het eind van elke sessie is er de gelegenheid om na te praten met de andere deelnemers en met onze vaste vrijwilligers.

De LKI-sessies vinden op geregelde tijdstippen plaats.

Voor info, data en inschrijvingen kunt u terecht op [www.uzleuven.be/lki/infosessies](http://www.uzleuven.be/lki/infosessies). Gebruikt u geen internet, dan kunt u de kalender vragen aan uw zorgverleners of kunt u de data vinden op de posters in het ziekenhuis.

Aarzel zeker niet om uw eigen vragen en bezorgdheden rond deze thema's alvast met uw zorgverleners in het ziekenhuis te bespreken! We vinden het belangrijk u hierbij te kunnen helpen.

# PRAKTISCHE INFORMATIE EN INSCHRIJVEN

## VOOR WIE?

De informatieve en interactieve sessies zijn bedoeld voor mensen met kanker die in UZ Leuven behandeld of opgevolgd worden, en/of hun naasten. Per thema is duidelijk aangegeven voor wie de LKI-sessie bedoeld is, voor wie de sessie een meerwaarde kan betekenen.

Het aantal deelnemers per sessie is begrensd. Uw inschrijving is daarom pas definitief na bevestiging.

## DOOR WIE?

De momenten worden geleid door professionele zorgverleners van het Leuvens kankerinstituut. Behalve de professionele zorgverleners zijn bij de meeste sessies ook één of twee vrijwilligers van UZ Leuven aanwezig. Zij staan in voor het onthaal en zijn aanwezig tijdens de sessies om vragen en problemen mee op te vangen. We benadrukken graag dat aanwezige zorgverleners en vrijwilligers vertrouwelijk omgaan met alle informatie en ervaringen die u tijdens een sessie deelt.



## WAAR?

Alle informatie- en ontmoetingsmomenten vinden plaats in UZ Leuven campus Gasthuisberg. De zaal waar de sessie plaatsvindt staat aangeduid in de bijgevoegde kalender. De onthaalmedewerkers in de ontvangsthuis van het ziekenhuis zijn op de hoogte en kunnen u zeker naar de juiste locatie verwijzen.



Komt u met de wagen, dan kunt u parkeren op één van de bezoekersparkings van het ziekenhuis. Maakt u in het kader van uw behandeling gebruik van parking 7, dan vragen we u graag om voor deze sessies de 'gewone' bezoekersparkings te gebruiken. Op die manier blijft parking 7 voorbehouden voor de patiënten van het dagcentrum.

## HOE INSCHRIJVEN?

Deelname aan een sessie is **gratis**, maar inschrijven is wel **verplicht**. Inschrijven kan op één van volgende manieren:

- ✗ Via de **website** [www.uzleuven.be/lki/infosessies](http://www.uzleuven.be/lki/infosessies).
- ✗ Door een **e-mail** te sturen naar [infosessies.lki@uzleuven.be](mailto:infosessies.lki@uzleuven.be) (Vermeld zeker uw naam en telefoonnummer, en de titel en datum van de sessie die u wenst bij te wonen. Vermeld ook of u alleen komt of met een naaste.)
- ✗ Per **telefoon** op 016 34 34 73, alleen op dinsdagen tussen 14 en 16 uur en op vrijdag tussen 10 en 12 uur.
- ✗ Met de **invulstrook** op het eind van deze brochure. U kunt de invulstrook per post opsturen of in het ziekenhuis aan uw verpleegkundige bezorgen.

**Uw inschrijving is pas definitief na bevestiging.**

### Bijkomende aandachtspunten

- X Bij de inschrijving vragen we steeds uw contactgegevens, zodat we u bij een gewijzigde planning of locatie tijdig kunnen bereiken. Ook bij onvoldoende deelnemers kan de planning worden aangepast. Uiteraard streven we ernaar de LKI-sessies te laten doorgaan zoals gepland.
- X Bent u ingeschreven, maar kunt u uiteindelijk toch niet deelnemen, gelieve dan te verwittigen met een e-mail naar [infosessies.lki@uzleuven.be](mailto:infosessies.lki@uzleuven.be) of telefonisch op 016 34 34 73, op dinsdag tussen 14 en 16 uur en op vrijdag tussen 10 en 12 uur. Ook even voor en tijdens de sessies zelf wordt de telefoon beantwoord.
- X Valt de sessie op een datum waarop u in het ziekenhuis wordt verwacht, dan vragen wij u met de verpleegkundige of arts van de eenheid of het dagcentrum te bespreken of het mogelijk is de LKI-sessie bij te wonen.
- X De belangrijkste informatie uit de sessie krijgt u mee in de vorm van een samenvatting, een brochure ... Als u notities wilt maken, neem dan zeker pen en papier mee.



