

komoptegenkanker.be

Inspiratie gids

Info- en ontmoetingsmomenten voor
mensen met kanker en naasten
organiseren: Hoe begin je eraan?



kom 
optegen
kanker

Inhoud

1. Doelstelling	4
2. Methodiek	5
2.1 Info- en ontmoetingsmomenten: wat is het verschil?	5
2.2 Een greep uit de mogelijke thema's	5
2.3 Doelpubliek en het aantal deelnemers	6
2.4 Differentiatie en maatwerk per regio, gemeente of buurt	6
3. Hoe pak je het concreet aan?	7
3.1 Regioanalyse	7
3.2 Samenstellen van een stuur- en werkgroep	8
3.3 Verschillende taken en verantwoordelijkheden	8
4. Bouwstenen voor (kwaliteitsvolle) info- en ontmoetingsmomenten	9
4.1 Sprekers	9
4.2. Gastvrouw/-heer, gespreksleiders en moderatoren	10
4.3 Bekendmaking en communicatie	10
4.4 Evaluatie en nazorg	11
5. Budget	12
Tot slot	12
Annexen	12

Woord vooraf

Info- en ontmoetingsmomenten voor mensen met kanker en hun naasten vormen een krachtig hulpmiddel. Ze bieden niet alleen waardevolle informatie, maar ook een veilige plek voor steun en verbinding. De kracht van lokale verankering – binnen gemeenten en buurten – mag daarbij niet onderschat worden. Hier komen burgers en professionals samen en krijgt zowel formele als informele zorg vorm.

Maar hoe ontstaan en groeien zulke lokale initiatieven?

**Daar wil deze
inspiratiegids bij helpen.**

In het verleden organiseerde Kom op tegen Kanker zelf dergelijke info- en ontmoetingsmomenten, steeds in samenwerking met lokale zorg- en welzijnspartners. Met deze inspiratiegids delen we onze ervaring en expertise, zodat jullie – onze lokale partners – dit nu ook zelfstandig kunnen opzetten.

We hopen jullie te inspireren met concrete tips en ideeën en jullie zo aan te moedigen om lokaal aan de slag te gaan. Samen kunnen we een waardevol aanbod ontwikkelen voor mensen met kanker en hun naasten, zodat zij zich gesteund voelen in hun eigen vertrouwde omgeving.

En weet: jullie staan er niet alleen voor. Eerstelijnszones, ziekenhuizen, mutualiteiten, thuiszorgorganisaties en andere lokale zorg- en welzijnspartners delen vaak dezelfde missie en willen graag de krachten bundelen. Ook Kom op tegen Kanker blijft jullie inspireren en ondersteunen, nu en in de toekomst.

Alleen samen zijn we sterker dan kanker.

Inspiratiegids

1 Doelstelling

In België wordt 1 op de 4 vrouwen en 1 op de 3 mannen voor hun 75ste levensjaar getroffen door kanker. Jaarlijks worden er maar liefst 77.000 nieuwe gevallen vastgesteld. Voor patiënten en hun omgeving betekent dit een intense periode, zowel fysiek als emotioneel, cognitief, sociaal en existentieel. Het is een rollercoaster van emoties en uitdagingen, waarbij steun onmisbaar is: een luisterend oor, (h)erkenning, praktische tips en de kans om ervaringen te delen.

Lotgenotencontact biedt vaak een enorme steun. Mensen met kanker en hun naasten vinden troost en kracht door samen te komen, te praten en samen ontspannende activiteiten te doen. Even weg van de ziekte, even gewoon 'zijn'. Lokale, laagdrempelige initiatieven creëren die ruimte. Hier komen verhalen vanzelf los, in een ongedwongen sfeer waar weinig woorden nodig zijn. Iedereen begrijpt elkaar. Naast gesprekken over de ziekte en de bijbehorende zorgen, is er vaak ook ruimte voor humor en ontspanning. Het doel? Elkaar versterken.

