



# Gelijkwaardigheid

in het leven voor, met en na kanker



## Gelijkwaardigheid voor, met en na kanker

### **Gezondheid is ongelijk verdeeld**

Wie minder opleiding heeft of minder te besteden, leeft gemiddeld korter en wordt eerder ziek. Het risico op kanker is bij sommige vormen zelfs twee tot drie keer hoger. Gezondheidsverschillen beïnvloeden niet alleen je risico op kanker, ook of je op tijd een diagnose krijgt, welke behandeling je ontvangt en hoe je leven eruitziet na kanker.

### **Van mensgericht naar gelijkwaardig**

Gezondheidsverschillen zijn geen natuurwet. Ze ontstaan uit hoe we samenleven: uit beleid, taal en structuren die kansen ongelijk verdelen. Drempels zitten niet alleen in systemen, maar soms ook in onszelf. Als Nederlands Kanker Collectief willen we die verschillen niet accepteren. Binnen de Nederlandse Kanker Agenda werken we mensgericht: denken vanuit wat ieder mens écht nodig heeft. Van daaruit groeit gelijkwaardigheid: omstandigheden creëren waarin iedereen de kans krijgt om gezond te leven, ongeacht wie je bent of waar je vandaan komt. Gezondheid gaat daarmee over iets groters: niet alleen over de afwezigheid van ziekte,

maar over de mogelijkheid om mee te doen, keuzes te maken en jezelf te kunnen zijn – vóór, mét en ná kanker.

### **Onze verantwoordelijkheid**

Gezondheidsverschillen raken ons allemaal: jong of oud, man of vrouw, praktisch of theoretisch opgeleid. En mensen in een kwetsbare situatie in het bijzonder. Gezondheidsverschillen raken ook aan wat we rechtvaardig vinden. Wie goed kijkt, ziet niet alleen ongelijkheid, maar ook onze gezamenlijke verantwoordelijkheid om die te verkleinen.

### **Waar ons werk begint**

Kanker ontstaat overal, maar treft mensen ongelijk. Als we die ongelijkheid laten voortbestaan, dan groeit de kloof: in gezondheid, vertrouwen, in herstel. Dit vraagt dat we ons verdiepen in ongelijkheid, in diversiteit – in elkaar. Zo verandert kijken in werkelijk zien: met een blik die recht doet aan verschil. Met die blik bouwen we aan zorg en een samenleving die ieder mens erkent. Dat is waar gelijkwaardigheid over gaat. En waar ons werk begint.

# De realiteit vraagt iets ongelijks

## De werkelijkheid

We beginnen niet allemaal op dezelfde plek in het leven en krijgen niet dezelfde kansen mee. Dat is de realiteit: ongelijk, maar niet onveranderlijk.

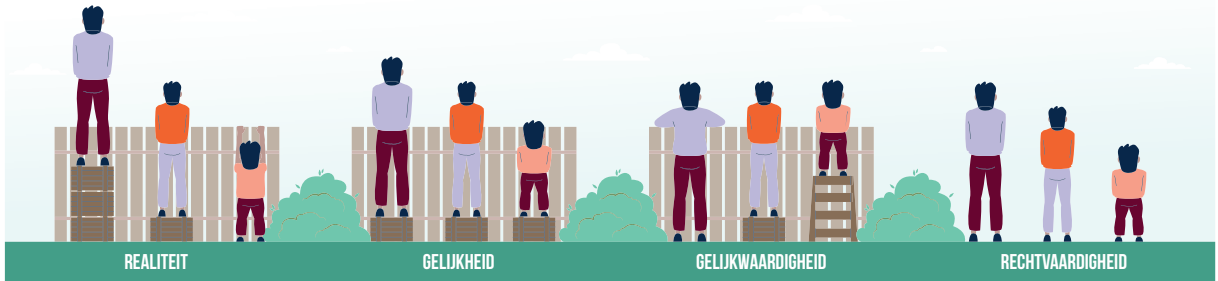
## Gelijkheid en gelijkwaardigheid

Gelijkheid betekent iedereen hetzelfde behandelen. Maar als niet iedereen op gelijke hoogte begint, blijft gelijkheid oneerlijk. Gelijkwaardigheid betekent oog hebben voor verschil en doen wat nodig is om die

disbalans te herstellen zodat iedereen kan meedoen, met eerlijke toegang tot kansen, zorg en middelen.

## Naar rechtvaardigheid

Rechtvaardigheid gaat een stap verder dan gelijkwaardigheid. Het kijkt voorbij het individu en pakt de oorzaken van ongelijkheid aan: in samenwerking, beleid en de manier waarop we gezondheid organiseren. Zodat kansen op gezondheid vanzelfsprekend zijn – vóór, mét en ná kanker.



## De bril waardoor we kijken

Iedereen heeft een eigen identiteit. Die bestaat uit allerlei kenmerken, zoals je leeftijd, inkomen, huidskleur, gezondheid of overtuiging. Samen vormen ze wie je bent, hoe je je ontwikkelt en hoe je wordt gezien.

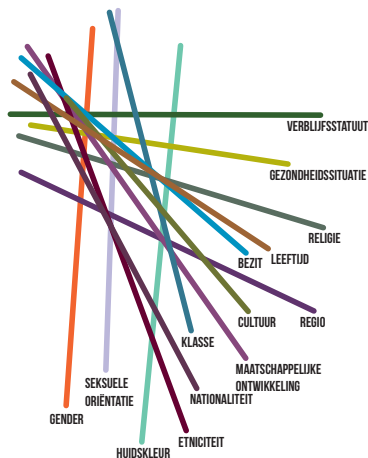
### Meer dan één kenmerk

De 14 assen van identiteitsvorming van socioloog Helma Lutz helpen om dat te begrijpen. Identiteit is meer dan één kenmerk, of de optelsom ervan. Want kenmerken staan niet los van elkaar: ze beïnvloeden en versterken elkaar. En zijn voortdurend in beweging. Juist op die kruispunten ontstaan unieke ervaringen van kansen, macht en ongelijkheid.

### Op kruispunten ontstaat verschil

Dit samenspel noemen we kruispuntdenken.

Niemand is alleen maar vrouw, of gekleurd, of rijk, of ziek. Iedereen bevindt zich op meerdere kruispunten tegelijk. Door die samenhang te zien, begrijpen we beter waar ongelijkheid ontstaat én waar ruimte ligt om samen betere keuzes te maken.



### Onze gezamenlijke bril

Deze manier van kijken is onze gezamenlijke bril. Ze helpt om ongelijkheid niet te versimpelen, maar te doorgronden. Om te zien wat we normaal zijn gaan vinden, wie buiten beeld dreigt te raken en waar we kunnen bijsturen. Met deze bril maken we gezondheidsverschillen zichtbaar, herkennen we kwetsbaarheid én privilege. Zo bouwen we aan zorg en ondersteuning die niet uitgaan van gemiddelden, maar van echte mensen.



## De 14 assen toegelicht

Elke as vertelt iets. De kruispunten ertussen vertellen het echte verhaal.

