

Onkosten

De financiële bijdrage voor de deelnemer is minimaal. Mevrouw Annick Mathieu (sociale dienst) zal samen met u de financiële aspecten overlopen.

Re-Vita
Re-Vita

Het volgende programma start op:

datum

op

van tot uur

Meer informatie

Voor meer informatie of om in te schrijven kan u steeds terecht bij de verpleegkundig coördinator, mevrouw Marie-Ann De Muyl. T 050 36 90 56

Als u zich voor het programma inschrijft, verwachten we dat u zoveel mogelijk aan alle activiteiten deelneemt. Dit is nodig om een zo optimaal mogelijk resultaat te kunnen bereiken.



Een revalidatie- en re-integratieprogramma voor mensen na kankerbehandeling.

Met de steun van de Vlaamse Kanker Liga

MVD-ACUUT-DZH-ONCO-FOLDER.1 (08/11)

Re-Vita
Re-Vita

Kanker is een ziekte met ingrijpende gevolgen.
De behandelingen zijn soms langdurig en intensief.

Na de behandeling hebben veel patiënten last van vermoeidheid en verminderde energie. Dit kan een belangrijke impact hebben op hun dagelijkse activiteiten en sociale bezigheden.

Veel mensen willen de draad weer opnemen, terug aan het werk gaan, maar vinden de energie hiervoor niet.

Daarom: *Re-Vita*

Re-Vita
Re-Vita

is een programma voor revalidatie en re-integratie van (ex-) kankerpatiënten met als doel de persoonlijke conditie te verhogen en de vermoeidheid te verminderen waardoor dagelijkse activiteiten beter haalbaar worden.

Re-Vita
Re-Vita

een samenwerking van het oncologisch team, de dienst fysische geneeskunde - revalidatie van het AZ Sint-Lucas en de Vlaamse Kanker Liga.

Programma

Gedurende 3 maanden wordt er 2 keer per week aan de conditie gewerkt door lichaamstraining met fitnessapparatuur en oefeningen in het zwembad.

Dit gebeurt op het niveau van de deelnemer en onder deskundige begeleiding.

De training gebeurt in een vaste groep van ongeveer 6 mensen.

In het programma wordt ook aandacht besteed aan de emotionele en psychosociale gevolgen van kanker.

Naast de revalidatieoefeningen bestaat *Re-Vita* ook uit infomomenten over omgaan met vermoeidheid, psychosociale en relationele aspecten, geheugen- en slaapstoornissen, relaxatietechnieken, voeding en verantwoord sporten.

Op sommige van deze bijeenkomsten zijn ook de partners welkom.

Praktisch

Het programma duurt 12 weken en gaat door in de kinesitherapiezaal en het zwembad van het ziekenhuis gelegen op B0, op de dienst fysische geneeskunde.

Zwemgerief en handdoek, evenals gemakkelijke kledij voor de oefeningen in de zaal moet u meebrengen.

Volgende oefeningen worden aangeboden.

In de zaal:

- ↪ fiets
- ↪ loopband
- ↪ step
- ↪ grondoefeningen op de mat
- ↪ krachttraining
- ↪ relaxatieoefeningen

In het zwembad:

- ↪ algemene oefeningen voor iedereen
- ↪ specifieke oefeningen voor mensen met bepaalde problemen, bijv. schouderproblemen.
- ↪ lenigheidsoefeningen