De (zorg)mantel even aan de haak

Mantelzorgers verdienen net zo goed aandacht binnen een lokaal aanbod. Ze kunnen samen met de patiënt deelnemen aan activiteiten, maar een specifiek aanbod voor mantelzorgers is minstens even waardevol. Het is voor hen fijn om eens in de watten te worden gelegd, te verbinden met andere mantelzorgers en even de zorgmantel aan de haak te hangen.

Ook na de behandeling blijft steun belangrijk

Na de behandeling begint vaak pas het echte verwerkingsproces. Nevenwerkingen zoals vermoeidheid of neuropathie kunnen blijven aanhouden, de vertrouwde ziekenhuisomgeving valt weg, en mensen moeten het gebeurde een plaats geven. Soms ontstaat er zelfs sociaal isolement, omdat de omgeving denkt dat het ergste voorbij is.

Ook na de behandeling blijven info- en ontmoetingsmomenten dus waardevol. Thema's zoals 'angst voor herval' of 'omgaan met nevenwerkingen' komen hier aan bod, samen met de broodnodige erkenning en steun.

Waarom lokale info-en ontmoetingsmomenten organiseren?

- 🟡 **Kanker bespreekbaar maken:** Openheid door dialoog.
- 🟡 **Laagdrempelige informatie:** Toegankelijk en praktisch.
- 🟡 **Delen van ervaringen:** Tips, emoties en wederzijdse erkenning.
- 🟡 **Zorglast erkennen:** Aandacht voor families en mantelzorgers.
- 🟡 **Lotgenotencontact:** Samen sterker.
- 🟡 **Dichter bij elkaar:** Inzicht in elkaars denk- en leefwereld.
- 🟡 **Noden herkennen:** Signaleren van behoeften rond informatie en ondersteuning.
- 🟡 **Signaalfunctie:** Via de Kankerlijn van Kom op tegen Kanker.
- 🟡 **Interactie:** Ruimte voor vragen en dialoog met gastsprekers.
- 🟡 **Informatiemateriaal:** Folders, brochures en nuttige bronnen.
- 🟡 **Betere zorg thuis:** Ondersteuning voor mantelzorgers.

2 Methodiek

2.1 Info- en ontmoetingsmomenten: wat is het verschil?

Er zijn verschillende manieren om ontmoeting, verbinding en ondersteuning te stimuleren. Ontspannende activiteiten, zoals een workshop of wandeling, kunnen waardevol zijn. Daarnaast zijn er specifiek info- en ontmoetingsmomenten. Het verschil tussen beide lichten we graag toe:

Ontmoetingsmomenten: samen zijn en delen

Ontmoetingsmomenten zijn informele georganiseerde bijeenkomsten die lokaal en dicht bij huis plaatsvinden. De nadruk ligt op lotgenotencontact, ontmoeten en verbinden. Er is geen vast programma; de deelnemers bepalen zelf welke thema's aan bod komen.

Het is een veilige ruimte waar mensen vrij zijn om hun verhaal te delen, hun gedachten te ventileren en te reflecteren over hun ervaringen tijdens en na kanker. De sfeer is warm en ongedwongen, met een kop koffie of thee en iets lekkers erbij. Praten over de ziekte mag, maar moet niet. Ook plezierige momenten worden gedeeld en gevierd.

Zorgvrijwilligers van Kom op tegen Kanker of partnerorganisaties kunnen eventueel ondersteunen als gastvrouw of gastheer. Ze kunnen helpen bij de praktische organisatie, bieden een luisterend oor en zorgen voor een warm welkom – inclusief een drankje en een versnapering.

Infomomenten: leren en verbinden

Infomomenten zijn iets formeler en focussen op een specifiek thema dat wordt toegelicht door een gastspreker. Ook deze bijeenkomsten vinden lokaal plaats, waardoor ze toegankelijk zijn voor iedereen die door kanker is geraakt.

Hoewel de nadruk ligt op informatieoverdracht, blijft ontmoeting en lotgenotencontact even belangrijk. Deelnemers kunnen na de presentatie in gesprek gaan, ervaringen uitwisselen en steun vinden bij elkaar.

Zorgvrijwilligers van Kom op tegen Kanker of kunnen ook hier als gastvrouw of gastheer ondersteunen. Ze helpen bij de praktische organisatie, bieden een luisterend oor en zorgen voor een warm welkom.

