

Tilbud til dig der har kræft

Vores tilbud består af forskellige dele, som tilbydes samlet eller enkeltvis:

- Undervisning i Frederiksværk i fire dage á fem timer for 20 deltagere.
- Træning i otte uger to gange om ugen. Dit funktionsniveau testes ved den indledende samtale.
- Ergoterapeutisk vejledning, som foregår individuelt eller i grupper afhængigt af dit behov.
- Rygestopkursus eller vejledning om rygestop.

Undervisning, vejledning og træning varetages af sygeplejerske, fysioterapeut, ergoterapeut og rådgivere fra kommunerne Frederikssund og Halsnæs samt Kræftens Bekæmpelse.

For at deltage skal du have en henvisning fra din læge eller hospitalet. Når du er henvist tager vi kontakt til dig, for at finde ud af om tilbuddet passer til dig.

Du bliver indkaldt til en indledende samtale med en fysioterapeut. Samtalen har fokus på dine udfordringer og behov.

Herefter sammensættes tilbuddet til dig på baggrund af samtalen og en faglig vurdering.

Genvind styringen i dit liv

Gennem dette tilbud kan du styrke eller genvinde kontrol og handlekraft.

Ved at deltage får du:

- værktøjer til at forbedre din hverdag gennem god kost, bevægelse og tænkning
- viden og vejledning om senfølger
- viden om, hvordan du kan fastholde dit arbejdsliv eller søge pension
- fysisk og mental styrke
- mulighed for at udveksle erfaringer med ligestillede.

Hvem kan deltage?

Tilbuddet er til dig, der:

- bor i Frederikssund Kommune og er fyldt 18 år

- er i gang med eller for nylig har afsluttet kræftbehandling
- har brug for støtte til at forholde dig til dit sygdoms- og behandlingsforløb
- er motiveret for at deltage aktivt
- kan indgå i gruppeforløb med andre, der er ramt af kræft.

Flere oplysninger

Alle hverdage på telefon 47352070 eller via digital post.