

Partners in zorg



Tijdens een controleonderzoek werd in november vorig jaar een tumor ontdekt bij Sandra Verheyen. "Ik ben onmiddellijk gestart met chemo. De oncocoach vroeg me of ik testpersoon wilde worden van BeweegSaam, een portaal dat ze ontwikkelden voor oncologische patiënten om fysiek actief te blijven. Ik heb toegezegd omdat ik niet zo sportief ben en wel een stimulans kon gebruiken om te blijven bewegen.

Future Health

Daimy Roebroek: "Als medewerker van Future Health stond ik in voor de wetenschappelijke ondersteuning van BeweegSaam. We hadden nood aan een aantal patiënten die voor ons het portaal wilden uittesten. Tijdens die testperiode werden op verschillende momenten 'interviews' afgenomen om te kijken wat de patiënten ervan vonden en of het portaal goed werkte. Sandra was heel enthousiast, en had ook veel nuttige feedback. Tijdens die

interviews leer je de persoon beter kennen, mensen vertellen vaak hun persoonlijke verhalen en de eventuele problemen waar ze tegenaan lopen. Wat dan ook weer nuttige informatie is voor ons, aangezien we zo BeweegSaam ook beter kunnen aanpassen aan de noden en behoeften van onze patiënten en hen in de toekomst hopelijk nog beter kunnen bijstaan."

Sandra Verheyen: "Ik wilde altijd heel plichtsbewust mijn volledig programma afwerken, ik was immers testpersoon. Maar als ik bijvoorbeeld net mijn chemo had gehad, viel dat me zwaar. Daimy stelde me dan gerust. Ze zei dat het programma er was om me te helpen, niet om het mij nog moeilijker te maken. Het was leuk om mijn ervaringen met haar te delen."

"Het programma heeft me zeker geholpen. Het bestond uit een tiental grondoefeningen met duidelijke instruc-

tiefilmpjes. Elke avond vulde ik via het portaal in wat ik die dag gedaan had en hoe ik de oefeningen had ervaren. Hierop kreeg ik de planning voor de volgende dag."

Nieuw programma

Ik ben nu een maand of drie geleden gestopt met de oefeningen. Het was immers vakantie, de kinderen waren thuis... Dat ik minder bewogen heb, heeft zijn weerslag gehad. Toen ik sportte, voelde ik me beter. Daarom heb ik gevraagd of ik opnieuw met BeweegSaam kon starten. En de volgende dag stond er een nieuw programma voor mij klaar!

Vandaag mag ik ook starten met groepsrevalidatie. Hier heb ik erg naar uitgekeken. Als de euforie die je voelt na je laatste behandeling voorbij is, valt alles stil. Dan mis je nazorg en vraag je je af of alles wel oké is. Samen dingen doen met anderen voor hetzelfde doel is dan erg stimulerend. ■