2.2 Een greep uit de mogelijke thema's

(Para)medische thema's:

- Tintelend overleven (neuropathie)
- Erfelijkheid en kanker
- Nieuwe behandelingen bij kanker
- Neveneffecten bij kankerbehandelingen
- Aanvullende behandelingen
- Oncorevalidatie
- Voeding en kanker
- Vermoeidheid bij kanker

Psycho(sociale) thema's:

- Hoe verder als koppel na kanker
- Angst voor herval
- Geheugen- en concentratieproblemen
- Intimiteit, seksualiteit na kanker
- Omgaan met verlies en rouw
- Hoe communiceren met je arts
- Uitgerust wakker worden

Psycho-educatie en -relaxatie:

- Mindfulness
- Omgaan met stress en piekeren
- Yoga
- Aromatherapie
- Zorg- en/of handmassage
- Tai-Chi
- Klankschalen
- Innertime

Sociale- en zorgthema's:

- Zorg voor de mantelzorger
- Kanker en thuiszorgdiensten
- Palliatieve zorgen en levenseinde
- Financiële tegemoetkomingen bij kanker
- Vroegtijdige zorgplanning
- Kanker en verzekeringen
- Kanker en werkhervatting

Creatieve activiteiten:

- 🟡 Workshop make-up en verzorging
- 🟡 Creatief schrijven
- 🟡 De kracht van mandala's
- 🟡 Kleur- en stijladvies
- 🟡 Bloemschikken
- 🟡 Ontwerp je eigen juweel
- 🟡 Zentangle
- 🟡 Kalligrafie
- 🟡 Intuïtief schilderen

Ontspannende activiteiten:

- 🟡 (Stads)wandeling
- 🟡 Filmnamiddag
- 🟡 Verwenmiddag
- 🟡 Spelletjesnamiddag
- 🟡 Kerstconcert met receptie
- 🟡 Oude volksspelen
- 🟡 Optreden zanger of artiest
- 🟡 Nieuwjaarsreceptie

In [Annex 1](#) vinden jullie een inspirerende catalogus boordevol interessante thema's voor infosessies, workshops, lezingen of ontspannende (film)middagen. Deze activiteiten zijn gericht op mensen met kanker, ex-patiënten, mantelzorgers en naasten.

De catalogus is niet volledig, maar biedt een brede waaier aan ideeën rond thema's, werkvormen en het profiel van geschikte sprekers. Hebben jullie specifieke vragen of zoeken jullie inspiratie op maat? Neem dan gerust contact op met de [regiocoördinator van Kom op tegen Kanker](#).

2.3 Doelpubliek en het aantal deelnemers

De activiteiten richten zich op iedereen die door kanker is geraakt. Afhankelijk van het thema kunnen ze ook een breder publiek aanspreken, zoals eenzame mensen, chronisch zieken of de omgeving van een kankerpatiënt, bijvoorbeeld bij sessies over communicatie.

Deelnemers komen vaak via doorverwijzing van vrijwilligers of zorgprofessionals uit ziekenhuizen, mutualiteiten, thuiszorgorganisaties of via mond-tot-mondreclame. Ze vinden het aanbod ook via:

- 🟡 De activiteitenkalender in het driemaandelijkse patiëntenmagazine Leven van Kom op tegen Kanker
- 🟡 Sociale media en lokale publicaties
- 🟡 De website allesoverkanker.be
- 🟡 Mailings en flyers

De opkomst varieert per regio, thema en activiteit. Ontmoetingsmomenten trekken vaak een kleinere, vaste groep aan, terwijl infomomenten doorgaans een breder publiek aanspreken.

Organiseer je iets en blijft de opkomst beperkt? Geen zorgen! Ook een kleine groep kan waardevol, gezellig en leerrijk zijn en op termijn uitgroeien tot een grotere lotgenotengroep. Een bloeiende werking vraagt tijd en geduld. Geef jezelf en je partners de ruimte om stap voor stap een duurzaam aanbod uit te bouwen. Denk ook na over hoe je jongeren, mensen met een migratieachtergrond en andere kwetsbare doelgroepen kunt bereiken.