## OVERZICHT VAN DE INFORMATIEVE EN INTERACTIEVE SESSIES

X Vermoeidheid: iets aan te doen?	10
X De kracht van slaap	10
X Alles over voeding tijdens een kankerbehandeling	11
X Alles over voeding na een kankerbehandeling	11
X Voeding bij kauw- en/of slikproblemen	11
X Voeding voor mensen met een tumor in de onderbuik	12
X Voedingsadviezen voor mensen met hematologische aandoeningen	12
X Look good feel better (dankzij de Vlaamse Liga tegen Kanker)	12
X Stressvermindering- en ontspanningsoefeningen	13
X Geheugen- en concentratieproblemen bij kanker	13
X Kanker, seksualiteit en intimiteit	14
X Kanker, vroegtijdige menopauze en effecten van antihormoontherapie bij de vrouw	15
X Hormonale therapie bij prostaatkanker: aandacht voor de neveneffecten op lange termijn	15
X Kanker en erfelijkheid: genetische en psychologische aspecten	16
X Wat is bestraling?	16
X Heb ik medezeggenschap in mijn behandeling?	17
X Omgaan met anderen	17
X Communicatie met kinderen	18
X Kanker en emoties	18
X Ook jij bent het waard om als mens gelukkig te zijn	19



X Omgaan met angst voor herval	19
X Als kanker een chronische aandoening is: hoe leeft u ermee?	20
X Leven met kanker, hoe doe je dat? Tips, tricks en ervaringen delen met lotgenoten	20
X Wat kan palliatieve zorg mij bieden?	21
X Financiële ondersteuning bij kanker	21
X Werkhervatting	21
X Wat als kanker uw partner treft	22
X Help, mijn volwassen zoon/dochter heeft kanker. Hoe ga ik hiermee om als ouder?	22
X Revalidatieprogramma KanActief: het kan actief na kanker	23

**U vindt alle informatie ook op onze website  
[www.uzleuven.be/lki/infosessies](http://www.uzleuven.be/lki/infosessies).**

**Bent u geïnteresseerd om deel te nemen, lees dan zeker  
de afspraken rond inschrijving op pagina 5.**

## **VERMOEIDHEID: IETS AAN TE DOEN?**

Heel wat patiënten kampen tijdens en na (een behandeling tegen) kanker met vermoeidheid. Jammer genoeg bestaat er geen eenvoudige oplossing. Tijdens deze sessie helpen we te begrijpen waar die vermoeidheid vandaan komt. Er is ruimte om in te gaan op de impact die vermoeidheid kan hebben op jezelf, op je gezin ... Tegelijk reiken we een aantal kapstokken aan die je op weg kunnen zetten om deze vermoeidheid aan te pakken of er anders mee om te gaan.

Deze sessie wordt geleid door een kinesitherapeut en een verpleegkundige. De sessie is informatief en interactief.

**Voor wie?** Voor mensen die voor, tijdens of na hun behandeling informatie wensen over hoe om te gaan met vermoeidheidsklachten ten gevolge van kanker en de behandeling, en hun naasten

## **DE KRACHT VAN SLAAP**

In deze sessie wordt stilgestaan bij feiten en mythes over een gezond slaappatroon. We bespreken waarom er slaapverstoringen optreden bij stress, veranderingen, pijnklachten ... De rol van spanning en piekeren zal hierin verder toegelicht worden. Verder gaan we in op algemene aanbevelingen om een goed slaapedrag te ondersteunen.