- 1 Gender** - Sekse (mannelijk/vrouwelijk/intersekse), genderidentiteit (cisgender/transgender/non-binair) en genderexpressie (hoe iemand uiting geeft aan genderidentiteit) vormen samen iemands gender.
- 2 Seksuele oriëntatie** - De aantrekking tot mensen van een bepaald geslacht of gender.
- 3 Huidskleur** - Een zichtbaar kenmerk van de huid dat invloed kan hebben op hoe mensen worden gezien en behandeld.
- 4 Etniciteit** - De culturele en sociale identiteit die mensen delen, bijvoorbeeld via taal, herkomst of gebruiken.
- 5 Nationaliteit** - De juridische status en verbondenheid met een land of staat.
- 6 Klasse** - Verouderde term. We spreken nu over de maatschappelijke positie van een persoon of groep. Deze is onder meer gevormd door sociale, economische, historische en culturele factoren.
- 7 Cultuur** - De gedeelde waarden, normen en gewoonten binnen een groep, die invloed hebben op gedrag.
- 8 Religie** - Geloofsovertuigingen en tradities die zin en betekenis geven aan het leven.
- 9 Gezondheidssituatie** - De fysieke en mentale gezondheid van een persoon en de invloed daarvan op deelname aan de samenleving.
- 10 Leeftijd** - De levensfase waarin iemand zich bevindt.
- 11 Verblijfsstatuut** - De juridische status van iemand in een land, zoals burger of gevlucht persoon.
- 12 Bezit** - De middelen waarover iemand beschikt: materieel (zoals inkomen of eigendom) en niet-materieel (zoals kennis, netwerk of status).
- 13 Regio (Noord-Zuid/Oost-West)** - Geografische ligging en economische context die levensomstandigheden mede bepalen, zowel binnen landen als wereldwijd.
- 14 Maatschappelijke ontwikkeling** - De sociale en economische vooruitgang van een persoon, gemeenschap of land.



## Wat we kunnen doen

### **De stap van zien naar doen**

We weten nu beter hoe ongelijkheid werkt, hoe verschil ontstaat en waar drempels liggen. Bewustwording is pas het begin. Gelijkwaardigheid vraagt iets ongelijks. En dat vraagt om handelen.

### **Een gezamenlijke opgave**

Bij kanker worden gezondheidsverschillen scherp zichtbaar. 1 op de 2 Nederlanders krijgt met kanker te maken en in elke fase – van preventie tot leven na kanker – werken ongelijkheden door. Doen wij niets, dan worden bestaande verschillen alleen maar groter.

### **Handelen: samen en apart**

Daarom willen en moeten we handelen: samen én apart. Als collectief, in onze professionele rollen, maar ook persoonlijk. Deze kalender is gemaakt om op alle fronten stappen te zetten: met 53 weken vol feiten, inspiratie en reflecties om samen verschil te maken.

### **Samen blijven groeien**

Deze kalender is met zorg samengesteld. Toch is ons vast ergens een bron of invalshoek ontgaan. Iedereen kijkt door een eigen bril en soms missen we iets: in kennis, actualiteit, toon of taal of in wat we (nog) niet zien. Dat hoort bij werken aan gelijkwaardigheid.

We leren allemaal hierin. Door te merken wat schuurt en te onderzoeken waarom iets ons raakt. Fouten horen erbij, zolang we blijven leren en delen wat we ontdekken. Zo komen we samen steeds een stap verder, richting meer gelijkwaardigheid.



### **Bronnen in deze kalender**

Achter elke pagina zitten cijfers, verhalen en inzichten die we samenbrachten uit vele bronnen. [Klik hier](#) voor de volledige lijst.

WK	MA	DI	WO	DO	VR	ZA	ZO
1				1	2	3	4
2	5	6	7	8	9	10	11
3	12	13	14	15	16	17	18
4	19	20	21	22	23	24	25
5	26	27	28	29	30	31	

DRY JANUARY

24 JANUARI

Internationale dag  
van het onderwijs

Januari

## Wie leeft gezonder?

### Feiten

Mensen met een lager inkomen roken vaker en bewegen minder. Mensen met een hoger inkomen drinken vaker alcohol.

### Een laag dieper

Een eerste oordeel ligt snel op de loer. Terwijl leefstijl veel complexer is en vaak samenhangt met omstandigheden, stress en gewoonten.

### Reflectie

Welke leefstijlgewoonte vind jij zelf moeilijk om aan te passen?

week  
**01**

maandag  
**29**

dinsdag  
**30**

woensdag  
**31**

donderdag  
**1**

vrijdag  
**2**

zaterdag  
**3**

zondag  
**4**

# Januari

## Dry January

Steeds meer mensen starten het jaar zonder alcohol. Niet alleen om even te resetten, maar ook omdat alcohol het risico verhoogt op minstens zeven soorten kanker, zelfs bij matig gebruik. Best gek eigenlijk, dat we nog steeds proosten op onze gezondheid met iets wat die juist schaadt.

Doel 2 NKA

**Vraag**  
Wat drink jij op je gezondheid?



week  
**02**

maandag

**5**

dinsdag

**6**

woensdag

**7**

donderdag

**8**

vrijdag

**9**

zaterdag

**10**

zondag

**11**

## Als zorgen zich opstapelen

### Feiten

Kanker raakt iedereen, maar niet iedereen even hard. Wie minder te besteden heeft, krijgt vaker extra geldzorgen: over werk, inkomen en rekeningen. Overleven is niet alleen lichamelijk, ook financieel.

### Een laag dieper

Wie ziek wordt, verliest vaak ook financiële ruimte. Driekwart van de mensen met kanker krijgt te maken met minder inkomen of extra uitgaven. Vaak blijvend.

Zo versterkt ziekte bestaande verschillen in gezondheid. Een cirkel die we alleen doorbreken als we gezondheid en bestaanszekerheid samen zien.

Doel 18 NKA

week  
**03**

maandag

**12**

dinsdag

**13**

woensdag

**14**

donderdag

**15**

vrijdag

**16**

zaterdag

**17**

zondag

**18**

## 24 jaar minder gezondheid

### **Feiten**

De meest welvarende vrouwen in Nederland leven gemiddeld 24 jaar langer in goede gezondheid dan de minst welvarende vrouwen.

Ook bij mannen is het verschil groot: 23 jaar. Dat is een verschil van een generatie in gezonde jaren.

### **Reflectie**

Wat vind jij eerlijk: iedereen dezelfde zorg en ondersteuning bieden? Of juist meer aan wie minder gezonde jaren heeft?

week  
**04**

maandag

**19**

dinsdag

**20**

woensdag

**21**

donderdag

**22**

vrijdag

**23**

zaterdag

**24**

zondag

**25**

WK	MA	DI	WO	DO	VR	ZA	ZO
5							1
6	2	3	4	5	6	7	8
7	9	10	11	12	13	14	15
8	16	17	18	19	20	21	22
9	23	24	25	26	27	28	

BLACK HISTORY MONTH

**4 FEBRUARI**

Wereldkankerdag

**15 FEBRUARI**

Internationale dag  
van de kinderkanker

**20 FEBRUARI**

Internationale dag  
van de sociale rechtvaardigheid

**Februari**

## **Vrouw- manverschillen**

### **Feiten**

Meer mannen dan vrouwen krijgen kanker. Vrouwen overleven de ziekte vaker. Zelfs als rekening wordt gehouden met leeftijd, stadium en behandeling.