2.4 Differentiatie en maatwerk per regio, gemeente of buurt

Het aanbod en de aard van de activiteiten verschillen per regio en zijn afhankelijk van: lokale partnerschappen en samenwerkingen, beschikbare kansen en mogelijkheden, het reeds bestaande aanbod en de specifieke behoeften van de gemeenschap.

De trekkende organisatie en het netwerk errond spelen hierbij een cruciale rol. Neem gerust contact op met de regiocoördinator van Kom op tegen Kanker voor inspiratie en advies rond mogelijke samenwerkingen.

Frequentie en planning

De frequentie van activiteiten varieert: van incidentele bijeenkomsten tot een aanbod per kwartaal, maand, twee weken of zelfs wekelijks – afhankelijk van de lokale behoefte. Sommige regio's zijn tevreden met twee activiteiten per jaar, terwijl anderen vaker willen samenkomen.

Tijdens juli en augustus kan een zomerstop overwogen worden, maar het is goed om vooraf de haalbaarheid en noodzaak te bekijken. Let ook op het tijdstip van de activiteiten:

- **Namiddag:** Ideaal tussen 13u en 16u, behalve op woensdag.
- **Avond:** Houd rekening met de dienstregeling van het openbaar vervoer.
- Plan indien mogelijk buiten schooluren en schoolvakanties om een breder publiek te bereiken.

Duur en locatie

Een activiteit duurt gemiddeld 2 uur. Geschikte locaties zijn onder andere: lokaal dienstencentrum, inloophuis, cultuur- of zorgcentrum, buurthuis of café. Kies bij voorkeur een neutrale en vaste locatie die laagdrempelig, bekend en vertrouwd is voor het doelpubliek. Dit verlaagt de drempel om deel te nemen. Zorg er bovendien voor dat de locatie goed bereikbaar is met het openbaar vervoer en houd rekening met de wandelafstand.

3 Hoe pak je het concreet aan?

3.1 Regioanalyse

Een **regioanalyse** helpt om een goed beeld te krijgen van de doelgroep, lokale partners en de specifieke noden in jouw regio. Hoe beter je weet wat er leeft, hoe groter de kans dat je initiatieven succesvol zijn. Bovendien helpt zo'n analyse om prioriteiten te stellen. Een grondige regioscan combineert **kwantitatieve en kwalitatieve gegevens**:

- **Cijfergegevens:** aantal inwoners, inkomensniveau, gezinssamenstelling, aantal 80-plussers, chronisch zieken en kwetsbare groepen ...
- **Maatschappelijke uitdagingen:** vereenzaming, armoede, mobiliteit ...
- **Talenten en capaciteiten** van buurtbewoners en vrijwilligers.
- **Belanghebbenden en mogelijke partners:** lokale dienstencentra, ziekenhuizen, woonzorgcentra, welzijns- en gezondheidsorganisaties, verenigingen, inloophuizen, Huizen van de Mens ...

Hoe kwantitatief materiaal verzamelen?

- Controleer welke cijfergegevens al beschikbaar zijn over jouw regio of buurt.
- Raadpleeg provincies.incijfers.be voor sociaaleconomische data tot op buurtniveau.
- Neem contact op met het lokale bestuur (OCMW, Sociaal Huis, ombudsdienst ...).
- Vraag cijfers op bij lokale organisaties en verenigingen.

Meer info over kankerstatistieken en beschikbare ondersteuning:

- **Kanker in cijfers** – Hoe vaak komt kanker voor in België en Vlaanderen?
- **Leven met kanker** – Overzicht van lotgenotengroepen en inloophuizen.
- **Activiteiten** – Aanbod specifiek voor mensen met kanker in jouw regio.

Hoe kwalitatieve gegevens verzamelen?

Cijfers geven een objectief beeld, maar zeggen niet alles. Om écht te begrijpen wat er leeft, heb je ook kwalitatieve input nodig.