Deze sessie wordt geleid door een psycholoog van het slaapcentrum. De sessie is voornamelijk informatief en er is ruimte voor vragen.

**Voor wie?** Voor mensen die ten gevolge van hun diagnose, behandeling, stress, pijn of andere klachten slapeloosheid ervaren, en hun naasten

U vindt alle informatie ook op onze website [www.uzleuven.be/lki/infosessies](http://www.uzleuven.be/lki/infosessies).

## ALLES OVER VOEDING TIJDENS EEN KANKER-BEHANDELING

Het lijkt zo eenvoudig en een vaak gegeven advies: 'gewoon goed eten'! Bij kanker is eten lang niet altijd 'gewoon' en bovendien: wat is 'goed'? Vaak wordt eetLUST zelfs eetLAST! Het bieden van goede voedingszorg is zorg op maat. In deze sessie blijven we stilstaan bij klachten als: verminderde eetlust, ongewenst gewichtsverlies, smaakverandering, slikklachten, misselijkheid, stoelgangproblemen ...

Deze sessie wordt geleid door een diëtist.

De sessie is voornamelijk informatief en er is veel ruimte voor vragen.

**Voor wie?** Voor mensen die een kankerbehandeling doormaken, en hun naasten

## ALLES OVER VOEDING NA EEN KANKER-BEHANDELING

Na een behandeling tegen kanker helpen goede voeding en een gezonde levensstijl het lichaam weer aan te sterken. Nog belangrijker is dat daarmee de kans op een terugkeer van kanker wordt verkleind. In deze sessie komen voedingsrichtlijnen aan bod die bijdragen tot een gezonde levensstijl en die helpen om na een kankerbehandeling weer aan te sterken.

Deze sessie wordt geleid door een diëtist.

De sessie is voornamelijk informatief en er is veel ruimte voor vragen.

**Voor wie?** Voor mensen die hun kankerbehandeling hebben afgerond, en hun naasten

## VOEDING BIJ KAUW- EN/OF SLIKPROBLEMEN

Bij moeite met kauwen en/of slikken kan het nodig zijn de voeding aan te passen. Tijdens deze sessie krijgt u eerst adviezen over aangepaste voeding. Daarna is er ruimte voor vragen en gaan we over tot oefeningen. Hierbij worden een aantal technieken en gerechten onder begeleiding van de diëtist door de kandidaten uitgetest.

Deze sessie wordt geleid door een diëtist.

De sessie is informatief en met oefeningen.

**Voor wie?** Voor mensen met een hoofd-halstumor, slokdarmtumor of longtumor die moeite hebben met slikken en/of kauwen, en hun naasten

## **VOEDING VOOR MENSEN MET EEN TUMOR IN DE ONDERBUIK**

Voeding kan bij de behandeling van een tumor in de onderbuik een belangrijke rol spelen in symptoomcontrole. Onder andere klachten als buikloop, verstopping, krampen, misselijkheid en braken kunnen voorkomen. In deze sessie komt eerst een theoretisch deel aan bod, waarna er voldoende ruimte is om specifieke vragen te stellen.

Deze sessie wordt geleid door een diëtist.

De sessie is voornamelijk informatief en er is veel ruimte voor vragen.

**Voor wie?** Voor mensen met een digestieve tumor (dikke en dunne darm en rectum) of gynaecologische tumor (eierstok, eileider, baarmoeder, baarmoederhals en vagina) en hun naasten

## **VOEDINGSADVIEZEN VOOR MENSEN MET HEMATOLOGISCHE AANDOENINGEN**

In deze sessie wordt informatie gegeven over voeding tijdens én na een behandeling voor een hematologische aandoening. Zowel acute nevenwerkingen zoals misselijkheid en braken als eerder chronische klachten zoals veranderde smaak komen aan bod. Er wordt tijd gemaakt om vragen te bespreken.

Deze sessie wordt geleid door een diëtist.

De sessie is voornamelijk informatief en er is ruimte voor vragen.

