



JE LEVENSTIJL
ALS MEDICIJN

BORSTKANKER RETREAT

Wil je er even tussenuit? Wat rust nemen EN je levensstijl optimaliseren.

25-28 OKTOBER 2021
VAYAMUNDO HOTEL OOSTENDE

Voor mensen die herstellen van borstkanker.

Ook partners zijn welkom !

110 euro alles inclusief (voor de partner is het 160 euro)

Elke deelnemer ontvangt het boek 'Je levensstijl als

medicijn' van Prof. Reginald Deschepper

Inschrijving : Vayamundo bij Riet Quaeghebeur

Email : groups@vayamundo.eu

Tel : 059 564220

OPTIMALISEER JE LEVENSTIJL

Wat te verwachten?

Lezingen 'je levensstijl als medicijn'

Workshop 'goed slapen'

Workshop 'relaxatie en beweging'

Lezing omtrent sociale aspecten en zingeving

Workshop 'gezonde voeding'

Start op maandag 25/10 om 16u

Einde voorzien op donderdag 28/10 rond 13u

Daarnaast kun je tijdens je verblijf gebruik maken van de faciliteiten die Vayamundo Oostende biedt. Geniet van het zwembad, wellness, fitness en de gezellige bar met zeezicht.

Begeleiding :

Prof. Reginald Deschepper (medisch antropoloog, prof. em. VUB en voorzitter LifeMe)

Kinesist Ellen Rabaey (multidisciplinair centrum Vitaflow)

Meer info omtrent de retreat?

Mail naar reginald.deschepper@vub.be of tel 0486 63 25 99

