



Voor sport. Tegen kanker.



Vereniging voor Sportgeneeskunde

## **Bijeenkomst Sportbegeleiding bij kankerpatiënten**

georganiseerd door St. Tegenkracht en Vereniging voor Sportgeneeskunde

vrijdagmiddag 11 november 2016

Sportzorg Nederland te Bilthoven

### **Inleiding**

Jaarlijks wordt er bij 105.000 mensen in Nederland de diagnose kanker vastgesteld. Ruim 600.000 mensen leven met de fysieke, psychische of sociale gevolgen van kanker. Kanker is een onlosmakelijk onderdeel geworden van ons dagelijks bestaan en treft ons, direct of indirect, ook op het werk als sportbegeleider.

Tot voor kort was kanker en sport niet verenigbaar: als je de diagnose kanker kreeg, was het advies: “houd je maar rustig”. Op die handelwijze komen oncologen en begeleiders terug: actief revalideren, en je actief voorbereiden op operatie, chemobehandeling en bestralingen wordt steeds meer geadviseerd. De kans dat er zich een kankerpatiënt meldt bij een reguliere sportschool of fitnesscentrum, wordt dus navenant groter.

### **Aanleiding**

Uit een enquête die in 2015 is gehouden onder fitnessbegeleiders blijkt dat 89% van de 207 respondenten in het fitnesscentrum in aanraking komt met sporters met kanker(verleden). Bijna 90% van de begeleiders geeft aan behoefte te hebben aan meer informatie om sporters met kanker(verleden) beter te kunnen begeleiden. Met name als het gaat om vragen bij pijnklachten, bij beperkingen, belastbaarheid van de sporter, afstemming van de trainingsbelasting, algemene ziektekennis van kanker en waar op te letten bij sport en kanker.

Stichting Tegenkracht en de Vereniging voor Sportgeneeskunde (VSG) hebben daarom de informatiebijeenkomst sportbegeleiding bij kankerpatiënten ontwikkeld. Op vrijdag 11 november 2016 vindt deze bijeenkomst van 14:00 – 17:00 uur plaats in Bilthoven. Aan het einde van de bijeenkomst ontvangen de deelnemers het kennisdossier ‘beweeg- en sportbegeleiding bij kanker’.

### **Doelstelling**

- Het geven van inzicht in de sportmogelijkheden van (ex-)oncologiepatiënten in een reguliere sportsetting.
- Het leveren van een bijdrage aan het vergroten van het kennisniveau bij het begeleiden van revaliderende en sportende kankerpatiënten.
- Het geven van handvatten om een juiste beoordeling te maken en een goede begeleiding te kunnen geven.



voor sport. Tegen kanker.



Vereniging voor Sportgeneeskunde

### **Doelgroep**

- Fitnesstrainers en begeleiders werkzaam in een sportschool of fitnesscentrum
- Praktijkbegeleiders sportplan Tegenkracht

### **Aantal deelnemers**

Minimaal 25 en maximaal 50 personen

### **Locatie**

Sportzorg Nederland

Professor Bronkhorstlaan 10 (gebouw 26) te Bilthoven

Er is voldoende parkeergelegenheid bij de locatie.

### **Kosten**

De kosten van de bijeenkomst bedragen € 60,-

Vroegboekorting tot 11 oktober 2016: €50,-

### **Inschrijven**

Inschrijven kan door te klikken op [AANMELDEN](#)



Voor sport. Tegen kanker.



Vereniging voor Sportgeneeskunde

**Programma**  
**Sportbegeleiding bij kankerpatiënten**  
**Bilthoven, vrijdag 11 november 2016 van 14:00 –17:00 uur**

- Dagvoorzitter      Peter Smeets – voorzitter Stichting Tegenkracht
- 13:30 – 14:00 uur    Ontvangst met koffie / thee
- 14:00 – 14:10 uur    Welkom en inleiding door dagvoorzitter
- 14:10 – 14:40 uur    ‘Vermoeidheid bij (ex-)kankerpatiënten’  
*Brenda Goedhart, PhD. kandidaat – fysiotherapeut en  
Ms. Oncologie & lymfologie en MSc.Revalidatie wetenschappen i.o.*
- 14:45 – 15:15 uur    ‘Afstemming trainingsbelasting op belastbaarheid’  
*Esther Schoots, sportarts SMA Utrecht*
- 15:15 – 15:30 uur    Pauze
- 15:30 – 16:10 uur    ‘Schoenmaker blijf bij je leest - rol van de sportbegeleider’  
*Tineke Marsman, fitnessbegeleider - Movifit Nunspeet en  
Thea de Vries, deelnemer Sportplan Tegenkracht*
- 16:15 - 16:45 uur    Sportplan Tegenkracht in zes stappen  
*Matijs Jansen, deelnemerscoördinator Stichting Tegenkracht*
- 16:45 – 17:00 uur    Evaluatie en afsluiting door dagvoorzitter  
Uitreiking kennisdossier ‘beweeg- en sportbegeleiding bij kanker’