**Voor wie?** Voor mensen met hematologische kanker, en hun naasten

## **LOOK GOOD FEEL BETTER (dankzij de Vlaamse Liga tegen Kanker)**

Wie er goed uitziet, voelt zich meestal ook beter. In deze workshop leren kankerpatiënten in een kleine groep de basisprincipes van een goede huidverzorging en make-up. Huidreiniging, peeling, masker, serum, oogcrème en dagcrème, wenkbrauwen bijtekenen, vlekken camoufleren, ogen en lippen opmaken: u krijgt tips en advies en ook de kans om te oefenen.

Deze sessie wordt geleid door een schoonheidsspecialiste en is een initiatief van de Vlaamse Liga tegen Kanker.

De sessie is informatief en interactief, met oefeningen.

**Voor wie?** Voor alle mensen met kanker en een naaste

## STRESSVERMINDERING- EN ONTSPANNINGS-OEFENINGEN

Tijdens twee sessies helpen we u op weg om met angst en spanning om te gaan. U krijgt informatie over wat stress met uw lichaam doet. Daarnaast leren we enkele relaxatietechnieken aan. We bekijken via concrete oefeningen wat u het beste kan helpen.

**Deelnemers schrijven zich in voor een reeks van twee sessies.**

Deze sessies worden geleid door een psychomotorisch therapeut.

De sessies zijn informatief en met oefeningen.

**Voor wie?** Voor alle mensen met kanker en hun naasten

## GEHEUGEN- EN CONCENTRATIEPROBLEMEN BIJ KANKER

Gebeurt het sinds uw ziekte vaker dat u uw aandacht niet bij een gesprek kan houden, of dat u achteraf niet meer weet wat er is gezegd? Of overkomt het u vaker dat u bijvoorbeeld naar de badkamer gaat om iets te halen, maar niet meer weet wat het was? De verwerking van de diagnose, maar ook sommige behandelingen voor kanker kunnen een effect hebben op uw geheugen en concentratievermogen. In deze sessie wordt ingezoomd op deze gevolgen van kanker(behandeling) en worden vooral handvaten aangereikt om hiermee om te gaan.

Deze sessie wordt geleid door een psycholoog.

De sessie is eerder informatief, met mogelijkheid tot vragen.

**Voor wie?** Voor alle mensen met kanker en hun naasten

Aarzel zeker niet om uw eigen vragen en bezorgdheden rond deze thema's alvast met uw zorgverleners in het ziekenhuis te bespreken! We vinden het belangrijk u hierbij te kunnen helpen.

## KANKER, SEKSUALITEIT EN INTIMITEIT

In deze sessie staan we stil bij de impact die de diagnose en behandeling van kanker kunnen hebben op uw seksualiteitsbeleving en seksueel functioneren (hoe uw lichaam seksueel reageert). Onzekerheden rond seksualiteit of problemen binnen uw intiem leven zijn niet altijd even gemakkelijk te bespreken met uw zorgverlener. We willen in deze lezing uitleg geven over de manier waarop de diagnose en behandeling van kanker impact kan hebben op uw seksuele leven. We hopen dat het gesprek met uw partner, goede vriend(in) en/of hulpverlener hierdoor makkelijker op gang komt.

Deze sessie wordt geleid door een seksuoloog.

De sessie is voornamelijk informatief, met mogelijkheid tot vragen.

**Voor wie?** Voor alle mensen met kanker en hun naasten



## KANKER, VROEGTIJDIGE MENOPAUZE EN EFFECTEN VAN ANTIHORMOONTHERAPIE BIJ DE VROUW

Door een behandeling van kanker (een operatie aan de eierstokken bijvoorbeeld, of een behandeling met chemotherapie of bestraling) kan u als vrouw vervroegd in de menopauze komen. Klachten die daarmee gepaard kunnen gaan, kunnen soms erg storend zijn. Niet zelden geven we antihormoontherapie en dat kan de klachten van de menopauze nog versterken. In deze sessie gaan we in op het ontstaan van de menopauze en de klachten die daardoor kunnen ontstaan. Er wordt advies aangereikt om met deze klachten om te gaan.

De sessie is voornamelijk informatief, met ruimte voor vragen.

De sessie wordt geleid door een arts-gynaecoloog.