### **Een laag dieper**

Dat betekent niet dat vrouwen er beter voorstaan. Ze krijgen vaker kanker op jongere leeftijd, ervaren meer bijwerkingen en vaker restklachten.



### **Doen!**

Verdiep je in wat we weten over vrouw-manverschillen bij kanker. Via de QR-code vind je de cijfers én de ervaringen.

week  
**05**

maandag  
**26**

dinsdag  
**27**

woensdag  
**28**

donderdag  
**29**

vrijdag  
**30**

zaterdag  
**31**

zondag  
**1**

# 04 februari

## Wereldkankerdag

Kanker raakt ons allemaal. 1 op de 2 Nederlanders krijgt ooit kanker. Kanker kan iedereen treffen, ongeacht leeftijd, achtergrond of gender. Maar de kansen op tijdige diagnose, goede zorg en herstel zijn niet voor iedereen gelijk.



### Reflectie

Vandaag is een moment om even stil te staan. Bij wie ziek is of herstelt. Bij wie zorgt of iemand mist.

week  
**06**

maandag  
**2**

dinsdag  
**3**

woensdag  
**4**

donderdag  
**5**

vrijdag  
**6**

zaterdag  
**7**

zondag  
**8**

## Taal voor iedereen

### Feit

1 op de 3 Nederlanders heeft moeite om medische informatie te begrijpen, vinden en gebruiken.

De zorg is voor hen vaak te ingewikkeld. Dit geldt niet alleen voor nieuwkomers, ook voor mensen die hier geboren en getogen zijn.

### Inspirerend voorbeeld

In veel ziekenhuizen lopen programma's om taal toegankelijker te maken. 'Consult' wordt zo 'afpraak met de arts'.

### Reflectie

Merk je ook wel eens dat je woorden gebruikt die niet voor iedereen vanzelfsprekend zijn?

week  
**07**

maandag

**9**

dinsdag

**10**

woensdag

**11**

donderdag

**12**

vrijdag

**13**

zaterdag

**14**

zondag

**15**

# 20 februari

Internationale dag van  
de sociale rechtvaardigheid

Gelijkwaardigheid in gezondheid gaat  
over ondersteuning en zorg die  
rechtvaardig is, menselijk en met  
oog voor verschil.

## Reflectie

Wat raakt jou echt als je denkt  
aan wat niet rechtvaardig is?  
Wat ligt binnen jouw macht  
om te veranderen –  
en wat niet?

week  
**08**

maandag  
**16**

dinsdag  
**17**

woensdag  
**18**

donderdag  
**19**

vrijdag  
**20**

zaterdag  
**21**

zondag  
**22**

WK	MA	DI	WO	DO	VR	ZA	ZO
9							1
10	2	3	4	5	6	7	8
11	9	10	11	12	13	14	15
12	16	17	18	19	20	21	22
13	23	24	25	26	27	28	29
14	30	31					

#### 1 MAART

Zero discrimination day

#### 4 MAART

Wereld HPV-dag

#### 8 MAART

Internationale vrouwendag

#### 2E WEEK VAN MAART

Week van de zeldzame kankers

#### 19 MAART

Start Eid-al-Fitr (verwachte start)

#### 21 MAART

Internationale dag tegen racisme en discriminatie

#### 31 MAART

Internationale transgender zichtbaarheidsdag

# Maart

# 01 maart

## Zero discrimination day

Verandering begint niet bij regels, maar bij mensen.

Bij wie ongelijkheid ziet, bij wie kiest om te handelen en bij wie opstaat als het ertoe doet.

Door een collega te steunen, een vraag te stellen, of ruimte te maken voor een ander perspectief.

Niet discrimineren is een begin. Opstaan maakt het verschil.

week  
**09**

maandag  
**23**

dinsdag  
**24**

woensdag  
**25**

donderdag  
**26**

vrijdag  
**27**

zaterdag  
**28**

zondag  
**1**

# 08 maart

## Internationale Vrouwendag

Vrouwen lopen vaker tegen drempels in de zorg aan: door onbekendheid, vooroordelen of gebrek aan kennis over vrouwengezondheid. Gelijke rechten en gelijkwaardige gezondheid horen bij elkaar.



### Doen!

Lees de Nationale Strategie Vrouwengezondheid en denk en doe mee aan meer gelijkwaardige zorg.

week  
**10**

maandag  
**2**

dinsdag  
**3**

woensdag  
**4**

donderdag  
**5**

vrijdag  
**6**

zaterdag  
**7**

zondag  
**8**

## Wie wordt uitgenodigd voor bevolkingsonderzoek?

### Feiten

Niet iedereen past in de hokjes waarop ons zorgsysteem is gebouwd. Transmannen met een baarmoeder of borsten kunnen meedoen aan bevolkingsonderzoeken, maar krijgen nog steeds geen automatische uitnodiging als hun geslachtsregistratie is aangepast.

### Reflectie

Hoe beïnvloeden we systemen zodat ze meebewegen met de werkelijkheid van mensen?

week

**11**

maandag

**9**

dinsdag

**10**

woensdag

**11**

donderdag

**12**

vrijdag

**13**

zaterdag

**14**

zondag

**15**

# 19 maart (verwachte start)

## Eid-al-fitr (Suikerfeest)

Ramadan is een maand van bezinning, zelfbeheersing en delen. Door te vasten kom je dichterbij jezelf, bij anderen en bij wat echt belangrijk is. Het Suikerfeest viert dat samen: het licht na de inspanning, de tafel die weer vol mag zijn.



### Reflectie

Hoe kun jij vandaag iets delen dat voor een ander verschil maakt?

week  
**12**

maandag  
**16**

dinsdag  
**17**

woensdag  
**18**

donderdag  
**19**

vrijdag  
**20**

zaterdag  
**21**

zondag  
**22**

## De Nederlandse Kanker Agenda

Samen werken we aan één missie: de impact van kanker op de samenleving verminderen. Dat doen we met de Nederlandse Kanker Agenda (NKA).

De NKA is een actiegericht nationaal kankerplan met 20 doelen tot 2032. Van voorkomen tot leven na kanker, met aandacht voor de mens als geheel. De agenda bundelt kennis, doelen en acties in één gezamenlijke koers.



### Doen!

Lees de Nederlandse Kanker Agenda en kijk waar jij verschil kunt maken voor meer gelijkwaardigheid in gezondheid.

week  
**13**

maandag

**23**

dinsdag

**24**

woensdag

**25**

donderdag

**26**

vrijdag

**27**

zaterdag

**28**

zondag

**29**

WK	MA	DI	WO	DO	VR	ZA	ZO
14			1	2	3	4	5
15	6	<b>7</b>	8	9	10	11	12
16	13	14	15	16	17	18	19
17	20	21	22	23	24	<b>25</b>	26
18	27	<b>28</b>	29	30			

#### 7 - 11 APRIL

AYA awareness week

#### 7 APRIL

Wereldgezondheidsdag

#### 25 APRIL

Wereld DNA-dag

#### 28 APRIL

Werelddag voor veiligheid en  
gezondheid op het werk

# April

**Nieuw in  
Nederland,  
waardevol  
in de zorg**

**Feit**

De vraag naar zorgpersoneel is groot en blijft groeien. Tegelijkertijd staan mensen klaar met kennis, ervaring en motivatie, die nog niet altijd de kans krijgen om bij te dragen.