- **Stel een Sociale Kaart op:** Maak een overzicht van alle organisaties die actief zijn rond welzijn, gezondheid en maatschappelijke dienstverlening. Vul dit aan met particuliere initiatieven die mogelijks kunnen bijdragen.
- **Voer gesprekken en bevestigingen** met (ex-)patiënten, buurtbewoners, zorgpartners en sleutelfiguren om inzicht te krijgen in hun ervaringen en behoeften.

3.2 Samenstellen van een stuur- en werkgroep

Team up! Wie wil mee de schouders onder je initiatief zetten? Het is geen must, maar vele handen maken licht werk. Om info- en ontmoetingsmomenten toegankelijk te maken voor iedereen in de buurt, is samenwerking met lokale organisaties en diensten cruciaal. Deze initiatieven zijn immers geen op zichzelf staand concept, maar het resultaat van een sterke samenwerking binnen de zorg- en welzijnssector.

Wie betrek je bij de stuurgroep?

Op basis van je regioscan kun je een stuur- en/of werkgroep samenstellen. Denk aan:

- **Lokale diensten:** Gezondheid & welzijn van de gemeente, seniorenraad, lokaal dienstencentrum ...
- **Zorgpartners:** Mutualiteiten, thuiszorgorganisaties, huisartsen, (zelfstandige) thuisverpleegkundigen, oncocoach of -psycholoog, eerstelijnszones, ziekenhuizen, CAW ...
- **Gemeenschapsorganisaties:** Inloophuizen voor mensen met kanker, Huizen van de Mens, senioren- of buurtverenigingen, lotgenotengroepen, armoedeverenigingen, multiculturele organisaties, welzijnsschakels, moskeeën, buurtopbouwwerkers ...

Voordelen van samenwerking

Een samenwerking met meerdere partners biedt tal van voordelen:

- **Taakverdeling:** Iedereen draagt bij vanuit zijn expertise.
- **Kostenbeperking:** Partners kunnen sprekers of locaties (gratis) ter beschikking stellen.
- **Grotere bekendheid:** Via het netwerk van elke partner bereik je een breder publiek.

Werking van de stuurgroep

De stuurgroep komt minstens 1 à 2 keer per jaar samen, bij voorkeur in het voor- en najaar. Tijdens deze bijeenkomsten worden de activiteiten geëvalueerd, het nieuwe programma opgesteld en de taakverdeling besproken. Indien nodig kan een werkgroep worden samengesteld voor de operationele uitvoering. De frequentie van deze vergaderingen hangt af van het aantal geplande activiteiten.

Overeenkomst en engagement

Je kunt ervoor kiezen om een samenwerkingsdocument op te stellen waarin de rol en verantwoordelijkheid van elke partner wordt vastgelegd. Dit engagement geldt bij voorkeur voor minstens één jaar en kan zowel financiële, organisatorische als inhoudelijke bijdragen omvatten.

De leden van de stuurgroep vertegenwoordigen hun organisatie en zijn actief in de regio. Nieuwe leden worden steeds in overleg toegelaten en dienen de doelstellingen en werking van de stuurgroep te onderschrijven.

3.3 Verschillende taken en verantwoordelijkheden

Wat kun je verwachten van Kom op tegen Kanker?

Kom op tegen Kanker ondersteunt lokale partners bij de organisatie van info- en ontmoetingsmomenten. Deze ondersteuning omvat:

- **Thema-aanbod:** Inspiratie voor het jaarprogramma via de activiteitscatalogus (zie [Annex 1](#)) of advies op maat van de regiocoördinator.
- **Regiocoördinator:** Beschikbaar voor advies over thema's, sprekers en lokale partnerschappen. Op verzoek kan de coördinator deelnemen aan de stuurgroepvergaderingen.
- **Behoeftepeiling:** Inzichten in regionale noden via contacten met hulpverleners en organisaties.
- **Bekendmaking:** Promotie via folders, het patiëntenmagazine Leven en de website allesoverkanker.be/activiteiten.
- **Zorgvrijwilligers:** Eventuele inzet van zorgvrijwilligers ter ondersteuning van de activiteiten.

