

# Infosessies voor kankerpatiënten

beweging  
 aanpassen  
 werk levensstijl **herstel** leven  
 draad heropnemen  
 stressvermindering  
 balans voeding **rust**  
 familie steun verandering  
 mindfulness  
 relatie  
 aandacht  
 opbouwen

## Waar?

**Campus Aalst**

Dienst Fysische Geneeskunde  
(hoofdgebouw -1)

## Wanneer?

**Data 2017 - 2018 (zie tabel)**

Dinsdag van 14u00 - 15u00

## Inschrijven?

**Gratis maar inschrijven is verplicht!**

via het Oncologisch Dagziekenhuis, tel.: 053 73 49 40

	Wat?	Door wie?	Data
1.	De draad van het leven heropnemen bij kanker. Omgaan met mogelijke aanpassingen en veranderingen in je leven.	Tania Vanderstappen, oncopsychologe	12/09/2017 09/01/2018 17/04/2018
2.	Waarom is beweging zo belangrijk?	Indra Goossens, kinesiste	26/09/2017 23/01/2018 24/04/2018
3.	Hervatting van de dagelijkse activiteiten	Veronique Capiou, maatschappelijk werker	10/10/2017 06/02/2018 08/05/2018
4.	De draad van het leven heropnemen bij kanker. Omgaan met spanning en angst.	Tania Vanderstappen, oncopsychologe	24/10/2017 20/02/2018 22/05/2018
5.	<i>Toelichting:</i> gratis bewegingsactiviteit Rekanto <i>Mindfull yoga:</i> een inleiding tot de rustgevende, spierverstekende en/of meditatieve yoga, op maat van aanwezigen	Martine Ringoir, erkende yoga-instructrice	14/11/2017 06/03/2018 05/06/2018
6.	Gezonde voeding en levensstijl	Veerle Podevijn, diëtiste	28/11/2017 20/03/2018 19/06/2018