Het gaat om statushouders die in hun land bijvoorbeeld werkten als radioloog of verpleegkundige. Sommigen werken nu wél al in Nederlandse ziekenhuizen waar ze teams versterken.



**Doen!**

Lees in onze bronnen hoe ziekenhuizen dit voor elkaar kregen.

week  
**14**

maandag  
**30**

dinsdag  
**31**

woensdag  
**1**

donderdag  
**2**

vrijdag  
**3**

zaterdag  
**4**

zondag  
**5**

# 7-11 april

## AYA awareness week

Bij jongvolwassenen wordt bij klachten lang niet altijd aan kanker gedacht. Niet door zorgverleners, niet door de jongvolwassenen zelf. Daardoor kan de diagnose soms later gesteld worden.

AYA = Adolescent & Young Adult with cancer

## Reflectie

Hoe zorgen we dat jonge mensen met onverklaarde klachten serieus genomen worden?  
Op school, op het werk en aan de keukentafel.

week  
**15**

maandag

**6**

dinsdag

**7**

woensdag

**8**

donderdag

**9**

vrijdag

**10**

zaterdag

**11**

zondag

**12**

## Duik dieper

Achter elke week schuilt meer. Onderzoek. Rapporten. Bronnen. Inspirerende artikelen.

Soms zie je direct een QR-code in de kalender staan. Daarnaast hebben we alle bronnen verzameld in één overzichtelijk document.

Wil je verder lezen, delen of checken?

**Klik en ontdek** het complete bronnenoverzicht op onze webpagina over gelijkwaardigheid.



week  
**16**

maandag  
**13**

dinsdag  
**14**

woensdag  
**15**

donderdag  
**16**

vrijdag  
**17**

zaterdag  
**18**

zondag  
**19**

## Zorg die samenwerkt en samenhangt

### Feit

Steeds meer mensen leven met én na kanker. Vaak hebben ze ook andere chronische aandoeningen. Deze multimorbiditeit heeft invloed op behandelopties en herstel. Zo krijgen zij vaker een andere of minder intensieve behandeling en herstellen ze gemiddeld minder goed. De zorg die zij ontvangen is bovendien regelmatig versnipperd.

### Reflectie

Hoe kunnen huisarts, ziekenhuis en nazorg beter samenwerken zodat mensen met kanker en multimorbiditeit één afgestemd behandelplan krijgen?

week  
**17**

maandag  
**20**

dinsdag  
**21**

woensdag  
**22**

donderdag  
**23**

vrijdag  
**24**

zaterdag  
**25**

zondag  
**26**

WK	MA	DI	WO	DO	VR	ZA	ZO
18					1		3
19	4	5	6	7	8	9	10
20	11	12	13	14	15	16	17
21	18	19	20	21	22	23	24
22	25	26	27	28	29	30	31

## HUIDKANKERMAAND

### 1 MEI

Dag van de arbeid

### 1 MEI

Vesak (Boeddhadag)

### 17 MEI

Internationale dag tegen homofobie, bifobie en transfobie (IDAHOBIT)

### 21 MEI

Global accessibility awareness day (GAAD)

### 21 MEI

Werelddag voor culturele diversiteit, dialoog en ontwikkeling

### 25 - 31 MEI

Europese week tegen kanker

### 31 MEI

Wereld niet-roken dag

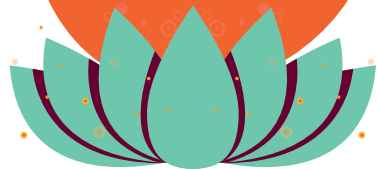
# 1 mei

## Vesak of (Boeddhadag)

Vesak herdenkt de geboorte, verlichting en dood van Boeddha. Een dag van bezinning en goede daden: een glimlach, een gift, een helpende hand. Wie goed doet, verkleint het lijden van anderen én van zichzelf.

## Reflectie

Wat kun jij vandaag doen om het wat lichter te maken voor een ander?



week  
**18**

maandag  
**27**

dinsdag  
**28**

woensdag  
**29**

donderdag  
**30**

vrijdag  
**1**

zaterdag  
**2**

zondag  
**3**

## Herkenning voor iedereen

### **Feit**

Melanoom komt minder vaak voor bij mensen met een donkere huid. Wanneer het voorkomt, wordt het relatief vaak later en in een ernstiger stadium vastgesteld.

### **Waarom dit gebeurt**

Bij mensen met een donkere huid ontstaan melanomen vaker op minder zichtbare plekken, zoals voetzolen.

Ook verwachten patiënten en zorgprofessionals het minder snel.

### **Wat helpt**

Meer kennis, trainings- en beeldmateriaal van verschillende huidtypes helpt bij het eerder herkennen van melanomen op alle huiden.

week  
**19**

maandag

**4**

dinsdag

**5**

woensdag

**6**

donderdag

**7**

vrijdag

**8**

zaterdag

**9**

zondag

**10**

## Wanneer zorg niet vanzelfsprekend aansluit

### Feit

LHBTIQA+-personen lopen een hoger risico op gezondheidsproblemen, waaronder kanker. Dat hangt vaak samen met omstandigheden in leven en zorg. Zorg past minder goed, preventief onderzoek blijft achter en risicofactoren, zoals stress, roken en alcohol komen vaker voor.

### Een laag dieper

Veel LHBTIQA+-personen leven met spanning: het gevoel niet veilig te zijn, of jezelf te moeten uitleggen. Die 'minderheidsstress' kan lichaam én geest aantasten. Het beïnvloedt ook leefstijl, gezondheid én toegang tot zorg.

week  
**20**

maandag

**11**

dinsdag

**12**

woensdag

**13**

donderdag

**14**

vrijdag

**15**

zaterdag

**16**

zondag

**17**

## Kanker en verstandelijke beperking

### Feit

Mensen met een verstandelijke beperking maken minder gebruik van kankerzorg en van bevolkingsonderzoeken. Kanker wordt bij hen vaker in een later stadium vastgesteld. Studies wijzen op drempels in toegankelijkheid, communicatie en ondersteuning bij zorg en besluitvorming.

### Reflectie

Wat vraagt dit van hoe we informatie aanbieden, keuzes samen doornemen en mensen met een verstandelijke beperking begeleiden in zorg en ondersteuning?

week  
**21**

maandag  
**18**

dinsdag  
**19**

woensdag  
**20**

donderdag  
**21**

vrijdag  
**22**

zaterdag  
**23**

zondag  
**24**

# 25 - 31 mei

## Europese week tegen kanker

In Europa maakt het uit waar je woont als het om kanker gaat. Verschillen tussen landen en regio's zijn groot: in sterftcijfers, maar ook in toegang tot screening en vroege opsporing. Het European Cancer Inequalities Registry en rapportages van de Organisation for Economic Co-operation and Development maken deze verschillen zichtbaar. Ze laten zien dat gerichte investeringen nodig blijven.

