

Remissiecoaching, coachen tijdens, na en rondom kanker.

- Samen werken aan (na) zorg -

Door tijdige opsporing en betere behandelingen overleven steeds meer mensen de ziekte kanker. Er is steeds meer vraag naar ondersteuning en begeleiding in zowel de reguliere als in de complementaire zorg door ex-kanker patiënten en patiënten die in remissie zijn.

Leven na kanker, dat is iets anders dan “gewoon” de draad van het leven van vóór de diagnose weer oppakken. De eerste periode na de diagnose kanker staat in het teken van overleven, de verwerking, rouw en verlies begint veelal in de periode erna.

Hulp bieden waar de cliënt behoefte aan heeft dat is de missie van ons als opleider , verbinder en aanjager.

Krachten bundelen en samenwerken; regulier en complementair aan de hand van wetenschappelijke onderzoeken en pilots die draaien op het gebied van leefstijl zoals voeding, beweging, mindfulness, vitaliteit, mind-set en coping is onze visie.

Doel

Daarom is het van belang dat de cliënt goede nazorg krijgt op het gebied van onder andere:

- Aandacht psychische en sociale gevolgen
- Karakterverandering
- Lichamelijke effecten op lange termijn
- Vermoeidheid
- Angst
- Cognitieve problemen
- Oppakken dagelijks leven
- Werkhervatting
- Nazorg, herstel op het gebied van Vitaliteit
- Voeding, Beweging, Ontspanning en slaap

Kanker is een onvoorspelbare ziekte en de gevolgen zijn ingrijpend, verlies van gezondheid, moeite met werk hervatten, veranderde relaties met familie en vrienden en dan de angst dat de ziekte terugkomt. Al met al om in de behoefte te voorzien is gerichte hulp, op maat noodzakelijk.

Voor zowel de door ons opgeleide Remissiecoaches op de hoogte te houden met de laatste updates, deskundigheidsbevordering als de (ex) patiënten te voorzien van kennis in de vorm van kennis- / en inspiratiesessies hebben we het onderdeel kanker uitgebreid.

Het afgelopen jaar hebben we veel lesmateriaal ontwikkeld, hebben we ons netwerk uitgebreid met oncologen, oncologieverpleegkundigen, (ex) kankerpatiënten en instanties die graag hun ervaringen, expertise en kennis met ons willen delen.

In ons auditorium kunnen we ruimschoots aan de behoefte van patiënten, mantelzorgers, werkgevers en organisaties voldoen om coach en cliënt te verbinden en publiekslezingen te verzorgen.

Voor ons grote netwerk van coaches verzorgen we verdiepingdagen en specialisaties zowel online als fysiek, in de vorm van webinars, collegetours en live Q&A's.

Daarnaast staan er ook veel activiteiten op de planning zoals proeverijen, bewegen in onze beweegtuin, wandelingen en de rust, ruimte en natuur opzoeken.

Beurzen, evenementen en bijeenkomsten onder de noemer "Maatschappelijke betrokkenheid" gerelateerd aan remissiecoaching en kanker in de breedste zin van het woord.

Inhoud Basiskennis Remissiecoach; zie onze opleiding Remissiecoach

	Thema's	Onderwerpen
1	Kanker, wat is het? Remissie Psychologie	Fout in celdeling ,soorten tumoren, Beschadiging erfelijk materiaal, Diagnose, behandeling en prognose, signalen Vermindering of verdwijning ziekteverschijnselen, activiteit ziekte, aangebrachte schade Persoonlijkheidsleer, Praktische Psychologie Angst, Emotioneel evenwicht, doorbreken van patronen, balans lichaam en geest
2.	Verlies-/ rouwverwerking Verlies & Rouwkunde	Verschijnselen, rouwproces, omgeving, rouwtaken, fases, componenten na verlies. Zelfbeheersing, onrust, woede, gedrag, georganiseerd handelen, reorganisatie, houvast, kinderen en omgeving
3.	Begeleiding Nazorg	Psychisch, emotioneel en sociaal welbevinden, zingeving. Chemobrein, leven weer oppakken Herstel na kanker, leefstijl en vitaliteit, werk hervatten, sociaal netwerk , revalidatie
4	Voeding Beweging	Wetenschappelijke verantwoord adviseren, voeding na kanker, hormonen, e-nummers, conditie bevorderend, biologische producten, problemen met eten, smaakveranderingen, voedselbeleving, voedingssupplementen Verkleinen kans op herval, fitheid, basisconditie, beweegprogramma, gevoel van controle, leren doseren, beperkingen.

5	Ontspanning	Ondersteuning vermoeidheid na kanker, methodieken, mind-fulness, technieken, ademhaling, rust en comfort
	Slaap	Slaapschuld, slaapcyclus, kernslaap en restslaap, kwalitatief goede slaap

Aanvullende thema's die aan bod komen in verschillende vormen zowel online als offline

- Natuurvoeding; proeverijen (eiwitrijk en veranderde smaakbeleving)
- Angst tijdens en na kanker
- Emotieregulatie
- Bewegstimulering
- Rouw & Verlies
- Slaap & ontspanning
- Hormoonhuishouding
- Omgaan met stress
- Energiemanagement
- Werk
- Sociale netwerk
- Natuurwandelingen
- Bewegstimulering

Uiteraard staan wij open voor suggesties en ideeën, we denken graag mee.

Contactpersoon; evenementen en deskundigheidsbevordering remissie en kanker:

Alien Oelen- Jurjens