

# Gezondheidspreventie Info van de zorgzones

---

## Borstkanker



---

Oktober 2026

---

# Jaarlijkse themakalender

## Elke maand een actuele thematiek!

Elke maand worden enkel de inhoud en materialen geactualiseerd die verband houden met het thema van die maand. We bundelen voor u nuttige diensten en hulpmiddelen, binnen en buiten de Zorgzone.

De andere thema's worden in de loop van het jaar bijgewerkt, volgens onderstaande kalender:

|                                        |                                |
|----------------------------------------|--------------------------------|
| <b>Januari</b><br>Baarmoederhalskanker | <b>Juli</b><br>Hydratatie      |
| <b>Februari</b><br>Alcoholverslaving   | <b>Augustus</b><br>Huidkanker  |
| <b>Maart</b><br>Dikkedarmkanker        | <b>September</b><br>Vaccinatie |
| <b>April</b><br>Tuberculose            | <b>Oktober</b><br>Borstkanker  |
| <b>Mei</b><br>Tabak                    | <b>November</b><br>Diabetes    |
| <b>Juni</b><br>Risicobeperking         | <b>December</b><br>HIV & SOA's |

## Heeft u inhoud om met ons te delen?

Beschikt u over hulpmiddelen of bronnen in verband met het thema die niet in dit document zijn opgenomen?

**[Neem gerust contact met ons op!](#)**

Oktober 2026

# Inhoudsopgave

|                                    |    |
|------------------------------------|----|
| Goed om te weten                   | 4  |
| Aandachtspunten voor professionals | 5  |
| Meer informatie                    | 7  |
| Om te lezen                        | 7  |
| Om te bekijken                     | 12 |
| Om te sensibiliseren               | 13 |
| Om te begeleiden                   | 16 |
| Om deel te nemen                   | 20 |
| In de zorgzone                     | 23 |
| In de Zorgzone Noord-Oost          | 23 |
| Referenties                        | 24 |



## Om te lezen

Een rubriek om bestaande wetenschappelijke en niet wetenschappelijke artikels, rapporten en boeken over het onderwerp te verzamelen.



## Om te bekijken

Een rubriek om bestaande visuele content over het onderwerp te bundelen: films, documentaires, videoclips.



## Om te sensibiliseren

Een rubriek om bestaande didactische of educatieve materialen te bundelen: flyers, infographics, spellen over het onderwerp.



## Om te beluisteren

Een rubriek om bestaande audiocontent over het onderwerp te verzamelen: podcasts, radiocolumns, luisterboeken, audiodocumentaires.



## Om deel te nemen

Een rubriek om bestaande evenementen, themadagen, conferenties en webinars over het onderwerp te verzamelen.



## Om te begeleiden

Een rubriek om bestaande plaatsen, praatgroepen en diensten te bundelen die uw doelgroep kunnen begeleiden rond dit thema.

## Goed om te weten

Borstkanker is een kwaadaardige tumor die zich meestal in de melkkanalen of de melkkliertjes van de borst ontwikkelt. Het is de meest voorkomende vorm van kanker bij vrouwen in België, met bijna 11.800 nieuwe diagnoses per jaar. Het komt ook bij mannen voor, hoewel zij minder dan 1% van de gevallen uitmaken <sup>[1]</sup>.

Borstkanker heeft vaak een goede prognose wanneer de diagnose in een vroeg stadium wordt gesteld. In België bedraagt de netto vijfjaarsoverleving voor alle stadia samen meer dan 90%, maar die varieert sterk naargelang het stadium bij de diagnose: in stadium I ligt die dicht bij 100%, terwijl ze in stadium IV aanzienlijk lager ligt <sup>[1]</sup>.

Screening is bedoeld om kanker op te sporen voordat er symptomen optreden, zodat de ziekte in een vroeg stadium kan worden vastgesteld. In het Brussels Gewest biedt het georganiseerde programma vrouwen tussen 50 en 69 jaar om de twee jaar een gratis Mammotest aan <sup>[2, 3]</sup>. Voor vrouwen jonger dan 50 jaar en in de periode van twee jaar tussen twee onderzoeken blijft het met andere woorden van essentieel belang om alert te blijven op waarschuwingssignalen; dit maakt deel uit van het preventiewerk. Een knobbeltje of verdikking in de borst of onder de oksel, een verandering in de vorm of grootte van een borst, het intrekken van de huid of de tepel, afscheiding, roodheid of een 'sinaasappelhuid'-achtig uiterlijk zijn redenen om onmiddellijk een arts te raadplegen <sup>[3]</sup>.

Borstkanker vormt een belangrijk volksgezondheidsprobleem in het Brussels Gewest, niet alleen vanwege het aantal vrouwen dat erdoor wordt getroffen, maar ook vanwege de ongelijkheden op het vlak van screening en behandeling. Uit de gegevens uit Brussel blijkt dat de deelname aan de screening de afgelopen jaren is afgenomen, terwijl de trend in de twee andere gewesten omgekeerd is <sup>[4, 5]</sup>. Die situatie is des te zorgwekkender omdat de deelname aan de screening niet gelijkmatig over de bevolkingsgroepen is verdeeld. Er speelt een **sociale gradiënt** mee: vrouwen met het hoogste opleidingsniveau laten vaker een mammografie uitvoeren en de deelname varieert sterk naargelang van het inkomen in de woonwijk <sup>[4, 6]</sup>. Er worden ook verschillen waargenomen op basis van migratieachtergrond, waarbij vrouwen van niet-Europese afkomst een lagere overlevingskans hebben na de diagnose van borstkanker <sup>[7]</sup>.

