

Lotgenotencontact

Contact met lotgenoten is voor veel oncologische patiënten een waardevolle aanvulling op de medische, verpleegkundige en psychosociale zorg om een uitdagende periode door te komen.

Lotgenoten wisselen ervaringen, tips en praktische kennis uit, bieden elkaar emotionele steun en vinden (h)erkenning bij elkaar.

AZ Monica organiseert (gratis) activiteiten om dit contact tussen lotgenoten mogelijk te maken.

De workshops zijn gericht op oncologische (ex)patiënten. Op de infosessies en de koffiemomenten zijn ook de naasten welkom.

September

- 1.09.2022 Koffiemoment (Zaal Kapel, route 130)
- 15.09.2022 Infosessie: Zorg voor het levenseinde (Zaal Kapel, route 130)
Moelijke keuzes bespreken nu je het nog goed kan: het zorgt ervoor dat jijzelf en je omgeving een beter inzicht krijgen op wat je eigenlijk wil, als je ernstig ziek zou worden.
- 29.09.2020 Workshop: Hand- en voetmassage (Roze Zaal, route 80)
Je handen en voeten worden elke dag intensief gebruikt. Isaure geeft ze een relaxerende massage. Lekker genieten

Oktober

- 6.10.2022 Koffiemoment (Zaal Verstreken, route 80)
- 13.10.2022 Workshop: "Look good, feel better"
(Inschrijving verplicht, start 12u) (Roze Zaal, route 80)
Een Kom op tegen Kanker schoonheidsspecialiste vertelt je alles over hoe je er, ook tijdens je behandeling, leuk uit blijft zien en je gaat concreet aan de slag.
- 20.10.2022 Infosessie: Intimiteit en seksualiteit (Zaal Kapel, route 80)
Door de diagnose of behandelingen (chemotherapie, bestralingen, chirurgie, hormoontherapie) kunnen er veranderingen optreden op vlak van intimiteit en seksualiteit. De impact hiervan is voor iedereen verschillend. Tijdens deze infosessie wordt toegelicht hoe lichamelijke en psychosociale factoren seksualiteit kunnen beïnvloeden en worden er praktische tips meegegeven.

November

- 10.11.2022 Koffiemoment (Zaal Verstreken, route 80)
- 17.11.2022 Workshop: Mindfulness (Zaal Verstreken, route 80)
In deze workshop leren we je hoe je bewust aandacht kan geven aan het hier en nu (gevoelens, gedachten, lichamelijke sensaties) zonder hierover te oordelen. Dit helpt je meer te genieten van kleine dingen, minder stress te ervaren en minder te piekeren.
- 24.11.2022 Infosessie: Voeding en kanker (Zaal Verstreken, route 80)
Over voeding en kanker doen heel wat feiten en fabels de ronde. Astrid, de oncodiëtiste van AZ Monica, geeft je hierover meer duidelijkheid in deze boeiende infosessie.

December

- 01.12.2022 Workshop: Kokedama's maken (Roze zaal, route 80) - inschrijving verplicht, max. 7 deelnemers
Kokedama's zijn al eeuwen lang aanwezig in de Japanse tuinkunst. Onder begeleiding van Joana maken we onze eigen kokedama: een mosbal waaruit een plant groeit. Een echte aanwinst in elk interieur.
- 15.12.2022 Infosessie: Hoop (Zaal Kapel, route 130)
December, maand van de hoop: "Hoop is een zwaartekracht die ons omhoog trekt" (Ernst Ferstl) Hoop doet leven, wordt wel eens gezegd. Maar klopt dat wel wanneer de toekomst onvoorspelbaar en onzeker blijkt te zijn?
- 22.12.2022 Feestelijk koffiemoment (Zaal Kapel, route 130)