### Reflectie

Wat kunnen landen en regio's van elkaar leren om verschillen te verkleinen en goede voorbeelden verder te brengen?

week  
**22**

maandag  
**25**

dinsdag  
**26**

woensdag  
**27**

donderdag  
**28**

vrijdag  
**29**

zaterdag  
**30**

zondag  
**31**

WK	MA	DI	WO	DO	VR	ZA	ZO
23	1	2	3	4	5	6	7
24	8	9	10	11	12	13	14
25	15	16	17	18	19	<b>20</b>	21
26	22	23	24	25	26	27	28
27	29	30					

20 JUNI

Wereldvluchtelingendag

Juni

## Meer dan één blik

### Reflectie

Kruispuntdenken laat zien dat mensen altijd meer zijn dan één kenmerk of as.

Onze identiteit bestaat uit meerdere assen, die voortdurend in elkaar grijpen.

Wie iemand reduceert tot één kenmerk of as, ziet maar een deel van het verhaal.

Wat levert dit inzicht op in jouw werk?

### Doen!

Volg de korte cursus kruispuntdenken van Ella. Of lees hun praktische gids over intersectionaliteit.



week  
**23**

maandag

**1**

dinsdag

**2**

woensdag

**3**

donderdag

**4**

vrijdag

**5**

zaterdag

**6**

zondag

**7**

## Latere diagnose met migratieachtergrond

### Feit

Mensen met een migratieachtergrond krijgen vaak in een later stadium te horen dat ze kanker hebben. Daar zijn vele oorzaken voor: taalbarrières, onbekendheid met het zorgsysteem, beperkte gezondheidsvaardigheden én mogelijk stress door migratie of zorgen over verblijf en toekomst. Deze drempels zorgen ervoor dat niet iedereen even snel de juiste zorg vindt.

### Reflectie

Wat zou jij willen veranderen om deze ongelijkheid te verkleinen?

week  
**24**

maandag

**8**

dinsdag

**9**

woensdag

**10**

donderdag

**11**

vrijdag

**12**

zaterdag

**13**

zondag

**14**

## Zorg en recht(vaardigheid)

### Feit

Op papier heeft iedereen recht op zorg. Ook mensen zonder verblijfsvergunning. In de praktijk lukt dat lang niet altijd. Wie ongedocumenteerd is, stelt zorg vaak uit. Uit angst, schaamte of wantrouwen. Tegelijk twijfelen professionals soms over hun handelingsruimte.

### Doen

Lees 'Komt een land bij de dokter' van Michelle van Tongerloo. Zij laat zien wat er gebeurt als iemand menselijkheid vooropstelt en durft te handelen.

week  
**25**

maandag  
**15**

dinsdag  
**16**

woensdag  
**17**

donderdag  
**18**

vrijdag  
**19**

zaterdag  
**20**

zondag  
**21**

## Oefening – Ontdek je eigen aannames

### Stap 1 - Schrijf

Kies een van de woorden hieronder.  
Schrijf 30 secondes op wat er bij je opkomt,  
zonder te stoppen of te corrigeren.

zorgmijndend mantelzorger hun/hen

LHBTIQA+ laaggeletterd

praktisch opgeleid theoretisch opgeleid

alleenwonend

### Stap 2 - Reflecteer

Sta even stil bij  
wat je opschreef.  
Wat viel je meteen op –  
en wat misschien  
pas later?

week  
**26**

maandag

**22**

dinsdag

**23**

woensdag

**24**

donderdag

**25**

vrijdag

**26**

zaterdag

**27**

zondag

**28**

WK	MA	DI	WO	DO	VR	ZA	ZO
27			1	2	3	4	5
28	6	7	8	9	10	11	12
29	13	14	15	16	17	18	19
30	20	21	22	23	24	25	26
31	27	28	29	30	31		

1 JULI

Keti Koti

25 JULI - 8 AUGUSTUS

World Pride in Amsterdam

**Juli**

## Wat spiritualiteit kan betekenen

### Feit

Juist als het leven wankelt, kan spiritualiteit veel betekenen. Bij ziekte kan het houvast geven en helpt het om angst en onzekerheid te dragen – via geloof, religie of andere vormen van zingeving. Onderzoek laat zien dat mensen die steun vinden in spiritualiteit vaak een betere kwaliteit van leven hebben tijdens en na kanker.

### Reflectie

Hoe maken we ruimte voor verschillende vormen van spiritualiteit binnen de zorg?

week  
**27**

maandag  
**29**

dinsdag  
**30**

woensdag  
**1**

donderdag  
**2**

vrijdag  
**3**

zaterdag  
**4**

zondag  
**5**

## Wel of niet deelnemen

### Feit

Mensen in een lage sociaaleconomische positie doen minder vaak mee aan bevolkingsonderzoeken naar kanker.

### Een laag dieper

Achter niet-deelname zitten verschillende redenen. Angst kan meespelen. Twijfel. Eerdere ervaringen met zorg. Maar ook iets anders: informatie die lastig te begrijpen is of moeilijk vindbaar. Dan wordt afwegen moeilijk. Daarom werkt het RIVM aan communicatie die duidelijker en toegankelijker is. Zodat iedereen de informatie krijgt die nodig is om zelf een afweging te maken.

Doel 8 NKA

week  
**28**

maandag

**6**

dinsdag

**7**

woensdag

**8**

donderdag

**9**

vrijdag

**10**

zaterdag

**11**

zondag

**12**

## **Van kaart naar actie**

### **Inzicht**

De Kankeratlas laat zien: sommige kankersoorten komen vaker voor in bepaalde regio's. Dat vraagt lokaal maatwerk: van stoppen-met-roken, tot zonbescherming en vroege opsporing, daar waar de nood het hoogst is.

### **Kansen**

Door een gezonde leefstijl en leefomgeving kunnen we 1 op de 3 kankergevallen voorkomen. Juist lokaal en regionaal liggen kansen én verantwoordelijkheden om preventie van kanker te versterken.

week  
**29**

maandag

**13**

dinsdag

**14**

woensdag

**15**

donderdag

**16**

vrijdag

**17**

zaterdag

**18**

zondag

**19**

# Juli en augustus

## Pride season

De zomer is het seizoen van Pride.

Pride herdenkt strijd en eist rechtvaardigheid.

Ook vieren we de liefde en de vrijheid

om jezelf te zijn. Door het hele land:

van Roze Maandag op de Tilburgse kermis

tot Canal Pride in Amsterdam.



Dit jaar krijgt Pride  
extra betekenis in  
Amsterdam: de stad is  
gastheer van World Pride

25 juli - 8 augustus

week  
**30**

maandag  
**20**

dinsdag  
**21**

woensdag  
**22**

donderdag  
**23**

vrijdag  
**24**

zaterdag  
**25**

zondag  
**26**



WK	MA	DI	WO	DO	VR	ZA	ZO
31						1	2
32	3	4	5	6	7	8	9
33	10	11	12	13	14	15	16
34	17	18	19	20	21	22	23
35	24	25	26	27	28	29	30
36	31						

25 JULI - 8 AUGUSTUS

World Pride in Amsterdam

Augustus

## De zoektocht bij zeldzame kankers

### Feit

Mensen met een zeldzame vorm van kanker lopen tegen unieke uitdagingen aan. Informatie is vaak schaars en expertise versnipperd. Daardoor moeten zij vaker zelf de regie nemen. Dat vraagt veel van hun gezondheidsvaardigheden.