Verantwoordelijkheden van de lokale partner(s)

De lokale trekkers en hun partners zijn verantwoordelijk voor de volledige organisatie en coördinatie van de activiteiten. Dit omvat:

- **Planning en organisatie:**
 - Inplannen van vergaderingen (stuurgroep/werkgroep).
 - Opstellen en opvolgen van het jaarprogramma.
 - Aanduiden van sprekers, moderators en verantwoordelijken. (sjabloon afsprakennota in [Annex 2](#)).
- **Logistiek:**
 - Vinden van een vaste, neutrale locatie.
 - Zorgdragen voor catering.
- **Communicatie:**
 - Opstellen van een duidelijk programma.
- Bekendmaking via flyers, affiches, sociale media, lokale infobladen en allesoverkanker.be.
- Partners zetten hun eigen communicatiekanalen in om de activiteit te promoten.
- **Financiën:**
 - Beheren van facturen, onkosten- en honorariumnota's.
 - Eventueel zoeken naar financiële steun.
- **Evaluatie & Nazorg:**
 - Administratieve afhandeling en evaluatie van de activiteit. (evaluatieformulier en activiteitenverslag in [Annex 3](#) en [Annex 4](#)).



Tip: Zorg steeds voor één eindverantwoordelijke die het totaaloverzicht bewaakt.

Concreet takenoverzicht

- **Stuurgroep en werkgroep:** Vergaderingen faciliteren bij de start of voortzetting van info- en ontmoetingsmomenten.
- **Jaarprogramma:** Thema's bepalen en sprekers/moderators aanduiden.
- **Promotie:** Regionale gegevens verzamelen voor de folder, drukwerk afstemmen en verdeling organiseren.
- **Uitvoering:** Zorgen voor locatie, catering en administratieve opvolging.

In bijlage ([Annex 5](#)) vind je een gedetailleerde checklist van alle taken.

4 Bouwstenen voor (kwaliteitsvolle) info- en ontmoetingsmomenten

4.1 Sprekers

Een infomoment draait om het delen van waardevolle kennis en ervaringen. Het meest ideale scenario is, indien haalbaar, om twee sprekers uit te nodigen:

1. Ervaringsdeskundige: Een patiënt, mantelzorger of familielid deelt zijn of haar persoonlijke verhaal.

2. Professionele hulpverlener: Een expert uit de eigen regio die het thema inhoudelijk toelicht en aansluit bij het verhaal van de ervaringsdeskundige.

Aanbevolen volgorde: Eerst de ervaringsdeskundige, gevolgd door de professional, zodat de laatste kan inspelen op wat er werd gedeeld.

Belangrijke aandachtspunten:

- Zorg voor voldoende tijd en ruimte voor vragen en dialoog.
- Sprekers gebruiken eenvoudige, toegankelijke taal (zie richtlijnen hieronder).

4.2. Gastvrouw/-heer, gespreksleiders en moderators

Tijdens elk info- of ontmoetingsmoment is het wenselijk om minstens twee groepsbegeleiders aanwezig te hebben. Dit kunnen vrijwilligers zijn van Kom op tegen Kanker, een inloophuis, een lokaal dienstencentrum, OCMW, of beroepskrachten.

Taken:

- Onthaal en welkom heten.
- Ondersteuning van spreker(s) en deelnemers.
- Zorgen voor zaalschikking, catering (koffie/thee/lekkers).
- Begeleiden van gesprekken, vooral bij informele ontmoetingsmomenten zonder spreker.
- Bijhouden van de deelnemerslijst voor communicatie over vervolgvacatures.



Tip: Goede gespreksleiders hebben multidisciplinaire kennis, ervaring in het omgaan met mensen met kanker en inzicht in sociale kwetsbaarheden. Op vraag kunnen ze hiervoor ook deelnemen aan de lokale vormingen die Kom op tegen Kanker aan haar zorgvrijwilligers aanbiedt. Die kun je op onze [website](#) vinden.