**Voor wie?** Voor alle vrouwen die na hun kankerbehandeling last hebben van menopauzale klachten (al dan niet versterkt door antihormoontherapie), en hun naasten

## HORMONALE THERAPIE BIJ PROSTAATKANKER: AANDACHT VOOR DE NEVENEFFECTEN OP LANGE TERMIJN

In de behandeling van prostaatkanker speelt hormonale therapie vaak een belangrijke rol. Naast enkele nevenwerkingen op korte termijn, zijn er ook een paar aandachtspunten die vanaf het begin van de behandeling goed moeten worden opgevolgd. Er wordt in deze sessie overlopen waarop men moet letten en hoe men het beste met een langdurige hormonale therapie kan omgaan. De rol van voeding hierbij wordt ook besproken.

Deze sessie is eerder informatief, met mogelijkheid tot vragen.

De sessie wordt geleid door een arts-uroloog en een diëtist.

**Voor wie?** Voor alle mannen met prostaatkanker die een hormonale behandeling krijgen en hun naasten

Deelnemen aan een LKI-sessie is gratis,  
maar inschrijven is wel verplicht.

## KANKER EN ERFELIJKHEID: GENETISCHE EN PSYCHOLOGISCHE ASPECTEN

In het eerste deel geeft een geneticus uitleg over erfelijke borstkanker, erfelijke ovarium-/eierstokkanker en erfelijke darmkanker. In het tweede deel wordt stilgestaan bij de psychologische implicaties voor het individu en de familie.

Deze sessie is informatief met mogelijkheid tot vragen.

De sessie wordt geleid door een geneticus en een psycholoog.

**Voor wie?** Voor alle patiënten die een verhoogd risico hebben op een erfelijk borst-/ovariumkanker of op een erfelijke darmkanker

## WAT IS BESTRALING?

Tijdens deze informatiesessie komt u meer te weten over wat een bestralingsbehandeling inhoudt en welk traject patiënten doorheen de behandeling volgen. Nadien is er een rondleiding op de bestralingsafdeling.

Deze sessie wordt geleid door een verpleegkundige van de bestralingsafdeling.

De sessie is voornamelijk informatief.

**Voor wie?** Voor mensen met kanker, partners, familieleden, vrienden, alle geïnteresseerden.

Inschrijven voor deze sessie kan via het secretariaat van de bestralingsafdeling of via tel. 016 34 76 00.





## HEB IK MEDEZEGGENSCHAP IN MIJN BEHANDELING?

In deze sessie wordt vertrokken vanuit de wet op patiëntenrechten: wat kan die concreet voor u betekenen? Met die informatie wordt vervolgens ingegaan op de vraag hoe u hierover kunt communiceren met uw zorgverleners en hoe u het verloop van uw behandeling mee kunt bepalen.

Deze sessie wordt geleid door een psycholoog.

De sessie is informatief en interactief.

**Voor wie?** Voor alle mensen met kanker en hun naasten

## OMGAAN MET ANDEREN

Kanker treft niet alleen u. Ook uw omgeving wordt erbij betrokken: familie, vrienden, collega's, burens, professionele hulpverleners. In deze sessie staan we stil bij de impact van de ziekte op uw relaties met de mensen uit uw omgeving. We schenken ook aandacht aan hoe u met anderen kunt communiceren over wat u doormaakt. U kunt als patiënt immers geconfronteerd worden met zeer uiteenlopende reacties, soms ondersteunend, soms kwetsend. Hoe kunt u daarmee omgaan? In deze interactieve sessie proberen we op deze vragen een antwoord te geven.

Deze sessie wordt geleid door een psycholoog en een sociaal werker.

De sessie is voornamelijk interactief.

**Voor wie?** Voor alle mensen met kanker

Ook voor naasten van mensen met kanker worden aparte informatieve en interactieve sessies voorzien. Meer info op pagina 22.

Inschrijven kan via de website:  
[www.uzleuven.be/lki/infosessies](http://www.uzleuven.be/lki/infosessies).