Die ongelijkheden kunnen niet uitsluitend worden verklaard door de keuzes of de motivatie van mensen. Niet deelnemen aan de screening betekent niet per se dat men niet voor zijn gezondheid wil zorgen. Iemand kan voorstander zijn van screening, maar toch te maken krijgen met belemmeringen die de toegang daartoe bemoeilijken. Of er daadwerkelijk gebruik wordt gemaakt van screening, hangt af van de levensomstandigheden en de concrete mogelijkheid om toegang te krijgen tot zorg: het begrijpen van de informatie, taal, de complexiteit van de procedures, beschikbaarheid, vervoer, kinderopvang, administratieve situatie of zorgdekking, maar ook ervaringen met discriminatie of wantrouwen tegenover instellingen. Die belemmeringen kunnen elkaar versterken en het preventietraject voor sommige vrouwen bemoeilijken <sup>[4, 6]</sup>.

**Gezondheidsbevordering** is op dat vlak dan ook een essentieel instrument. Het is belangrijk om maatregelen te nemen die ervoor zorgen dat mensen daadwerkelijk toegang hebben tot preventie. Begrijpelijke en op maat gesneden informatie, begeleiding bij de procedures, proactieve benadering, bemiddeling en het inschakelen van professionals en lokale actoren kunnen ertoe bijdragen dat screening toegankelijker wordt voor vrouwen die er het verst van af staan <sup>[4, 8]</sup>.

## Aandachtspunten voor professionals

Professionals uit de welzijns- en de gezondheidssector vervullen complementaire rollen en kunnen, elk op hun eigen niveau, bijdragen aan het verbeteren van de toegang tot preventie en voorkomen dat bepaalde mensen geen gebruik maken van screening. Het gaat niet alleen om het verstrekken van informatie, maar ook om **het opsporen van obstakels en het concreet vergemakkelijken van het traject**.

- **Informeel zonder een schuldgevoel op te wekken.** De voordelen en beperkingen van screening in begrijpelijke taal uitleggen, en daarbij ruimte laten voor vragen, twijfels en de keuze van de persoon zelf.
- **Profiteer van de contacten in het dagelijks leven.** Een medisch of paramedisch consult, maar ook sociale begeleiding, een spreekuur, een gemeenschapsactiviteit of een administratieve procedure kunnen aanleidingen zijn om het thema preventie aan te kaarten en, wanneer dat zinvol is, ook screening.
- **Breng in kaart wat de toegang kan belemmeren.** Problemen rond taal of begrip, ingewikkelde procedures, beperkingen door het werk of het gezinsleven, vervoer, administratieve of financiële situatie, wantrouwen tegenover instellingen zijn belemmeringen die je in kaart moet brengen om een passende oplossing te kunnen bieden.
- **Vergemakkelijk de omzetting van informatie naar actie.** Een uitnodiging toelichten, het makkelijk maken om een afspraak te maken, doorverwijzen naar een zorgverlener, een maatschappelijke werker inschakelen enz.
- **Verwar screening niet met de behandeling van een symptoom.** Wanneer iemand een teken of symptoom (een knobbeltje of een ander ongebruikelijk verschijnsel) heeft, moet die meteen worden doorverwezen voor een medisch consult, zonder te wachten op een uitnodiging of de volgende Mammotest.
- **Heb aandacht voor situaties die een individuele begeleiding vereisen.** Persoonlijke of familiale voorgeschiedenis of andere specifieke risicofactoren kunnen een medische beoordeling en een andere monitoringstrategie vereisen dan die van het georganiseerde programma.

Oktober 2026



## Liens utiles

### **BruPrev**

Brusselse referentiesite over borstkankerscreening.

BruPrev heeft als missie het organiseren van programma's voor opsporing en preventie van kanker (waaronder borstkanker) in het tweetalig Brussels Hoofdstedelijk Gewest.

Voor iedereen, inwoners en professionals.

#### **Meer informatie:**

**FR:** [Le dépistage du cancer du sein - BruPrev](#)

**NL:** [Borstkanker screening - BruPrev](#)

Oktober 2026

## Meer informatie



### Om te lezen

NL

#### **Borstkankerscreening in België**

##### ***Federaal Kenniscentrum voor de Gezondheidszorg (KCE), 2026***

Samenvattend rapport waarin de georganiseerde borstkankerscreening in België opnieuw wordt geëvalueerd op basis van de beschikbare wetenschappelijke en economische gegevens. Het analyseert de afweging tussen de voordelen en risico's van screening, het nut van uitbreiding daarvan vóór de leeftijd van 50 jaar of na de leeftijd van 69 jaar, de frequentie van mammografieën en de systematische toevoeging van een echografie. Het KCE benadrukt ook het belang van een weloverwogen keuze, de risico's van vals-positieve resultaten en overdiagnose, en beveelt aan om de voorkeur te geven aan het georganiseerde programma voor vrouwen van 50 tot 69 jaar die zich willen laten screenen.

Voor professionals, beleidsmakers en gezondheidsautoriteiten, instanties die verantwoordelijk zijn voor screeningsprogramma's, huisartsen, gynaecologen, ziekenfondsen en patiëntenverenigingen.



**Meer informatie**

[Borstkankerscreening in België](#)

FR / NL

#### **Uitbreiding van de borstkankerscreening niet aanbevolen**

##### ***Federaal Kenniscentrum voor de Gezondheidszorg (KCE)***

In dit persbericht van 9 juli 2026 worden de conclusies van het KCE gepresenteerd over de wenselijkheid om de georganiseerde borstkankerscreening in België uit te breiden.

Het legt uit waarom de beschikbare gegevens een systematische uitbreiding naar vrouwen van **45-49 jaar** of **70-74 jaar** niet rechtvaardigen, en wijst erop dat het belangrijk is om de verwachte voordelen af te wegen tegen de risico's, met name vals-positieven en overdiagnose.