### Een laag dieper

Recent Nederlands onderzoek springt in het oog. Mensen met sterke gezondheidsvaardigheden én een zeldzame kanker beoordelen de informatievoorziening juist minder goed. Ook rapporteren zij een lagere kwaliteit van leven. Bij mensen met lagere gezondheidsvaardigheden zien we dat verschil tussen zeldzame en niet-zeldzame kanker niet terug in hun beoordeling van de informatie.

### Reflectie

Waar schuurt het in de ondersteuning van mensen met een zeldzame kanker?

Doel 12 NKA

week  
**31**

maandag  
**27**

dinsdag  
**28**

woensdag  
**29**

donderdag  
**30**

vrijdag  
**31**

zaterdag  
**1**

zondag  
**2**

## Wanneer stress doorwerkt

### Feit

Langdurige stress laat sporen na. Niet alleen mentaal, maar ook lichamelijk. Wie langdurig onder spanning leeft – door ziekte, onzekerheid, mantelzorg, werkdruk of verlies – raakt ook lichamelijk ontregeld.

Chronische stress is een belangrijke factor bij het ontstaan en in stand houden van sociaaleconomische gezondheidsverschillen. Stress beïnvloedt gezondheid, hoe mensen omgaan met ziekte en hoe herstel verloopt.

### Reflectie

Hoe zou jij hier meer aandacht voor kunnen hebben?

week  
**32**

maandag

**3**

dinsdag

**4**

woensdag

**5**

donderdag

**6**

vrijdag

**7**

zaterdag

**8**

zondag

**9**

## Ervaring die we dreigen te verliezen

### Feit

Na een borstkankerdiagnose is de kans dat oudere werknemers terugkeren naar werk lager dan bij jongere werknemers.

### Reflectie

Wanneer werknemers niet terugkeren na ziekte, gaat waardevolle kennis, ervaring en continuïteit verloren. Deze expertise wil je behouden. Wat vraagt dit van ondersteuning bij werkbehoud en terugkeer naar werk?

Doel 17 NKA

week  
**33**

maandag

**10**

dinsdag

**11**

woensdag

**12**

donderdag

**13**

vrijdag

**14**

zaterdag

**15**

zondag

**16**

## Wanneer alles begint. En opeens stopt

Het leven van jongvolwassenen wordt door kanker abrupt op zijn kop gezet. De diagnose bij AYA's raakt niet alleen hun gezondheid, maar ook hun vrijheid, sociale leven en toekomstperspectief. Wat net begon, komt tijdelijk of langere tijd op pauze te staan.

### Doen

Ondersteuning in zorg en leven moet passen bij waar iemand in het leven staat. Gebruik het AYA-zorgpad en de AYA-anamnese om samen te verkennen wat op dat moment speelt: zelfstandigheid, relaties, werk, kindervens.

AYA = Adolescent & Young Adult with cancer



week  
**34**

maandag

**17**

dinsdag

**18**

woensdag

**19**

donderdag

**20**

vrijdag

**21**

zaterdag

**22**

zondag

**23**

## **Twee keer zo veel zorg(en)**

### **Feit**

Mensen met een lager inkomen gebruiken twee keer zoveel zorg. Niet omdat ze dat willen, maar omdat bestaanszekerheid en gezondheid vaker onder druk staan.

### **Een laag dieper**

Geldzorgen, geen vast werk en minder ervaren steun werken door in gezondheid én in hoe zorg verloopt. Mensen met een lager inkomen hebben vaker gezondheidsproblemen en vinden moeilijker hun weg in de zorg. Dat leidt niet alleen tot een lagere kwaliteit van leven, maar ook tot slechtere uitkomsten.

### **Reflectie**

Meer aandacht voor bestaanszekerheid en begrijpelijke zorg is cruciaal. Hoe zorgen we dat iedereen de juiste steun krijgt en zorgen niet opstapelen?

week  
**35**

maandag  
**24**

dinsdag  
**25**

woensdag  
**26**

donderdag  
**27**

vrijdag  
**28**

zaterdag  
**29**

zondag  
**30**

WK	MA	DI	WO	DO	VR	ZA	ZO
36		1	2	3	4	5	6
37	7	8	9	10	11	12	13
38	14	15	16	17	18	19	20
39	21	22	23	24	25	26	27
40	28	29	30				

#### 7 SEPTEMBER

Internationale dag  
van de schone lucht

#### 18 SEPTEMBER

World equal pay day

#### 18 - 27 SEPTEMBER

Nationale sportweek

#### 20 + 21 SEPTEMBER

Jom Kippoer

#### 24 SEPTEMBER

World cancer research day

# September

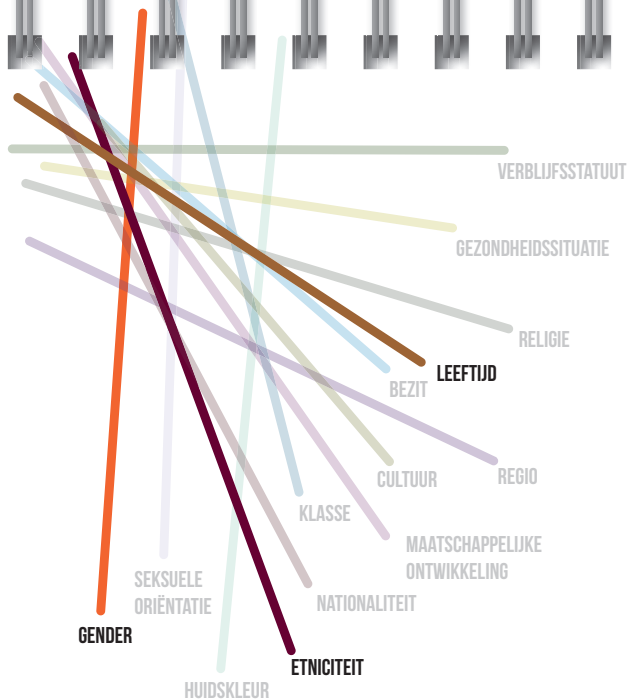
Wie ben jij –  
voorbij het eerste beeld?

**We bestaan allemaal uit  
meer dan één kenmerk.**

Kruispuntdenken laat ons dat zien.

**Wat zien anderen  
bij jou het eerst?**

En wat zou je willen dat  
vaker gezien werd?



week  
**36**

maandag  
**31**

dinsdag  
**1**

woensdag  
**2**

donderdag  
**3**

vrijdag  
**4**

zaterdag  
**5**

zondag  
**6**

## Taal als toegangsbewijs

### Feit

In Nederland wonen meer dan 3 miljoen mensen die niet in Nederland geboren zijn en voor wie Nederlands meestal niet de moedertaal is.

### Wat dit betekent

Taal kan een drempel zijn: brieven, formulieren en gesprekken zijn niet altijd te volgen. Wie de taal niet (goed) kent, krijgt minder ruimte om zijn verhaal te doen of mee te beslissen. Mensen voelen zich minder begrepen en delen minder informatie.