## COMMUNICATIE MET KINDEREN

Als vader of moeder wilt u uw kinderen graag een warm en veilig nest bieden. Maar als u ziek wordt staat u plotseling voor een moeilijke opgave: u wilt uw kinderen geborgenheid geven, maar tegelijk moeten u en uw gezin leven met de twijfels en onzekerheden die kanker met zich meebrengt. Het is niet eenvoudig het slechte nieuws zelf te verwerken, laat staan dat u het gemakkelijk vindt uw kinderen goed op te vangen. Wat moet u zeggen? Hoe moet u iets zeggen? Pasklare antwoorden op deze vragen bestaan er niet. Toch durven we zeggen dat het belangrijk is om uw kinderen mee op weg te nemen in het proces dat u doormaakt.

In deze interactieve sessie bieden we u een aantal houvasten en heeft u de gelegenheid om ervaringen uit te wisselen.

De sessie wordt geleid door een psycholoog en een sociaal werker.

**Voor wie?** Voor (groot)ouders die met kanker geconfronteerd worden, en hun naasten

## KANKER EN EMOTIES

In deze sessie staan we samen stil bij de verschillende emoties die gepaard gaan met een kankerdiagnose en hoe u hiermee kunt omgaan. Er is veel ruimte voor ervaringsuitwisseling.

Deze sessie wordt begeleid door een psycholoog.

De sessie is voornamelijk interactief.

**Voor wie?** Voor alle mensen met kanker en hun naasten

Mogelijk ervaart u méér behoefte of interesse om ervaringen te delen met lotgenoten. U kunt ook deelnemen aan een korte reeks van drie interactieve sessies. Meer info op pagina 20.

## **OOK JIJ BENT HET WAARD OM ALS MENS GELUKKIG TE ZIJN**

De gebeurtenissen die ons overkomen, hebben we niet altijd in de hand, maar wel de gedachten die we erover vormen. Hoe ga ik om met onverwerkt verdriet, boosheid, schuldgevoelens, angst en stress? Sleutelwoorden om terug gelukkig te worden, zijn 'loslaten' en 'vergeven'. Dit is niet evident en gemakkelijk, maar met de nodige kennis en ruggeleuning is het wel mogelijk. De spreker helpt u tijdens deze sessie op weg. Dat gebeurt vanuit tal van praktische voorbeelden, tips en anekdotes uit het dagelijkse leven van de spreker en allerlei uit het leven gegrepen situaties, doorspekt met een vleugje humor.

Deze sessie wordt geleid door een verpleegkundige.

De sessie is eerder informatief, met mogelijkheid tot vragen.

**Voor wie?** Voor alle mensen met kanker en hun naasten

## **OMGAAN MET ANGST VOOR HERVAL**

Steeds meer kankerpatiënten overleven hun ziekte. Velen merken echter dat er na de strijd tegen kanker, een nieuwe strijd volgt: de strijd tegen angst. Angst voor herval, angst voor uitzaaiingen: voor velen is het dagelijkse kost. Bij elke kleine verandering die men opmerkt in het lichaam slaat de paniek toe. Het verhindert soms dat men de draad van het leven weer kan oppikken, dat men weer kan genieten, plannen durft maken. Telkens is er dat stemmetje dat zegt "maar wat als...". In deze infosessie staan we stil bij wat angst is, hoe angst ontstaat en vooral hoe u kunt omgaan met angst voor herval.

Deze sessie wordt geleid door een psycholoog.

De sessie is informatief en interactief.

**Voor wie?** Voor alle mensen met kanker en hun naasten

U vindt alle informatie ook op onze website [www.uzleuven.be/lki/infosessies](http://www.uzleuven.be/lki/infosessies).

## **ALS KANKER EEN CHRONISCHE AANDOENING IS: HOE LEEFT U ERMEE?**

Als een behandeling u niet meer kan genezen maar wel nog veel tijd kan bieden, staat u voor heel wat uitdagingen. In deze sessie staan we stil bij wat het betekent te leven met kanker als een chronische aandoening. Er worden houvasten aangereikt en de mogelijkheid om te leren van lotgenoten. Deze sessie wordt geleid door een psycholoog.

De sessie is voornamelijk interactief.