Het pleit ervoor om de georganiseerde screening voor **50- tot 69-jarigen** te handhaven, waarbij voorlichting wordt gegeven zodat een weloverwogen keuze kan worden gemaakt.

Voor iedereen en voor zorgverleners.



**Meer informatie**

**FR:** [Un élargissement du dépistage du cancer du sein n'est pas recommandé](#)

**NL:** [Uitbreiding van borstkankerscreening niet aanbevolen | KCE](#)

Oktober 2026

FR / NL

## **Borstkanker**

### ***Stichting tegen Kanker***

Deze brochure bevat de belangrijkste informatie om inzicht te krijgen in borstkanker en het traject dat na een diagnose kan volgen. Het behandelt de verschillende soorten borstkanker, de symptomen, de risicofactoren, de onderzoeken waarmee de diagnose kan worden gesteld, de behandelingen en hun bijwerkingen. Daarnaast biedt de website informatie over screening, follow-up en het leven met of na borstkanker.

Voor iedereen.



#### **Meer informatie**

FR: [Cancer du sein - Fondation contre le cancer](#)

NL: [Brochure Borstkanker - Stichting tegen Kanker](#)

FR / NL

## **Opsporing van borstkanker**

### ***Vivalis***

Op deze pagina vind je informatie over de Mammotest en hoe die wordt georganiseerd in het Brussels Gewest. Er wordt uitgelegd wie in aanmerking komt voor een gratis screening, hoe men hier toegang toe kan krijgen - met of zonder uitnodiging - en waar de test kan worden uitgevoerd. Daarnaast wordt uitgelegd hoe mammografieën door twee personen worden beoordeeld, hoe de uitslagen worden doorgegeven en wat er moet gebeuren als er een afwijking wordt geconstateerd.

Voor iedereen.



#### **Meer informatie**

FR: [Dépistage du cancer du sein | Vivalis](#)

NL: [Opsporing van borstkanker | Vivalis](#)

FR / NL

## **Cancer Fact Sheet Borstkanker, 2024**

### ***Belgian Cancer Registry (BCR) - augustus 2026***

Dit epidemiologisch overzicht geeft de meest recente cijfers over borstkanker in België weer. Het geeft een overzicht van het aantal nieuwe diagnoses en de verdeling daarvan naar leeftijd, geslacht, regio en stadium, van de evolutie van de incidentie, de sterfte en de netto-overleving. Het overzichtsdokument bevat de belangrijkste resultaten, terwijl de gedetailleerde bijlage de volledige cijfergegevens weergeeft, met name over de incidentie, prevalentie, overleving en mortaliteit per regio en leeftijdsgroep.

Voor professionals in de gezondheidszorg en preventiesector, en actoren op het gebied van volksgezondheid.



#### **Meer informatie**

FR: [Cancer Fact Sheet Cancer du sein, 2024 | Belgian Cancer Registry](#)

NL: [Cancer Fact Sheet Borstkanker, 2024 | Belgian Cancer Registry](#)

Oktober 2026

FR / NL

**Indicateurs - évaluation de la dépistage du cancer du sein 2021-2024 - Bruxelles**  
**Belgian Cancer Registry (BCR), in samenwerking met BruPrev en Vivalis - mei 2026**

Drie documenten over de evaluatie van het georganiseerde borstkankerscreeningsprogramma in Brussel. Het rapport analyseert met name de deelname aan en de dekkingsgraad van het screeningprogramma, overdiagnose, de opgespoorde kankers en het stadium daarvan, het doorverwijzingspercentage en de opvolging na een positieve Mammotest. De memofiche geeft een samenvatting van de belangrijkste resultaten en aandachtspunten, en de bijlagebeschrijft de gegevensbronnen en de methoden die zijn gebruikt om elke indicator te berekenen.

Voor professionals.



**Meer informatie**

**FR:** [Indicateurs - évaluation du dépistage du cancer du sein 2021-2024 - Bruxelles | Belgian Cancer Registry](#)

**NL:** [Indicateurs - evaluatie van borstkankerscreening 2021-2024 - Brussel | Belgian Cancer Registry](#)

EN

**Exploring educational disparities in breast cancer dynamics: a comprehensive analysis of incidence, death within 5 years of diagnosis, and mortality in the Belgian context**

**Gotink J., Roskamp M., Silversmit G., Verdoodt F. et Gadeyne S. - BMC Cancer / Belgian Cancer Registry, 2024**

Deze Belgische wetenschappelijke studie analyseert de ongelijkheden op het vlak van opleidingsniveau met betrekking tot borstkanker, op basis van nationale gegevens. In die studie worden de incidentie en het aantal sterfgevallen binnen vijf jaar na de diagnose naar opleidingsniveau en leeftijd vergeleken. Er wordt ook onderzocht in hoeverre het stadium bij de diagnose en bepaalde factoren die verband houden met de vruchtbaarheid bijdragen aan de waargenomen verschillen.

Voor professionals.



**Meer informatie**

<https://doi.org/10.1186/s12885-024-13145-1>

Oktober 2026

EN

**Social determinants of breast cancer risk, stage, and survival**  
**Steven S. Coughlin - Breast Cancer Research and Treatment, 2019**

In dit wetenschappelijke tijdschrift werd het verband tussen sociale omstandigheden en de waargenomen ongelijkheden bij borstkanker geanalyseerd, met name wat betreft het risico om de ziekte te krijgen, het stadium waarin de diagnose wordt gesteld en de overlevingskansen. Verschillende factoren werden bekeken: inkomen en opleidingsniveau, kwetsbaarheid van de wijk, werkgelegenheid, discriminatie, immigratie, toegang tot gezondheidszorg en verzekeringen, en sociale steun of isolatie. Ze toont met name aan dat ongunstige sociaal-economische omstandigheden gepaard gaan met diagnoses in een verder gevorderd stadium en een slechtere overlevingskans.

