



Tilbud til personer som har eller har hatt kreft

Opphold i 2018:

3.—20. april

20. august—7. september

Målgruppe:

Personer som har gjennomgått behandling for kreft, og som har et redusert funksjonsnivå etter sykdom.

Tilbudet er beregnet for deg som kan ha nytte av et gruppetilbud, og som kan nyttiggjøre deg tilpasset fysisk aktivitet.

Mål:

- Øke fysisk kapasitet og psykisk mestring for å gjøre hverdagen bedre.
- Økt kunnskap om forhold som har betydning for den enkeltes hverdag.
- Dersom det er aktuelt - komme tilbake til arbeidslivet.

Organisering:

Gruppene er sammensatt av ca. 10-12 personer som kan ha ulike kreftdiagnoser og ulike behandlingsforløp. Det meste vil foregå i gruppe, men en del kan også tilbys individuelt ved behov.

Det kan være aktuelt med gruppeopphold for unge eller temaopphold med temaer som friluftsliv eller ridning.



Innhold:

Undervisning og veiledning om kost, trening, sosiale rettigheter, ordninger i arbeidslivet, om hverdagsutfordringer, om å leve med kreftsykdom, besøk på Vardesenteret

En viktig del av oppholdet vil være ulike former for fysisk aktivitet utendørs og inne, både rolig og mer intensivt. Friluftsliv er en viktig del av tilbudet vårt.

Dersom du har behov for lymfedrenasje, vil det bli ivarettatt.

Aktuelle fagpersoner i det tverrfaglige teamet:

Lege, sykepleier, fysioterapeut, sosionom, idrettspedagog, psykolog eller psykiatrisk sykepleier, faglærer ernæring og rideinstruktør.

Søknad:

Søknadsskjema kan lastes ned fra våre nettsider www.vhss.no og sendes til den regionale vurderingsenheten for rehabilitering i ditt distrikt.

Ta gjerne kontakt:

Telefon: 75602100

E-post: post@vhss.no

For mer informasjon:

www.vhss.no

www.facebook.com/valnesfjordhelsesportssenter