**Voor wie?** Voor alle mensen met een chronische vorm van kanker, en hun naasten

## **LEVEN MET KANKER, HOE DOE JE DAT? TIPS, TRICKS EN ERVARINGEN DELEN MET LOTGENOTEN**

In een reeks van drie sessies krijgt u de kans om te luisteren naar de ervaringen van anderen én om te delen hoe u zelf uw situatie beleeft. De complexiteit van wat we voelen is echter niet altijd gemakkelijk onder woorden te brengen. Daarom werken we soms ook vanuit een non-verbale of creatieve invalshoek. Er is hierbij ruimte om samen op weg te gaan en van elkaar te leren. Inhoudelijk worden de sessies afgestemd op de noden van de groep. Om rekening te kunnen houden met uw verwachtingen zal één van de begeleidende psychologen telefonisch contact met u opnemen voor de start van de reeks. Na een eerste reeks van drie sessies kan er in samenspraak met de groepsbegeleiders terug ingeschreven worden voor een nieuwe reeks van drie sessies. Op dat moment kunnen ook nieuwe mensen aansluiten.

Deze reeks van drie ontmoetingsmomenten wordt geleid door een psycholoog.

De sessies zijn voornamelijk interactief.

**Voor wie?** Voor alle mensen met kanker

Bent u geïnteresseerd om deel te nemen, lees dan zeker de afspraken inschrijving op pagina 5.

## WAT KAN PALLIATIEVE ZORG MIJ BIEDEN?

Over palliatieve zorg leven in onze samenleving misvattingen of verkeerde ideeën. Wat betekent palliatieve zorg eigenlijk en wat kan het mij bieden? En hoe kan ik met mijn zorgverleners over palliatieve zorg spreken? Tijdens deze sessie krijgt u informatie die u beter helpt te begrijpen waar palliatieve zorg voor staat en die u helpt inschatten wat de meerwaarde van palliatieve zorg voor u kan zijn.

Deze sessie wordt geleid door een psycholoog en een verpleegkundige van het palliatief supportteam.

De sessie is informatief en interactief.

**Voor wie?** Voor alle mensen met kanker en hun naasten

## FINANCIËLE ONDERSTEUNING BIJ KANKER

Langdurig ziek zijn heeft een belangrijke impact op uw budget. Enerzijds is de kans groot dat uw inkomen daalt, terwijl anderzijds de kosten toenemen. In deze sessie krijgt u informatie over financiële rechten bij langdurig ziek zijn en over de verschillende instanties op de sociale kaart waar u eventueel terecht kunt.

Deze sessie wordt begeleid door een sociaal werker.

De sessie is informatief, de laatste 20 minuten is er ruimte voor vragen en uitwisselen van ervaringen.

**Voor wie?** Voor alle mensen met kanker en hun naasten

## WERKHERVATTING

Wanneer het einde van uw behandeling in zicht is, komen er onvermijdelijk vragen op over het werk: kan ik hetzelfde werk aan, wat is het wettelijk kader rond (deeltijdse) werkhervatting, kan ik me op een volledig nieuwe baan richten? In deze sessie krijgt u hierover de nodige achtergrondinformatie.

Deze sessie wordt geleid door een sociaal werker.

De sessie is informatief, de laatste 20 minuten is er ruimte voor vragen en uitwisselen van ervaringen.

**Voor wie?** Voor alle mensen met kanker die vragen hebben over werkhervatting of heroriëntering op de arbeidsmarkt

## **Informatieve en interactieve sessies uitsluitend bedoeld voor naasten van patiënten met kanker**

Tijdens veel van de voorgaande informatie- en ontmoetingsmomenten zijn naasten ook welkom. De volgende twee momenten zijn **uitsluitend** voor naasten bedoeld.

### **WAT ALS KANKER UW PARTNER TREFT**

Dit moment is bedoeld voor partners van mensen met kanker. We staan stil bij de impact van kanker en de behandeling ervan op uw leven als partner. Deze sessie wordt geleid door een psycholoog en een sociaal werker. De sessie is voornamelijk interactief.

