

Donderdag 16 februari 2023:

Smaaksturing bij chemo

Wat is het voordeel van een chef gastro-engineering (chef opgeleid in de zorg) voor patiënten met kanker?

Dat er smaakverandering en verstoring gepaard gaan met het herstelproces bij kanker is algemeen geweten, maar niet dat er zoiets als smaaksturing bestaat om de patiënten te helpen lekker te eten.

Smaakafwijkingen en selectieve smaaksturing bij bijvoorbeeld chemotherapie is uiterst individueel.

Waarom dit zo is en hoe we dit professioneel kunnen verhelpen, wordt op deze avond uitgelegd door **Lobke Van den Wijngaert**, Chef Gastro-engineering L.t (LiveEatTaste) en **Dr. Pieter Vandecandelaere**, maag-darm-leverziekten (gastro-enterologie), Digestieve oncologie, nutritie bij AZ Delta

Donderdag 20 april 2023:

Antihormoontherapie

“Het zijn maar pilletjes...”

Welke soorten anti-hormoonpillen bestaan er en welke effecten heeft dit op ons lichaam?

Wat zijn nieuwe ontwikkelingen in de anti-hormonale behandeling?

Voor wie welke medicatie (indicaties)?

Dr. Hanssens, oncologe Sint-Jozefskliniek Izegem en AZ Groeninge, bezorgt ons hierover alle info.

Dinsdag 13 juni 2023:

Specifieke huidverzorging voor de meest gevoelige huid

MÊME is in de eerste plaats een merk dat staat voor 100% tederheid, plezier en zachtheid, opgericht in 2017.

Het biedt vandaag een gamma van meer dan 30 verzorgingsproducten aan voor gans het lichaam, klinisch en dermatologisch getest voor de meest gevoelige huid en verwijderd van potentieel toxische bestanddelen die in verband worden gebracht met kanker en alle hormoonontregelaars en ontwikkeld in samenwerking met oncologen en dermatologen.

Catherine Jacobs, Trainer & medical representant bij Mème, laat ons kennis maken met deze producten om te ervaren wat voor jou het meest geschikt is.

Donderdag 14 september 2023:

Lachyoga

Lachyoga is gebaseerd op het feit dat we niet hoeven te wachten tot er iets gebeurt om te lachen: in deze sessie zorgen we er zelf voor. Kom met een open geest en ervaar welk effect lachen zowel fysiek als mentaal met je lichaam doet.

Deze sessie wordt begeleid door lachcoach **Jo Bogaert**.

Donderdag 9 november 2023:

Mocktails maken

Er hoeft geen alcohol in te zitten om de komende feestperiode sfeervol af te sluiten en het nieuwe jaar sprankelend in te zetten.

In deze workshop ga je zelf aan de slag om met gezonde ingrediënten een kleurrijke mix te maken die iedereen kan bekoren en waarmee je gegarandeerd succes zal boeken!

Nele Delrue en Lies Petyt, diëtistes AZ Delta, begeleiden ons tijdens deze workshop.

Onthaal 19.00 u

Spreker 19.15 u

Deze avond sluiten we omstreeks 20u45 af met een vragenronde en een gezellige babbel.

Locatie:

Mandellaan 79, 8800 Roeselare (dit gaat door in het gebouw van de CM)

Ruime gratis parking bij de locatie

Bijdrage:

4 € per persoon, 2 € voor leden met Vrijtijdspas (voorleggen op moment van betaling), hapje en drankje inbegrepen
Betaling ter plaatse: contant of via Payconiq

Vooraf inschrijven is verplicht

www.strongtogethernabo.be/activiteiten of
via strong.together.nabo@gmail.com of
0478/04 38 76

Meer info:

vind je op www.strongtogethernabo.be



StrongTogetherNabo



[strong.together.nabo](https://www.instagram.com/strong.together.nabo)



Jaarprogramma 2023

Strong Together

Na Borstoperatie



Bijeenkomsten voor lotgenoot en partner