Voor professionals.



**Meer informatie**

[Social determinants of breast cancer risk, stage, and survival | Breast Cancer Research and Treatment | Springer Nature Link](#)

EN

**Socio-economic inequality of utilization of cancer testing in Europe: a cross-sectional study**  
**Bozhar H. et al., consortium EU-TOPIA - Preventive Medicine Reports, 2022**

Dit Europese onderzoek naar sociale ongelijkheden bij de deelname aan screeningprogramma's voor borst-, baarmoederhals- en darmkanker, gebaseerd op gegevens die tussen 2013 en 2015 zijn verzameld, toont aan dat mensen met een laag inkomen, een laag opleidingsniveau, die werkloos zijn of buiten de Europese Unie zijn geboren minder vaak deelnemen aan screeningprogramma's.

Voor professionals.



**Meer informatie**

[Socio-economic inequality of utilization of cancer testing in Europe: A cross-sectional study - ScienceDirect](#)

Oktober 2026

EN

**From barriers to participation: co-creating an effective reminder letter for breast cancer screening among underserved women in Flanders**

*Ferrari, A., Van Bos, L., Talboom, S. et al. - Arch Public Health 83, 2025*

Dit onderzoek, dat in Vlaanderen werd uitgevoerd, richtte zich op vrouwen uit kansarme milieus die weinig of niet deelnemen aan borstkankerscreening. Ze wijst met name op een gebrek aan kennis over gezondheid en een beperkt begrip van preventieve screening. Uit de gesprekken blijkt dat duidelijke en passende informatie de belangstelling voor screening kan vergroten.

Het onderzoek, dat samen met de deelnemers werd uitgevoerd, heeft geleid tot het opstellen van een herinneringsbrief die beter is afgestemd op hun behoeften.

Voor professionals.



**Meer informatie**

Ferrari, A., Van Bos, L., Talboom, S. et al. From barriers to participation: co-creating an effective reminder letter for breast cancer screening among underserved women in Flanders. Arch Public Health 83, 132 (2025).  
<https://doi.org/10.1186/s13690-025-01591-7>

FR / NL

**Terugbetaling voor bepaalde zorg in niet-erkende borstklinieken stopt binnenkort**  
*Par l'Institut National d'Assurance Maladie Invalidité (INAMI)*

Het RIZIV heeft kennis genomen van de studie van het Federaal Expertisecentrum Gezondheidszorg (KCE) die in samenwerking met de Stichting Kankerregister en klinische experts werd gevoerd en werd gepubliceerd op 16 maart 2023. De resultaten tonen aan dat borstkankerpatiënten een hogere overlevingskans hebben als ze worden behandeld in een kliniek met een specifieke erkenning voor de behandeling van het type van tumor. Het RIZIV paste daarom de terugbetalingsregels aan zodat enkel erkende borstklinieken bepaalde terugbetaalde zorg kunnen aanbieden aan borstkankerpatiënten.

Voor professionals.



**Meer informatie**

**FR:** [Vers la fin du remboursement de certains soins dans les cliniques du sein non agréées | INAMI](#)  
**NL:** [Terugbetaling voor bepaalde zorg in niet-erkende borstklinieken stopt binnenkort | RIZIV](#)

Oktober 2026



## Om te bekijken

FR

### **Palpation mammaire : comment réaliser une autopalpation du sein ? (Borstonderzoek: hoe doe je zelf een borstonderzoek?)**

*Livi France*

In deze video wordt uitgelegd hoe je een zelfonderzoek van de borsten uitvoert, met de handelingen waarmee je de borsten en oksels kunt bekijken en betasten om eventuele veranderingen of afwijkingen op te sporen. Zelfonderzoek wordt voorgesteld als een manier om je borsten beter te leren kennen en veranderingen op te merken die medisch advies vereisen; het is echter geen vervanging voor een mammografie wanneer dat aangewezen is.

Voor alle vrouwen.



#### **Meer informatie**

[Palpation mammaire : comment réaliser une auto-palpation du sein ?](#)

FR

### **Hoe verloopt een mammografie? Ziekenhuis van Roubaix, Doctissimo en Santé BD**

In dit korte filmpje worden de belangrijkste stappen van een mammografie concreet uitgelegd: het plaatsnemen voor het mammografieapparaat, het positioneren van de borst, het samendrukken en het maken van de opnames. Het kan nuttig zijn om het verloop van het onderzoek uit te leggen en mensen gerust te stellen die het nog nooit hebben ondergaan of er tegenop zien. De video is opgenomen in Frankrijk; sommige praktische details kunnen afwijken, maar de belangrijkste stappen van het onderzoek zijn vergelijkbaar met die van een mammografie in Brussel.

Voor iedereen die meer inzicht wil krijgen in het verloop van een mammografie, en in het bijzonder voor professionals uit de welzijns- en gezondheidssector die op zoek zijn naar visueel ondersteunend materiaal om hun publiek te informeren of gerust te stellen.



#### **Meer informatie**

[Comment se passe une mammographie ? \(Hoe verloopt een mammografie?\)](#)

Oktober 2026



## Om te sensibiliseren

FR

### **De Mammotest - Programma voor opsporing van borstkanker in Brussel** *BruPrev*

In deze handige folder wordt uitgelegd wat de Mammotest is, voor wie hij bedoeld is en hoe hij verloopt. Daarin worden de voorwaarden voor het maken van een afspraak, het verloop van het onderzoek, de dubbele beoordeling van de beelden en de doorgeefprocedure van de resultaten gedetailleerd beschreven. Ook de voordelen en beperkingen van de Mammotest worden besproken: vals-negatieve resultaten, overdiagnose en vals-positieve resultaten, evenals situaties waarin de test niet geschikt is en medisch advies nodig is.