Richtlijnen voor eenvoudig taalgebruik

Gespreksleiders formuleren vragen steeds vanuit het perspectief van de patiënt of mantelzorger en verduidelijken moeilijke terminologie. Eenvoudige communicatie betekent:

- Eenvoudige woorden en korte zinnen.
- Spreektaal in plaats van formele taal.
- Vaktermen vermijden of duidelijk uitleggen.
- Informatie logisch ordenen.
- Regelmatig parafraseren en samenvatten.

Sociale Kaart & Doorverwijzing

Groepsbegeleiders kennen idealiter de formele en informele sociale kaart goed om deelnemers accuraat te kunnen doorverwijzen. Dit omvat:

- Aanbod van Kom op tegen Kanker, het patiëntenmagazine Leven en infobrochures.
- Aanbod van zorg- en welzijnspartners in de buurt
- Sociale en financiële voorzieningen voor mensen met kanker en naasten (meer info op allesoverkanker.be).

Praktische Tips

- Houd de groepsdynamiek in het oog en bied een luisterend oor.
- Gebruik de opleidings-PPT voor groepsbegeleiders (zie [Annex 6](#)).
- Sluit een gratis vrijwilligersverzekering af via het [Vlaams Steunpunt Vrijwilligerswerk](#).

4.3 Bekendmaking en communicatie

Een sterke communicatiecampagne is cruciaal voor het succes van je info- en ontmoetingsmomenten, ongeacht hoe lang ze al bestaan. Veel mensen vinden de informatie moeilijk en zonder voortdurende communicatie blijft de doelgroep vaak onbereikt.

De stuurgroep is verantwoordelijk voor de bekendmaking en kan hiervoor een stappenplan opstellen. Kies voor een brede, multichannel aanpak en focus niet alleen op folders, maar ook op:

- Artikels in lokale media, stadsmagazines, parochiebladen en ledenbladen van partnerorganisaties.
- Websites, sociale media en het gemeentelijk informatieblad.

- Affiches in zorg- en welzijnsorganisaties, gemeentehuizen, bibliotheken en lokale verenigingen.
- Plekken met veel passage, zoals supermarkten (Aldi, Lidl), postkantoren en krantenwinkels.



Tip: Breng folders naar huisartsen, apothekers, thuiszorgdiensten, ziekenfondsen, woonzorgcentra, CGG, CAW en welzijnsorganisaties.

Toegankelijke en wervende communicatie

Effectieve communicatie begint bij duidelijke, eenvoudige taal die dicht bij de spreektaal ligt.

Belangrijke aandachtspunten:

- Gebruik korte zinnen en vermijd vakjargon.
- Structureer informatie consequent voor herkenbaarheid.
- Zet een duidelijke titel, datum, locatie en contactgegevens op affiches en flyers.

Samenwerking met eerstelijnsdiensten is essentieel om mensen uit de thuiszorg te bereiken. Brochures en media zijn niet voldoende; persoonlijke communicatie verlaagt de drempel om deel te nemen.



Extra Tip: Moedig hulpverleners aan om samen met patiënten en familieleden naar het eerste infomoment te gaan om de drempel te verlagen.

Waarom goede communicatie zo belangrijk is

Hoewel het aanbod aan initiatieven groot is, kennen veel hulpbehoevenden het zorglandschap onvoldoende. Dit geldt niet alleen voor kwetsbare doelgroepen, maar ook voor zorgprofessionals zelf.

Sterke communicatie kan:

- De zorggeletterdheid en het welzijn verhogen.
- De betrokkenheid van mensen, verenigingen en organisaties vergroten.

Tips voor een geslaagde communicatie

1. Focus op je doelgroep

- Waar bevindt je doelgroep zich, zowel fysiek als online?
- Post daar digitale flyers en leg fysieke exemplaren op zichtbare plekken.
- Gebruik eenvoudige taal en bied altijd een papieren flyer aan, vooral voor kwetsbare doelgroepen die minder digitaal actief zijn.

2. Werk samen met partners

- Betrek zorgvrijwilligers van Kom op tegen Kanker, lokale zorg- en welzijnspartners en handelaars bij de bekendmaking.

3. Zet eigen kanalen in

- Gebruik je eigen communicatiekanalen, zoals het lokale infoblad, Facebook-pagina of nieuwsbrief.

