

Ta gjerne kontakt for mer informasjon:
Lærings- og mestringscenteret, Oslo Universitetssykehus,
Radiumhospitalet v/ rådgiver Tone E.B. Johannessen,
tlf: 22935724, mail: jotone@ous-hf.no

Påmelding sendes til:

Lmskkt@ous-hf.no

eller

**Oslo universitetssykehus HF
Radiumhospitalet
Lærings- og mestringscenteret
Postboks 4950, Nydalen, 0424 Oslo**

Utgiver:
Lærings- og mestringscenteret (LMS),
Kreft, kirurgi og transplantasjonsklinikken,
Avdeling for klinisk service, OUS.

Målgruppe:
Pasienter som har hatt kreft og deres
pårørende



Livsløst etter kreft og kreftbehandling

LÆRINGS OG MESTRINGS KURS

Tid: vår 2015

Sted: Oslo Universitetssykehus, Radiumhospitalet

VELKOMMEN TIL KURS PÅ RADIUMHOSPITALET - VARDESENTERET

Å få kreft og være i kreftbehandling kan oppleves som en stor omveltning både for pasienter og pårørende, plutselig å være i et ukjent; kanskje truende landskap.

Kreftsykdom takler vi forskjellig. Etter behandling kan hverdagen oppleves annerledes enn før kreften rammet, mange opplever stor grad av usikkerhet og har tanker rundt spørsmål som:

Hvordan skal livet skal gå videre nå ?

Hvordan kan jeg få en meningsfull tilværelse nå?

Formålet med kurset er å gi deltakerne:

- Praktiske øvelser som kan gjøre det lettere å håndtere hverdagen
- Større kjennskap til hvordan tanker påvirker følelser
- Økt kunnskap om hvordan tanker innvirker på måten vi opplever livet, særlig når det er krevende
- Mulighet til erfaringsutveksling og dele synspunkter med andre i sammenlignbar situasjon

Kaffe, tea og frukt serveres, ta gjerne med deg matpakke

Kurs 1 og kurs 2 har samme kursinnhold.

Begge kurs går over fire datoer:

Kurs 1: 9., 16. og 23. februar og 2. mars, kl 1200-1500

Kurs 2: 13., 20., og 27. april og 4. mai, kl 1200-1500

Lærings- og mestringscenteret(LMS) samarbeider med:

- Ansvarlig lege for kurset: Overlege Birgitte Boye
- Kreftforeningen; kurset baseres i stor grad på materiale utarbeidet av kreftforeningen

Henvisning fra lege trengs

Egenandel Kr. 320,- (gjelder kun pasient)
Hvis du har frikort, trenger du ikke å betale.

Reise- oppholdsutgifter

Reiseutgifter dekkes etter reglene for lærings- og mestringsopphold etter Lov om Spesialisthelsetjenesten §5-5 med tilhørende forskrifter.

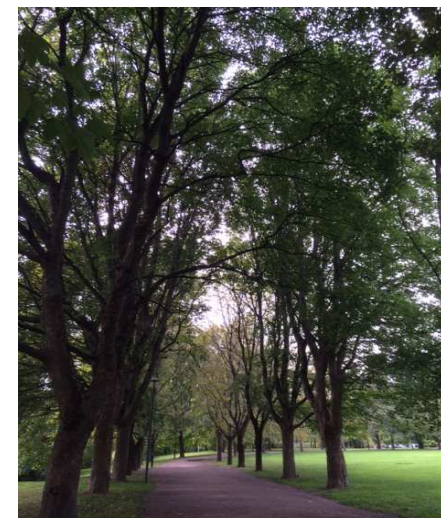
Pasientreiser dekker rimeligste reisemåte med fratrukket egenandel kr. 270,- tur/retur. Pasientreiser dekker kr. 520,- for overnatting + kr 205,- for kost pr. person pr. døgn.

NB! Ta kontakt med Pasientreiser, tlf: 05515 i forkant av kurset (www.pasientreiser.no)

Overnatting

Det er mulig å bo på sykehotellet i samme bygg.
Hvis du/dere trenger overnatting på hotell, må dere ordne dette selv.

Vi tipser om: Pasienthotellet på Radium hospitalet, Norlandia care, tlf: 23252400



Kurs 1: 9., 16. og 23. februar og 2. mars

Kurs 2: 13., 20. og 27. april og 4. mai

Om påmelding: Vær snar; kursene har begrenset antall deltakere

navn:.....

Fødselsdato:.....

Adresse:.....

Telefon priv/mobil:.....

Pårørende som skal delta på kurset |