Voor vrouwen van 50 tot 69 jaar die in aanmerking komen voor het screeningprogramma in het Brussels Gewest, en voor professionals om uitleg te geven over de Mammotest en het verloop ervan.



**Meer informatie**

FR: [Brochure Mammotest BruPrev-2024.pdf](#)

FR

### **Roze oktober 2026** *Boop project*

Boop project is een vereniging die op een positieve manier over kanker communiceert. Ze produceren en verspreiden content die op sociale media en in ziekenhuizen kan worden gedeeld, zoals de posters 'cancer du sein, je consulte si j'ai !'. Hun tools zijn betalend, en de opbrengsten daarvan worden gebruikt om de activiteiten van de vereniging te ondersteunen.

Voor iedereen.



**Meer informatie**

[Boop project](#)

FR

### **De Mammotest** *Vzw Promo Santé & MG*

Informatieblad waarin op eenvoudige wijze wordt uitgelegd wat de Mammotest is en hoe het onderzoek concreet in zijn werk gaat. Er wordt uitleg gegeven over borstkankerscreening via mammografie, de verschillende stappen van de afspraak en nuttige informatie om je daarop voor te bereiden. Een hulpmiddel dat is ontworpen om de duiding over de Mammotest te vergemakkelijken en de gesprekken over borstkankerscreening te ondersteunen.

Voor iedereen, vooral voor mensen die te maken hebben met borstkankerscreening, maar ook nuttig voor zorgverleners.



**Meer informatie**

[Qu'est-ce que le mammotest ? Comment se déroule-t-il ?](#)

Oktober 2026

NL

### **Referenties voor borstkankerscreening Gezondheidsmakers**

Op deze pagina vind je verschillende hulpmiddelen voor voorlichting en bewustmaking rond borstkankerscreening, zoals brochures, affiches, meeneemkaartjes, hulpmiddelen om het screeningstraject tijdens een individueel gesprek uit te leggen en digitale tools voor sociale media. Ze presenteert ook initiatieven die erop gericht zijn om het screeningprogramma toegankelijker te maken voor mensen in maatschappelijk kwetsbare situaties.

Voor professionals.



**Meer informatie**

[Vind wat je zoekt op Gezondheidsmakers | Gezondheidsmakers](#)

NL

### **Hulpmiddelen om het bewustzijn rond borstkankerscreening te vergroten: educatieve sleutelhangers en roze lintjes Gezondheidsmakers**

Je kan materiaal bestellen om mensen bewust te maken van het belang van borstkankerscreening. De parelsleutelhanger is een educatief hulpmiddel waarmee vroegtijdige opsporing op een eenvoudige manier kan worden uitgelegd: afwijkingen in de borst worden vergeleken met parels waarvan de grootte ongeveer overeenkomt met de omvang van een afwijking die op een bepaalde manier kan worden gevonden. De roze lintjes zijn bedoeld ter ondersteuning van bewustmakingsacties, zoals voorlichtingsbijeenkomsten, tentoonstellingen of andere activiteiten rond screening.

Voor iedereen.



**Meer informatie**

[Parelsleutelhanger Borstkanker Bevolkingsonderzoek | Gezondheidsmakers](#)

[Roze Lintjes Borstkanker Bevolkingsonderzoek | Gezondheidsmakers](#)

FR

### **La mammographie - Le dépistage des cancers du sein (Mammografie - Borstkankerscreening) SantéBD - Coactis Santé**

Dit stripverhaal in eenvoudige taal legt uit hoe een mammografie verloopt, vanaf de voorbereiding van het onderzoek tot het maken van de opnames en de uitslag. De verschillende stappen, de aan te nemen houdingen en het samendrukken van de borst tijdens het onderzoek worden hier duidelijk geïllustreerd. De strip kan ook gepersonaliseerd worden om de uitleg over het onderzoek af te stemmen op het bepaald profiel.

Voor iedereen.



**Meer informatie**

[Bande dessinée - La mammographie - Le dépistage des cancers du sein](#)

Oktober 2026

FR

**Auto-palpation - Je me fais un examen des seins  
(Zelfonderzoek - Ik onderzoek mijn borsten)**  
*SantéBD - Coactis Santé*

Dit stripverhaal in eenvoudige taal legt uit hoe je je borsten kunt observeren en betasten: houdingen, verschillende technieken voor het betasten, te onderzoeken gebieden en veranderingen of afwijkingen waarop je moet letten. Daarnaast wordt ook aangegeven dat men een huisarts of een gynaecoloog moet raadplegen wanneer men een afwijking waarneemt of voelt.

Voor iedereen.



**Meer informatie**

[Bande dessinée - Auto-palpation - Je me fais un examen des seins](#)

Oktober 2026



## Om te begeleiden

NL

### Face-to-face/telefonisch/online **Kom op tegen Kanker**

De vzw Kom op tegen Kanker biedt allerlei activiteiten en tools over kanker. Op hun website [allesoverkanker.be](https://allesoverkanker.be) vind je informatie per soort kanker, maar ook over het leven met kanker (financiële vragen, werken na kanker, fit blijven, een second opinion vragen of met je kinderen of kleinkinderen over kanker praten).

De vzw heeft ook een telefonische hulplijn die van maandag tot vrijdag van 9 tot 12 uur en van 13 tot 17 uur ter beschikking staat: 0800 35 445.

Voor mensen met (borst)kanker en hun naasten.