4. Surf mee op andermans communicatie

- Vraag partnerorganisaties om je activiteit op te nemen in hun communicatiekanalen.

5. Ga voor persoonlijke communicatie

- Spreek mensen rechtstreeks aan of laat je partners dit doen. Dit blijft de meest effectieve manier om mensen te bereiken!

4.4 Evaluatie en nazorg

Na afloop van je info- of ontmoetingsmomenten is het belangrijk om feedback van de deelnemers te verzamelen. Dit kan zowel mondeling als schriftelijk. De inzichten die je hiermee opdoet, helpen om toekomstige initiatieven verder te verbeteren.

Hebben de deelnemers of jullie zelf na het event behoefte aan een luisterend oor of specifieke ondersteuning met betrekking tot kanker? Dan kan de [Kankerlijn](#) altijd gecontacteerd worden.

De Kankerlijn is de vraag- en meldingslijn van Kom op tegen Kanker. Iedereen kan er terecht voor een anoniem luisterend oor, deskundig advies of een bemoedigend gesprek. Je kunt er ook melden wanneer patiënten, naasten of jullie als zorgprofessionals met problemen worden geconfronteerd. Op basis van die meldingen kan Kom op tegen Kanker daarna nog beter opkomen voor de belangen van patiënten.

5 Budget

Het organiseren van info- en ontmoetingsmomenten voor mensen met kanker en hun naasten hoeft niet duur te zijn. Door goede partnerschappen kunnen de kosten vaak verdeeld worden. Samenwerkende organisaties kunnen een startbedrag inbrengen, soms op vrijwillige basis.

Sprekers kunnen soms gratis worden geleverd door partners, zoals artsen, oncopsychologen of diëtisten via ziekenhuizen. Voor sociale en financiële info kunnen mutualiteiten ook helpen. Of er kan ook steeds beroep gedaan worden op een lokale notaris voor een uitzetting rond erfenissen en testamenten. De kosten voor professionele sprekers kunnen sterk variëren, dus dit bespreek je het best per geval. Een waardevolle attentie (zoals een boekenbon of cinematicket) kan al voldoende zijn.

Denk ook aan lokale talenten in je buurt! Misschien is er iemand die gratis kan optreden, muziek speelt, of een wandelgroep begeleidt. Dit kan de activiteit verrijken zonder extra kosten.

Locaties worden vaak gratis beschikbaar gesteld door lokale partners, zoals dienstencentra of inloophuizen. Zij bieden vaak ook consumpties aan voor de deelnemers.

Wat betreft drukwerk kunnen de kosten door partners gezamenlijk of afzonderlijk worden gedragen.

Hoewel het ideaal is om activiteiten gratis aan te bieden, is het ook oké om een minimum aan inschrijvingsgeld te vragen bijvoorbeeld een kleine bijdrage voor een drankje, wat soms de deelname ook vergroot.

Tot slot

Namens Kom op tegen Kanker wensen we jullie veel succes, plezier én aangename contacten bij het organiseren van lokale info- en ontmoetingsmomenten voor mensen met kanker en hun naasten. We hopen dat deze inspiratiegids met verdiepende bijlagen daarbij kan helpen.

Voor vragen of suggesties kunnen jullie altijd terecht bij de [regionale coördinator van Kom op tegen Kanker](#).

Meer info over de visie, missie en het aanbod van Kom op tegen Kanker:

- 👉 [Kom op tegen Kanker](#)
- 👉 [Alles over Kanker](#)

Communicatietips:

- 👉 [Gesprekstips met mensen met kanker](#)
- 👉 [Vrijwilligerswaaier Kom op tegen Kanker](#)

Annexen

Annex 1: [Catalogus ter inspiratie](#)

Annex 2: [Afsprakennota](#)

Annex 3: [Evaluatieformulier](#)

Annex 4: [Voorbeeld activiteitenverslag](#)

Annex 5: [Uitgebreide checklist van taken](#)

Annex 6: [PPT 'Groepsprocessen begeleiden' voor zorgprofessionals & vrijwilligers](#)

kom 
optegen
kanker