### Doen

De Richtlijn Omgaan met Taalbarrières helpt zorgverleners stap voor stap bij het inzetten van tolken en begrijpelijke communicatie.

week  
**37**

maandag

**7**

dinsdag

**8**

woensdag

**9**

donderdag

**10**

vrijdag

**11**

zaterdag

**12**

zondag

**13**

## Lager inkomen, andere behandeling

### Feit

Mensen met een lager inkomen krijgen minder vaak tumorgerichte of minder ingrijpende behandelingen (zoals immuuntherapie of doelgerichte medicijnen) dan mensen met een hoger inkomen.

### Een laag dieper

Hoewel een deel van deze verschillen te verklaren is door fysieke en persoonlijke factoren, blijft een deel van de oorzaken onduidelijk. Verschillen in behandeling horen te ontstaan door persoonsgerichte zorg, niet door iemands inkomen en leefomstandigheden.

Doel 10 NKA

week  
**38**

maandag

**14**

dinsdag

**15**

woensdag

**16**

donderdag

**17**

vrijdag

**18**

zaterdag

**19**

zondag

**20**

# 24 september

## Wereldkankeronderzoekdag

Dankzij onderzoek leven steeds meer mensen langer en beter met kanker. Maar die kennis moet voor iedereen werken. Bepaalde groepen, zoals migranten, praktisch opgeleiden en ouderen zijn vaak ondervertegenwoordigd in onderzoek. Als de onderzoeksgroep niet representatief is, dan zijn de resultaten dat ook niet.



### Doen

Iedere stem telt. Zorg dat onderzoek inclusief is en mensen bereikt die nu minder vaak meedoen. Hoe? Bekijk de pagina van Pharos over inclusief onderzoek.

week  
**39**

maandag  
**21**

dinsdag  
**22**

woensdag  
**23**

donderdag  
**24**

vrijdag  
**25**

zaterdag  
**26**

zondag  
**27**

WK	MA	DI	WO	DO	VR	ZA	ZO
40				1	2	3	4
41	5	6	7	8	9	10	11
42	12	13	14	15	16	17	18
43	19	20	21	22	23	24	25
44	26	27	28	29	30	31	

HEALTH LITERACY MONTH

**1 OKTOBER**

Internationale dag van de ouderen

**3 - 10 OKTOBER**

Week van de palliatieve zorg

**3 + 4 OKTOBER**

Weekend van de wetenschap

**6 OKTOBER**

Diversity day

**10 OKTOBER**

Dag van de mentale gezondheid

**11 OKTOBER**

Coming out day

**17 OKTOBER**

Wereldarmoededag

**26 OKTOBER**

Intersex awareness day

**Oktober**

## Wat zegt leeftijd?

### Feit

Meer dan 80% van de mensen die kanker krijgen, is ouder dan 60 jaar. Maar leeftijd vertelt weinig over wie iemand is of wat iemand nodig heeft. De een fietst fanatiek, de ander zorgt intensief voor een partner of kleinkind, of begint aan een nieuwe studie.

### Reflectie

Hoe zorgen we dat leeftijd geen label wordt, maar ruimte laat voor alles wat iemand nog meer is?

week  
**40**

maandag  
**28**

dinsdag  
**29**

woensdag  
**30**

donderdag  
**1**

vrijdag  
**2**

zaterdag  
**3**

zondag  
**4**

# 6 oktober

## Diversity day

Op Diversity day vieren we verschillen én jezelf kunnen zijn op je werk. Verschillen maken teams sterker. Als we ze zien, waarderen en benutten.

## Reflectie

Kijk vandaag eens om je heen: wat maakt jou en je collega's uniek? En hoe versterken die verschillen elkaar?

week  
**41**

maandag  
**5**

dinsdag  
**6**

woensdag  
**7**

donderdag  
**8**

vrijdag  
**9**

zaterdag  
**10**

zondag  
**11**

# 17 oktober

## Wereldarmoededag

Ook in Nederland leven veel mensen in armoede. In 2024 ging het om ruim een half miljoen mensen. Nog eens 1,1 miljoen mensen zitten net boven de armoedegrens. In een gemiddelde schoolklas hebben drie kinderen te maken met armoede of bijna-armoede.

## Reflectie

Wat vraagt het van onze samenleving om armoede niet te zien als een individueel probleem, maar als gezamenlijke verantwoordelijkheid?

week  
**42**

maandag  
**12**

dinsdag  
**13**

woensdag  
**14**

donderdag  
**15**

vrijdag  
**16**

zaterdag  
**17**

zondag  
**18**

## Wie kan stoppen met roken?

### Feit

Het aandeel Nederlanders dat dagelijks sigaretten rookt, is drie keer hoger onder mensen met een lager inkomen dan onder mensen met een hoger inkomen. Dit verschil is nergens in Europa groter.

### Een laag dieper

Maatregelen om roken te ontmoedigen hebben vooral effect gehad bij mensen met een hoger inkomen.

In 5 jaar tijd daalde het aandeel dagelijkse rokers in deze groep sterk (-42%), terwijl het onder mensen met een lager inkomen juist licht toenam (+2%).

### Doen

De wijkaanpak 'Rookvrij leven voor iedereen' bleek een succes. Lees de handreiking van GGD-GHOR en Pharos met praktische aanknopingspunten.

Doel 1 NKA



week  
**43**

maandag

**19**

dinsdag

**20**

woensdag

**21**

donderdag

**22**

vrijdag

**23**

zaterdag

**24**

zondag

**25**

WK	MA	DI	WO	DO	VR	ZA	ZO
44							1
45	2	3	4	5	6	7	8
46	9	10	11	12	13	14	15
47	16	17	18	19	20	21	22
48	23	24	25	26	27	28	29
49	30						

#### 8 NOVEMBER

Divali

#### 10 NOVEMBER

Wereldwetenschapsdag

(voor vrede en ontwikkeling)

#### 10 NOVEMBER

Dag van de mantelzorg

# November

## De kracht van terugvragen

Mensen die praktisch opgeleid zijn, een migratieachtergrond hebben of beperkte gezondheidsvaardigheden, worden minder vaak verwezen naar erfelijkheidsonderzoek.

Dat komt omdat de boodschap niet altijd goed overkomt. Je kunt iets helder uitleggen, maar dat betekent niet dat iemand het zo hoort, begrijpt of onthoudt.



### Doen!

Gebruik de terugvraagmethode om zeker te weten dat je uitleg landt. Het werkt voor iedereen. Want in spannende gesprekken mist iedereen weleens iets.

week  
**44**

maandag  
**26**

dinsdag  
**27**

woensdag  
**28**

donderdag  
**29**

vrijdag  
**30**

zaterdag  
**31**

zondag  
**1**

## Ongelijke kansen op overleven

### Feit

Ongeveer 2 op de 3 mensen in Nederland leven vijf jaar na een kankerdiagnose nog. Mensen met kanker met een lager inkomen hebben gemiddeld 10% minder kans om vijf jaar later nog te leven dan mensen met een hoger inkomen.