#### Meer informatie

[Borstkanker | Kom op tegen Kanker](#)

FR / NL

### Telefonisch **Door de Stichting Tegen Kanker**

Tweetalige telefoonlijn Kankerinfo (0800 15 801) waar je vertrouwelijk vragen over kanker kunt stellen. Er wordt ook kortdurende telefonische psychologische ondersteuning (max. 6 sessies) aangeboden voor mensen met kanker en hun naasten.

Elke dag tussen 9 en 18 uur.

Voor iedereen: patiënten, naasten en professionals.



#### Meer informatie

FR: [Cancerinfo - Fondation contre le cancer](#)

NL: [Kankerinfo - Stichting tegen Kanker](#)

FR

### Face-to-face/telefonisch **Vivre comme avant** **Door Vivre comme avant**

Vrijwilligers (die zelf borstkanker hebben gehad) ondersteunen vrouwen vlak na hun operatie door hen te bezoeken in het ziekenhuis (Jules Bordet Instituut, Cliniques universitaires Saint-Luc, Erasmusziekenhuis, UVC Brugmann). Er worden ook praatgroepen, solidaire schoonheidssalons en workshops georganiseerd.

De vzw heeft ook een telefonische hulplijn die van maandag tot vrijdag van 9.00 tot 12.30 uur en van 13.30 tot 16.30 uur te bereiken is: 02 649 41 68.

Voor vrouwen met borstkanker en hun naasten.



#### Meer informatie

[ASBL Vivre comme avant Belgique - Association de lutte contre le cancer du sein](#)

Oktober 2026

FR

Face-to-face

**Bewustmakingworkshops - Oncologie**

*Door PsyBru en Centrum voor Psycho-Oncologie*

Psycho-educatieve programma's die essentiële informatie geven over de psychologische, neuropsychologische en emotionele effecten van kanker en de behandelingen ervan, en praktische strategieën delen om de uitdagingen en overgang na de behandeling aan te pakken.

Voor iedereen vanaf 15 jaar die een kankerbehandeling achter de rug heeft.



**Meer informatie**

[Adaptation à la maladie oncologique: ateliers de sensibilisation aux questions](#)

[psycho-oncologiques - PsyBru](#)

[Fatigue et difficultés cognitives liées au cancer - PsyBru](#)

[Peur de la récurrence \[oncologie\] - PsyBru](#)

[Bouffées de chaleur et sueurs nocturnes \[oncologie\] - PsyBru](#)

[Image de soi \[oncologie\] - PsyBru](#)

FR / EN

**Centrum voor psycho-oncologie**

*Centre de Psycho-Oncologie - Brussel*

Een centrum voor zorg, opleiding en onderzoek dat psychosociale begeleiding biedt aan mensen die kanker hebben of hebben gehad, en aan hun naasten. De begeleiding kan individueel of in groepsverband plaatsvinden en zowel face-to-face als via videoconsultatie worden gegeven. Het centrum biedt met name begeleiding bij problemen op het gebied van angst, omgaan met emoties, depressie en stemmingsstoornissen die verband houden met de ziekte.

Voor iedereen die kanker heeft of heeft gehad, en hun naasten vanaf 15 jaar.

Waterloolaan 106, 1000 Brussel.



**Meer informatie**

02/538 03 27

[Centre de Psycho-Oncologie - PsyBru](#)

Oktober 2026

FR

Face-to-face

### Groepsworkshops - Oncologie

*Door PsyBru en Centrum voor Psycho-Oncologie*

Groepsworkshops om te leren omgaan met vermoeidheid en emoties als je kanker hebt. Deze workshops zijn opgebouwd rond thema's (vermoeidheid begrijpen, cognitieve vermoeidheid, hypnose en ontspanning enz.).

Voor iedereen vanaf 15 jaar met kanker.



#### Meer informatie

**Cancer, partager, écrire, donner du sens (Kanker, delen, schrijven, betekenis geven):**

[Cancer, partager, écrire, donner du sens - PsyBru](#)

**Omgaan met vermoeidheid bij kanker:**

[Gestion de la fatigue liée au cancer - PsyBru](#)

**Omgaan met emoties bij kanker:**

[Gestion des émotions dans le cadre d'une affection cancéreuse - PsyBru](#)

FR

### Baob Brussels

Een Brusselse vzw die mensen begeleidt die direct of indirect te maken hebben met kanker of een langdurige ziekte, zowel tijdens als na de ziekte. De vzw biedt onder meer begeleiding aan patiënten en hun families, loopbaanbegeleiding en transitiecoaching, mentoring voor mantelzorgers, evenals steungroepen en thematische workshops. De vereniging werkt ook samen met bedrijven om de terugkeer naar het werk na ziekte te vergemakkelijken.

Voor alle mensen met kanker of een langdurige ziekte, hun naasten en mantelzorgers.



#### Meer informatie

[Baob Brussels](#)

Oktober 2026

FR / NL

**Face-to-face  
Lhiving**

Deze vzw biedt begeleiding op maat aan mensen in een kwetsbare situatie die lijden aan een chronische en/of ernstige ziekte, evenals aan hun familie. De vereniging ondersteunt hen op verschillende vlakken van het dagelijks leven om hun gezondheid en welzijn te verbeteren en hun zelfstandigheid geleidelijk te bevorderen. Ze kan hen ook begeleiden bij het zoeken naar geschikte en betaalbare huisvesting, met psychosociale begeleiding die is afgestemd op hun behoeften.

Voor iedereen die in het Brussels Gewest woont en daar wil blijven wonen, die lijdt aan een ziekte die een grote invloed heeft op zijn of haar gezondheid en dagelijks leven, die over een bescheiden inkomen beschikt en niet in een opvangtehuis woont.



