

Bergbeklimming als sluitstuk revalidatieprogramma Ex-kankerpatiënten ZNA Middelheim beklimmen hoogste berg van Italië

Vertrek: 11 juni om 09.00 uur
ZNA Middelheim - Ingang Spoed
Lindendreef 1
2020 Antwerpen

Bergbeklimming Gran Paradiso (4016 m)
in de Italiaanse Alpen: 17 juni

Persbericht

9 juni 2005

Ziekenhuis
Netwerk
Antwerpen

Leopoldstraat 26
2000 Antwerpen

tel: 03/234.41.11
www.zna.be

Op zaterdag 11 juni vertrekken 5 ex-kankerpatiënten en 4 begeleiders naar Italië om daar de hoogste berg – de Gran Paradiso (4061 m.) – te beklimmen. Als afsluiter van het revalidatieprogramma Herstel & Balans* in ZNA Middelheim, willen zij met deze beklimming bewijzen dat ze zowel mentaal als fysiek kanker hebben overwonnen.

Een surplus na Herstel & Balans

Herstel & Balans is een revalidatieprogramma voor ex-kankerpatiënten waarin zowel lichamelijk, geestelijk als sociaal aan herstel wordt gewerkt. In januari startte ZNA Middelheim het programma als enige ziekenhuis in de regio Antwerpen.

Surplus vzw – opgericht door verpleegkundigen en artsen van de afdeling Hemato-Oncologie van ZNA Middelheim – wil met de organisatie van allerlei activiteiten de behandeling en begeleiding van kanker- én ex-kankerpatiënten een extraatje meegeven. De vzw kwam op het idee om een uitdaging te organiseren voor de deelnemers van het revalidatieprogramma Herstel & Balans: de beklimming van de hoogste berg van Italië (Gran Paradiso 4061 m). Surplus vzw wil met dit initiatief de ex-kankerpatiënten het bewijs laten leveren dat kanker mentaal én fysiek kan worden overwonnen.

Goed begonnen is half gewonnen

De beklimming van een 4 000 meter hoge berg vraagt een grondige voorbereiding. Tijdens het programma Herstel & Balans werkten de ex-kankerpatiënten reeds intensief aan hun conditie. Na afloop konden de 'bergbeklimmers in spe' 2 maal per week in het ZNA Middelheim hun conditie op peil houden door cardio-fitness. Tijdens het weekend organiseerde de groep op eigen initiatief verschillende wandelingen aan de kust en in de Belgische Ardennen.

Professionele begeleiding

De 5 deelnemers worden tijdens de beklimming begeleid door een team bestaande uit een arts, een kinesiste en een verpleegkundige van ZNA Middelheim en alpinist Jan Vanhees. Hij is verbonden aan het berggidsenbureau Namaste-Alpinisme en is de enige Belgische internationaal erkende berggids. In Italië zal ook een plaatselijke berggids de groep vervoegen.

Programma

De beklimming van de Gran Paradiso – gelegen in het gelijknamige reservaat in het Frans-Italiaanse grensgebied – zal ook ter plaatse grondig voorbereid worden. Na een eerste bergwandeling, zal de groep ervaring opdoen met klimtechnieken en -materiaal. Na enkele bergwandelingen in de loop van de week zal de groep dan uiteindelijk op vrijdag 17/6 een poging ondernemen om de top van de Gran Paradiso te bereiken.

Zaterdag 11/6	Vertrek om 09u00 aan de ingang van Spoedgevallen van ZNA Middelheim
Zondag 12/6	Eerste wandeling in Chamonix (Frankrijk)
Maandag 13/6	Eerste klim naar de Refugio Sella Vittorio (2584 m) in Italië. Alpinist Jan Vanhees leert de groep de eerste klimtechnieken.
Dinsdag 14/6	Beklimming van de eerste berg, de Grand Serraz (3552 m). De groep leert stappen in een hooggebergte op steengruis en sneeuw en leert het materiaal te gebruiken.
Woensdag 15/6	Beklimming van de Punta Rossa (3630 m).
Donderdag 16/6	De groep daalt af naar Valnontey en rijdt naar Pont om van daaruit naar Rifugio Chabod te klimmen, het vertrekpunt voor de beklimming van de Grand Paradiso.
Vrijdag 17/6	Beklimming van de Gran Paradiso (4061 m)
Zaterdag 18/6	Afdaling en relaxen in Aosta.
Zondag 19/6	Terugreis naar België met aankomst in de late avond

Uniek revalidatieprogramma voor ex-kankerpatiënten 'Herstel en balans' is Antwerpse primeur.

