

Harmonie est un projet de la Clinique Saint-Jean qui vise à offrir des activités en groupe à des patients atteints d'un cancer en cours de traitement ou en rémission, et à leurs proches. Ces activités ont pour but de promouvoir le bien-être physique, psychologique et social des patients et des proches aidants, qu'ils soient traités à la Clinique Saint-Jean ou dans un autre hôpital de la Région bruxelloise.

Harmonie propose trois types d'activités :

- Des ateliers d'informations
- Des ateliers découverte
- Des ateliers harmonie



Les ateliers d'informations visent à transmettre des connaissances et permettre d'aller plus en profondeur autour d'une thématique particulière (par exemple : fatigue et exercice physique, bienfaits de l'acupuncture, nutrition, retour au travail, etc.). Elles sont proposées par des intervenants spécialistes de cette thématique.

Les séances se déroulent en français, mais un interprète (néerlandais, turc, arabe, russe, etc.) peut y assister à la demande, sous réserve de disponibilité. Cette demande d'interprète doit être spécifiée lors de l'inscription.



Les ateliers découverte sont l'occasion de découvrir une nouvelle pratique (par exemple : yoga, boxe douce, danse, etc.) adaptée aux patients oncologiques. Les patients pourront ensuite décider d'approfondir cette pratique en dehors des activités Harmonie s'ils le souhaitent.



Les ateliers harmonie offrent un espace de rencontre et d'échange autour d'une activité commune (par exemple : écriture, art thérapie, soins corporels, atelier cuisine, etc.). Ils sont dispensés par des intervenants spécialisés en oncologie.

Quelques informations pratiques :

- Toutes les activités sont gratuites et se réalisent en groupe
- Inscription obligatoire via e-mail : harmonie@clstjean.be
- Le nombre de place est limité pour certaines activités, inscrivez-vous bien à temps
- Ouvert à tous les patients atteints d'un cancer ou leurs proches, qu'ils soient soignés à la Clinique Saint-Jean ou dans un autre hôpital de la Région bruxelloise
- Accessible durant les traitements et dans la phase de rémission, sans limite dans le temps
- Les activités ont lieu sur le site Botanique de la Clinique Saint-Jean : Boulevard du Jardin botanique 32, 1000 Bruxelles

"Nous avons choisi le terme Harmonie, car il symbolise les deux piliers de nos activités : la dimension de groupe et de mieux-être." Salomé, Amélie et Sandra



Découvrez notre calendrier des activités sur le site web de la clinique :



Pour toute information complémentaire et question, contactez l'équipe Harmonie à l'adresse harmonie@clstjean.be

Harmonie

Groeps- en welzijnsactiviteiten voor kankerpatiënten en hun naasten



www.klstjean.be

Harmonie wil groepsactiviteiten aanbieden voor kankerpatiënten en hun naasten, tijdens de behandeling en de nazorgfase. Het doel van deze activiteiten is om het fysieke, psychische en sociale welzijn van patiënten en hun mantelzorgers te bevorderen, of ze nu behandeld worden in Kliniek Sint-Jan of een ander ziekenhuis in het Brussels Gewest.

Harmonie biedt drie soorten groepsactiviteiten aan:

- Informatiesessies
- Kennismakingssessies
- Workshops Harmonie



Onze informatiesessies zijn bedoeld om kennis over te dragen en bieden de gelegenheid om dieper in te gaan op een bepaald onderwerp (bv.: vermoeidheid en lichaamsbeweging, de voordelen van acupunctuur, voeding, terugkeer naar het werk ...). Ze worden gegeven door specialisten in het onderwerp in kwestie.

De sessies gaan door in het Frans, maar een tolk (Nederlands, Turks, Arabisch, Russisch ...) kan op vraag aanwezig zijn, afhankelijk van de beschikbaarheid. De tolk moet bij de inschrijving aangevraagd worden.



Onze kennismakingssessies zijn de gelegenheid om nieuwe activiteiten te ontdekken (bv. yoga, soft boxing, dans ...) die specifiek op punt werden gesteld voor kankerpatiënten. Patiënten kunnen vervolgens beslissen of ze deze activiteiten willen volgen buiten de activiteiten van Harmonie om.



Onze workshops Harmonie bieden een plek om elkaar te ontmoeten en ideeën uit te wisselen rond een gezamenlijke activiteit (bv. schrijven, kunsttherapie, lichaamsverzorging, kookworkshop ...). Ze worden gegeven door kankerspecialisten.

Praktische informatie over deze activiteiten:

- Alle activiteiten zijn gratis en vinden plaats in groepsverband.
- Inschrijven per e-mail is verplicht: harmonie@klstjan.be.
- Voor sommige activiteiten is het aantal plaatsen beperkt. Schrijf je dus tijdig in.
- De activiteiten staan open voor alle kankerpatiënten en hun naasten, of ze nu behandeld worden in Kliniek Sint-Jan of een ander ziekenhuis in het Brussels Gewest.
- Ze zijn toegankelijk tijdens de behandeling én de nazorgfase, zonder beperking in de tijd.
- De activiteiten vinden plaats op de site Kruidtuin van Kliniek Sint-Jan: Kruidtuinlaan 32, 1000 Brussel.

“We hebben de term **Harmonie** gekozen omdat ze symbool staat voor de twee pijlers van onze activiteiten: het groepsaspect en de welzijnsdimensie.”

Salomé, Amélie et Sandra



Ontdek onze activiteiten-
kalender op de website
van de kliniek



Voor meer informatie of vragen, contacteer het team Harmonie op harmonie@klstjan.be

Harmonie

**Activités de groupe et de « mieux-être »
pour les patients atteints d'un cancer et
leurs proches**



www.clstjean.be