**Meer informatie**

**FR:** [A propos - Lhiving](#)

**NL:** [Over ons - Lhiving](#)

FR / NL / EN

**Face-to-face en online  
BRCA + network**

Deze vereniging zet zich in voor mensen met een erfelijke genetische aanleg die het risico op kanker verhoogt, en voor hun naasten. Ze biedt informatie en hulpmiddelen over genetische mutaties en preventiemogelijkheden, ontmoetingsmomenten en platforms voor uitwisseling tussen betrokkenen, evenals praatgroepen, lezingen, webinars en activiteiten.

De vereniging bevordert ook de uitwisseling van ervaringen tussen patiënten, maakt het publiek en zorgverleners bewust van erfelijke vormen van kanker en laat de stem van de betrokkenen horen bij de actoren in de gezondheidszorg.

Voor iedereen met een genetische mutatie of aanleg voor kanker, en hun naasten.



**Meer informatie**

**FR:** [Page d'accueil - BRCA+ Network](#)

**NL:** [Startpagina - BRCA+ Network](#)

Oktober 2026



## Om deel te nemen

FR / NL / EN

### **De Think Pink-campagnes** **Vzw Think Pink**

Think Pink voert campagnes uit die verschillende fasen van het traject van preventie en behandeling van borstkanker bestrijken.

De campagne **Full Moon Check** moedigt vrouwen, ongeacht hun leeftijd, aan om hun borsten goed te leren kennen, ze regelmatig te bekijken en te betasten om ongewone veranderingen op te merken. De campagne biedt onder meer een maankalender aan als maandelijks herinnering.

De campagne **'Mijn prio? Mijn mammo'** richt zich specifiek op **vrouwen van 50 tot 69 jaar** en moedigt deelname aan het georganiseerde screeningsprogramma aan. Er worden gratis posters, brochures, promotiepakketten en digitaal materiaal aangeboden.

De campagne van de **erkende borstklinieken** informeert mensen met kanker over het belang van behandeling in een erkend centrum, met een multidisciplinaire aanpak en medische, psychologische en sociale begeleiding.

Voor het grote publiek en mensen die borstkanker hebben.



#### **Meer informatie**

**FR:** [Campagne Full Moon check](#)

[Campagne J'peux pas j'ai mammo](#)

[Campagne des Cliniques du Sein agréées](#)

**NL:** [Campagne Zelfonderzoek](#)

[Mijn Prio? Mijn mammo](#)

[Campagne van de erkende borstklinieken](#)

Oktober 2026

FR

Face-to-face

**Bounce Back Festival (in het Frans)**

*Baobab Brussels Asbl*

Dit evenement in Brussel is gewijd aan het leven na kanker en langdurige ziekten, en dat thema's als inclusieve gezondheidszorg, toegankelijk welzijn, terugkeer naar het actieve leven, diversiteit en inclusie met elkaar verbindt. Het brengt betrokkenen, naasten en professionals samen voor getuigenissen, lezingen, discussies en workshops. Het festival duurt twee dagen:

• **2 oktober 2026 - Dag voor bedrijven en organisaties**

**Revenir pour mieux avancer (Terugkeren om verder te komen)**

**08.30-16.30 uur**

Een dag die met name gewijd is aan de terugkeer naar het werk na kanker of een langdurige ziekte en aan werkwijzen waarmee de betrokkenen beter kunnen worden begeleid.

Voor werkgevers, hr-verantwoordelijken, managers, teams en organisaties.

De toegang kost tussen 120 en 220 euro.

• **3 oktober 2026 - Dag voor het grote publiek**

**Renaître pour mieux vivre (Opnieuw geboren worden om beter te leven)**

**09.30-18.30 uur**

Een dag gewijd aan levensverhalen tijdens en na de ziekte, met lezingen, getuigenissen, workshops en momenten om ervaringen uit te wisselen over welzijn en herstel.

Voor iedereen die te maken heeft met kanker of een langdurige ziekte, naasten, mantelzorgers en, in bredere zin, het grote publiek.

De toegang kost 5 euro.

De twee dagen vinden plaats in Talents Switch, Louizalaan 275, 1050 Elsene.



[Meer informatie](#)

[Bounce Back Festival - Baob Brussels](#)

FR

Face-to-face

**Formation dépistage des cancers : Pertinence et modalités**

**(Opleiding kankerscreening: relevantie en modaliteiten)**

*Door Promo Santé & Médecine Générale*

Welke verschillende gevalideerde kankerscreenings zijn er? Welke leeftijdsgroep? Welke onderzoeken? Hoe breng je dit ter sprake bij patiënten? Deze opleidingsmodule behandelt alles wat je moet weten over epidemiologie, risicofactoren, richtlijnen enz.

Voor huisartsen en eerstelijnsgezondheidswerkers in hun LOK, DDG, Kring of in een wijkgezondheidscentrum

Gratis, duur: 2 uur, datum op aanvraag, op een door de professionals gekozen ontmoetingsplaats.



[Meer informatie](#)

[Formations pratiques et concrètes pour médecins généralistes](#)

Oktober 2026

NL

Face-to-face

**Psycho-oncologie**

***Vrije Universiteit Brussel (VUB), in samenwerking met de Vlaamse universiteiten en het Cédric Hèle-instituut***

Tweejarige interuniversitaire postacademische opleiding in psycho-oncologie.

Deze evidence-based opleiding met interactieve opzet heeft tot doel de kennis en vaardigheden te ontwikkelen die nodig zijn om mensen met kanker en hun naasten gedurende het hele ziekteverloop psychologisch te begeleiden, en om samen te werken binnen multidisciplinaire teams in verschillende zorgcontexten. De volgende cyclus is gepland voor 2027-2029; informatie over de inschrijvingen wordt in het voorjaar van 2027 bekendgemaakt.

De opleiding richt zich tot masters in de psychologie, pedagogie of een andere (para)medische discipline die zich verder willen specialiseren in de psychologische begeleiding van mensen met kanker.