### Een laag dieper

Achter dit verschil zit meer dan ziekte alleen. Het laat zien dat omstandigheden waarin mensen leven meespelen in hun kansen om te blijven leven met of na kanker. Het vraagt ons om breder te kijken naar de omgeving, keuzes en mogelijkheden die voor de één vanzelfsprekend zijn en voor de ander niet.

week  
**45**

maandag

**2**

dinsdag

**3**

woensdag

**4**

donderdag

**5**

vrijdag

**6**

zaterdag

**7**

zondag

**8**

# 10 november

## Dag van de mantelzorg

Mantelzorgers vangen op, vertalen en overbruggen. Ze zien wat iemand nodig heeft en bewaken wat werkt. Juist wanneer zorg ingewikkeld wordt of niet vanzelfsprekend voelt. Hun inzet geeft mensen houvast. Wie mantelzorgers ondersteunt, versterkt de zorg als geheel.

Doel 19 NKA

### Reflectie

Welke mantelzorg in jouw omgeving geef jij vandaag extra aandacht?

week  
**46**

maandag  
**9**

dinsdag  
**10**

woensdag  
**11**

donderdag  
**12**

vrijdag  
**13**

zaterdag  
**14**

zondag  
**15**

## Terug de kast in

### Feit

Palliatieve zorg is er om mensen te helpen leven tot het laatst. Maar dan wel op hun eigen manier. Dat lukt niet altijd.

Voor sommige LHBTIQA+-mensen is die ruimte kleiner: door overtuigingen, gewoontes of aannames in de omgeving. Soms gaan mensen zelfs 'terug de kast in' om zorg te kunnen ontvangen.

### Reflectie

Hoe kunnen we trouw blijven aan het leven van de ander, in plaats van aan ons eigen beeld daarvan?

Doel 13 NKA

week  
**47**

maandag

**16**

dinsdag

**17**

woensdag

**18**

donderdag

**19**

vrijdag

**20**

zaterdag

**21**

zondag

**22**

## Rouw na kanker

### Feit

41% van de nabestaanden die iemand hebben verloren aan kanker, krijgt te maken met emotionele problemen.

### Een laag dieper

Rouw verloopt voor iedereen anders. Uit onderzoek blijkt dat vrouwen vaker emotionele problemen hebben dan mannen. Ook maakt het verschil hoe iemand zich voelde vóór het overlijden. En of er daarna voldoende mensen zijn om op terug te vallen. Sociale steun kan helpen om het verlies te dragen.

Doel 19 + 20 NKA

week  
**48**

maandag

**23**

dinsdag

**24**

woensdag

**25**

donderdag

**26**

vrijdag

**27**

zaterdag

**28**

zondag

**29**

WK	MA	DI	WO	DO	VR	ZA	ZO
49		1	2	3	4	5	6
50	7	8	9	10	11	12	13
51	14	15	16	17	18	19	20
52	21	22	23	24	25	26	27
53	28	29	30	31			

### 3 DECEMBER

Internationale dag  
van personen met een beperking

### 10 DECEMBER

Internationale dag van  
de mensenrechten

### 11 DECEMBER

Paarse vrijdag

### 18 DECEMBER

Internationale dag van de migrant

### 25 + 26 DECEMBER

Kerst

# December

# 3 december

## Internationale dag van personen met een beperking

Mensen met een beperking krijgen in zorg, werk en samenleving vaker te maken met drempels.

Deze VN-dag nodigt uit om stil te staan bij gelijkwaardigheid. Bij oog hebben voor verschil, en zorg en ondersteuning laten aansluiten bij wat iemand nodig heeft om mee te kunnen doen.

### Reflectie

Waar kun jij vandaag voor iemand een barrière wegnemen?

week  
**49**

maandag  
**30**

dinsdag  
**1**

woensdag  
**2**

donderdag  
**3**

vrijdag  
**4**

zaterdag  
**5**

zondag  
**6**

## Bijna 2 op de 10

### Feit

Wist je dat er in Nederland naar schatting 2,7 miljoen LHBTIQA+-personen van 15 jaar of ouder wonen? Dat is bijna 2 op de 10 Nederlanders in die leeftijdscategorie.

### Reflectie

Hoe zorgen we dat preventie, voorlichting en zorg écht toegankelijk zijn voor iedereen – ongeacht genderidentiteit of seksuele oriëntatie?



### Doen

Gebruik taal waarin iedereen zich herkent. In 5 minuten verdiep je je in inclusieve taal. Met praktische voorbeelden voor neutrale en inclusieve formuleringen.

week  
**50**

maandag

**7**

dinsdag

**8**

woensdag

**9**

donderdag

**10**

vrijdag

**11**

zaterdag

**12**

zondag

**13**

## Zorg zonder uitsluiting

### Feit

Discriminatie is niet alleen een maatschappelijk probleem, maar ook een gezondheidsrisico. Het vergroot stress, beïnvloedt toegang tot zorg en draagt bij aan gezondheidsverschillen. Dit gebeurt soms bewust, vaak onbewust, ook binnen de zorg: in bejegening, beleid, onderzoek en onderwijs. Door discriminatie te herkennen en bespreekbaar te maken, kunnen we samen werken aan inclusieve en rechtvaardige zorg.

### Reflectie

Hoe zorg jij dat iedereen gelijkwaardig en met respect wordt behandeld?

week  
**51**

maandag

**14**

dinsdag

**15**

woensdag

**16**

donderdag

**17**

vrijdag

**18**

zaterdag

**19**

zondag

**20**

## Wie welke nazorg krijgt

### Feit

Mensen met een hoger inkomen ontvangen iets vaker nazorg dan mensen met een lager inkomen. Ook verschilt het type nazorg: mensen met een hoger inkomen krijgen vaker begeleiding van een fysiotherapeut, terwijl mensen met een lager inkomen vaker ondersteuning krijgen van een maatschappelijk werker.

### Reflectie

Deze verschillen zijn niet te verklaren door leeftijd of kankersoort. Dat roept vragen op over hoe nazorg wordt aangeboden en hoe mensen hun weg daarin vinden. Hoe zorgen we dat iemand de juiste nazorg krijgt na kanker?

Doel 15 NKA

week  
**52**

maandag

**21**

dinsdag

**22**

woensdag

**23**

donderdag

**24**

vrijdag

**25**

zaterdag

**26**

zondag

**27**

### **Stap 1 - Stel je voor**

Het is 2032. Iedere patiënt wordt gezien als mens, niet als gemiddelde.

Wat is er dan écht veranderd?  
In hoe je werkt, samenwerkt of beslist?

### **Stap 2 - Schrijf**

Schrijf 2-3 concrete zaken op  
die jij hoopt dat het dan  
vanzelfsprekend zijn.

## **Oefening - vooruitkijken**

### **Stap 3 - Reflecteer**

Laat je inspireren door het  
themahoofdstuk Diversiteit,  
Inclusiviteit en Gelijkwaardigheid  
uit de Visie Medisch Specialisten  
van de FMS.

week  
**53**

maandag

**28**

dinsdag

**29**

woensdag

**30**

donderdag

**31**

vrijdag

**1**

zaterdag

**2**

zondag

**3**

## En nu?

Je hebt 53 weken gekeken, gelezen,  
nagedacht. Wat neem jij mee?

Ontdek meer op onze pagina  
over gelijkwaardigheid.



Gelijkwaardigheid in het leven voor,  
met en na kanker maken we samen.

Nederlands  
Kanker  
Collectief