*Herstel & Balans** is bestemd voor ex-kankerpatiënten die hun behandeling afgerond hebben - bij voorkeur minimaal twee maanden voorheen - en geconfronteerd worden met lichamelijke, psychische en sociale beperkingen. De fysieke conditie van de deelnemers moet voldoende zijn om aan het groepsprogramma te kunnen deelnemen. Daarom is het belangrijk dat elke kandidaat zijn mogelijke deelname met de behandelende arts bespreekt. Enkel met een verwijsbrief van deze arts kunnen kandidaten zich aanmelden om aan het programma deel te nemen. Het team van *Herstel & Balans* beoordeelt wie voldoet aan de criteria. Bij aanvang van het programma volgen de deelnemers een intake-gesprek om de persoonlijke conditie, situatie en klachten te bespreken. Op basis van dit gesprek wordt het programma afgestemd op de specifieke individuele aandachtspunten.

Deelname aan *Herstel & Balans* is niet enkel weggelegd voor patiënten die zich in het Middelheimziekenhuis hebben laten behandelen tegen kanker, maar voor eender wie aan de criteria voldoet.

Voor meer informatie over 'Herstel en Balans':

Dr. An Vandenbroek, oncologe ZNA Middelheim, 03 280 31 11
Hoofdkinesitherapeute ZNA Middelheim, Livia Mertens, 03 280 30 13

* Revalidatiecentra, centra voor fysiotherapie en ziekenhuizen bieden *Herstel & Balans* reeds op verschillende plaatsen in Nederland aan. De landelijke Nederlandse stichting *Herstel & Balans* heeft Kwaliteitscriteria 2003 Groepsrevalidatie Oncologie opgesteld. Daarbij zijn de naam inclusief het beeldmerk van *Herstel & Balans*® gedeponeerd in het Benelux merkenregister en dient als kwaliteitskeurmerk. Instellingen die voldoen aan de kwaliteitscriteria kunnen het programma *Herstel & Balans* in licentie aanbieden. Het Antwerpse Middelheimziekenhuis heeft als eerste én enige ziekenhuis uit onze provincie deze licentie gekregen en mag het programma *Herstel & Balans* aanbieden.

ZiekenhuisNetwerk Antwerpen (ZNA), de grootste gezondheidszorgorganisatie van België, wil toegankelijke en kwaliteitsvolle gezondheidszorg bieden voor iedere patiënt. De groep omvat 4 algemene ziekenhuizen, 7 dagcentra en 5 gespecialiseerde ziekenhuizen. ZNA stelt zo'n 6.000 mensen tewerk, waaronder 600 artsen, die dagelijks zo'n 6.000 patiënten verzorgen.

ZNA omvat:

- 4 algemene ziekenhuizen met een uitgebreid medisch aanbod in Noord, Centrum en Zuid (Jan Palfijn, Sint-Erasmus, Stuivenberg en Middelheim)
- 7 dagcentra voor daghospitalisatie, raadplegingen en medisch-technische onderzoeken (Hoge Beuken, Jan Palfijn, Koningin Paola Kinderziekenhuis, Middelheim, Sint-Elisabeth, Sint-Erasmus en Stuivenberg)
- 5 gespecialiseerde ziekenhuizen met een zorgaanbod afgestemd op specifieke patiëntengroepen als bejaarden, kinderen en psychiatrische patiënten (Hoge Beuken, Joostens, Koningin Paola Kinderziekenhuis, Psychiatrisch Ziekenhuis Stuivenberg en Sint-Elisabeth)