**Voor wie?** Voor partners van mensen met kanker

### **HELP, MIJN VOLWASSEN ZON/DOCHTER HEEFT KANKER. HOE GA IK HIERMEE OM ALS OUDER?**

Als ouder van een volwassen kind met kanker beleeft u zijn of haar ziekte mee. Toch is dit anders omdat een volwassen kind een eigen leven heeft en op zijn eigen zelfstandigheid staat. Door de ziekte van uw kind verandert de relatie die u met hem of haar heeft. Het is alsof u een stap terug in de tijd zet, terug naar de jaren dat uw kind klein was en u echt nodig had, anderzijds wil u de autonomie en het gezin van uw zoon of dochter respecteren. Wat kunt u als ouder doen? Hoe kunt u omgaan met uw volwassen kind? Hoe zorgt u voor uw eigen draagkracht?

Deze sessie wordt geleid door een psycholoog.

De sessie is voornamelijk interactief.

**Voor wie?** Voor alle ouders van een volwassen kind met kanker

Deelnemen aan een LKI-sessie is gratis,  
maar inschrijven is wel verplicht.



### REVALIDATIEPROGRAMMA KANACTIEF: HET KAN ACTIEF NA KANKER

KanActief biedt een combinatie van aangepaste lichaams-training én psychosociale begeleiding onder de vorm van informatiesessies. In groep wordt gewerkt aan het herstel van het algemeen welzijn na kanker. Wie deelneemt aan het revalidatieprogramma KanActief, traint gedurende 12 weken 2 of 3 keer per week, op eigen niveau en onder begeleiding van een bewegingsdeskundige.

Het revalidatieprogramma wordt geleid door een bewegingsdeskundige en een psycholoog.

Het revalidatieprogramma omvat bewegingssessies en informatiesessies, met veel ruimte voor interactie.

**Voor wie?** Op dit moment zijn er revalidatieprogramma's voor 3 patiëntengroepen: patiënten met borstkanker, patiënten met een hematologische aandoening en patiënten met gynaecologische kanker. U kunt aan het revalidatieprogramma deelnemen na afronding van uw behandeling. Spreek erover met uw behandelende arts.

**Waar en wanneer?** Elk revalidatieprogramma wordt 2 tot 3 keer per jaar georganiseerd.

U kunt instappen na de kerstvakantie, na de paasvakantie en na de zomervakantie.

Inschrijven kan via de website [www.uzleuven.be/kanactief](http://www.uzleuven.be/kanactief) of u kunt voor een inschrijving of meer informatie bellen naar het onthaal van de dienst fysische geneeskunde en revalidatie, op tel. 016 34 85 50.

Daar verwijst men u graag door naar de contactpersoon van het revalidatieprogramma.





Inschrijven kan ook via de website  
[www.uzleuven.be/lki/infosessies](http://www.uzleuven.be/lki/infosessies) of telefonisch!  
Instructies vindt u op pagina 5.

## INSCHRIJFSTROOK

Naam en voornaam:

Adres:

Geboortedatum:

**Ik wil me inschrijven voor volgende sessie:**

Titel:

Datum:

**Contactgegevens:**

Telefoonnummer:

Gsm-nummer:

E-mailadres:

**Ik kom:**  alleen  met een naaste

Gelieve de inschrijfstrook aan uw verpleegkundige in het ziekenhuis te bezorgen OF op te sturen naar

UZ Leuven

Secretariaat LKI, t.a.v. Valérie Oosterlinck

Herestraat 49

3000 Leuven

Uw inschrijving is pas geldig nadat u een bevestiging hebt ontvangen.







© september 2014 UZ Leuven

Overname van deze tekst is enkel mogelijk na toestemming van de dienst communicatie UZ Leuven.

Ontwerp en realisatie

Deze brochure werd opgesteld door het Leuvens kankerinstituut van UZ Leuven in samenwerking met de dienst communicatie.

U vindt deze brochure ook op [www.uzleuven.be/lki/infosessies](http://www.uzleuven.be/lki/infosessies).

Opmerkingen of suggesties bij deze brochure kunt u bezorgen via [communicatie@uzleuven.be](mailto:communicatie@uzleuven.be).

Verantwoordelijke uitgever

UZ Leuven

Herestraat 49

3000 Leuven

tel. 016 34 49 00

[www.uzleuven.be](http://www.uzleuven.be)