**Meer informatie**

[Permanente vorming Psycho-oncologie | VUB](#)

Oktober 2026

# In de zorgzone

## In de Zorgzone Noord-Oost

FR

### **Roze oktober in het gemeentehuis van Schaarbeek**

Vivre comme avant, BRCA+ network, de medewerkers preventie en gezondheidsbevordering van zorgzone Noord-Oost en andere actoren zullen die dag aanwezig zijn om te praten over (screening op) borstkanker.

Voor alle vrouwen en mannen.

In het gemeentehuis, Colignonplein 100, 1030 Schaarbeek

De hele dag op 1 oktober 2026.



**Meer informatie**

[Accueil | Schaerbeek](#)

FR / NL

### **Everose: evenement in samenwerking met Wijkgezondheidscentrum Rive, wijkgezondheidscentrum van Evere & zorgzone Noord-Oost**

Ter gelegenheid van 'Roze oktober', de maand die in het teken staat van borstkanker, lanceren het wijkgezondheidscentrum van Evere, het wijkgezondheidscentrum Rive en zorgzone Noord-Oost het project EVEROSE.

Het doel is om borstkanker in de hele gemeente onder de aandacht te brengen; de uitdaging is dan ook om de verschillende organisaties gedurende de hele maand oktober 2026 in het roze te hullen.

Voor alle inwoners en professionals.



**Neem voor het aanvragen van materiaal contact op via e-mail**

[info@bassin-nord-est.brussels](mailto:info@bassin-nord-est.brussels)

**Meer informatie**

[info@bassin-nord-est.brussels](mailto:info@bassin-nord-est.brussels)

Oktober 2026

FR

### **Kinesithérapie bij borstkanker & groepslessen bij Amplitude** *Paramedisch centrum Kipsi*

Kipsi biedt verschillende behandelingen aan, waaronder twee die geschikt zijn voor vrouwen met borstkanker:

- **Kinesithérapie & borstkanker:** begeleiding voor en na een operatie, met revalidatie van de schouder, behandeling van littekens, postoperatieve lymfedrainage, begeleiding bij kankergerelateerde vermoeidheid en hervatting van activiteiten.  
Voor vrouwen voor of na een operatie in verband met borstkanker.
- **Groepsles Amplitude :** een rustige training gericht op beweeglijkheid, soepelheid en spierkracht, geschikt voor vrouwen die behandeld zijn voor borstkanker. De sessies combineren gewrichtsmobiliteit, lenigheidsoefeningen, lichte krachttraining en diepe core-training, in kleine groepen van maximaal 6 personen. Ze vinden plaats op dinsdag en vrijdag **van 11 tot 12 uur**, vanaf **4 september 2026**.

Gericht op vrouwen die behandeld zijn voor borstkanker en die geleidelijk hun bewegingsvrijheid, soepelheid en spiertonus willen terugkrijgen.

De sessies vinden plaats in de Gatti de Gamondstraat 303, 1180 Ukkel.



**Meer informatie**

[Kipsi – Soins & spécialités](#)

## Referenties

1. Belgian Cancer Registry. Cancer Fact Sheet – Borstkanker, incidentiejaar 2024 (en gedetailleerde bijlage). Brussel, 2026.  
[Cancer Fact Sheet – Cancer du sein, CFS2024, 2026.pdf](#)
2. Belgian Cancer Registry, BruPrev, Vivalis. Memo – bevolkingsonderzoek borstkanker, Brussel, screeningsjaren 2021-2024. April 2026.  
[Mémento évaluation dépistage cancer du sein 2020-2023 Bruxelles](#)
3. BruPrev. Borstkanker en borstkankerscreening (Mammotest).  
[Le cancer du sein - Le dépistage du cancer du sein - Bruprev](#)
4. Observatorium voor Gezondheid en Welzijn van Brussel-Hoofdstad / Vivalis. Welzijnbarometer 2025 – Sociale ongelijkheden bij de toegang tot gezondheidszorg, preventieve zorg: borstkankerscreening.  
[Baromètre social 2025 | Vivalis](#)
5. Gotink J., Roskamp M., Silversmit G., Verdoodt F., Gadeyne S. Exploring educational disparities in breast cancer dynamics: incidence, death within 5 years of diagnosis, and mortality in the Belgian context. BMC Cancer. 2024;24:1399.  
<https://doi.org/10.1186/s12885-024-13145-1>
6. Sciensano. Gezondheidsenquête 2023-2024 – Preventie, gezondheidsvaardigheden en toegankelijkheid tot zorg.  
<https://www.sciensano.be/fr/resultats-de-lenquete-de-sante-2023-2024>
7. Van Hemelrijck W.M.J. et al. Breast cancer by migrant background in Belgium: lower risk, but worse survival in women of non-European origin. International Journal of Cancer. 2020;147(2):350-360.  
<https://doi.org/10.1002/ijc.32726>
8. Wereldgezondheidsorganisatie. Breast cancer – Fact sheet. Update 3 juli 2026.  
<https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/breast-cancer>

Ben je een professional actief in de welzijns- en gezondheidssector?  
Oefen je je activiteit uit en/of begeleid je mensen in complexe situaties die op het grondgebied van de Zorgzone Nord-Oost?

Zoek je praktische informatie over het Brusselse zorgaanbod of oriëntatiehulp (dienstverleners, ondersteuningsmaatregelen, proefprojecten, financiële steun enz.)?

**Ons team staat elke werkdag van 9 tot 17 uur voor je klaar om je naar de juiste middelen te leiden.**



**Voor meer informatie over preventie,  
ga naar**  
**[www.zorgzone-nord-oost.brussels](http://www.zorgzone-nord-oost.brussels)**