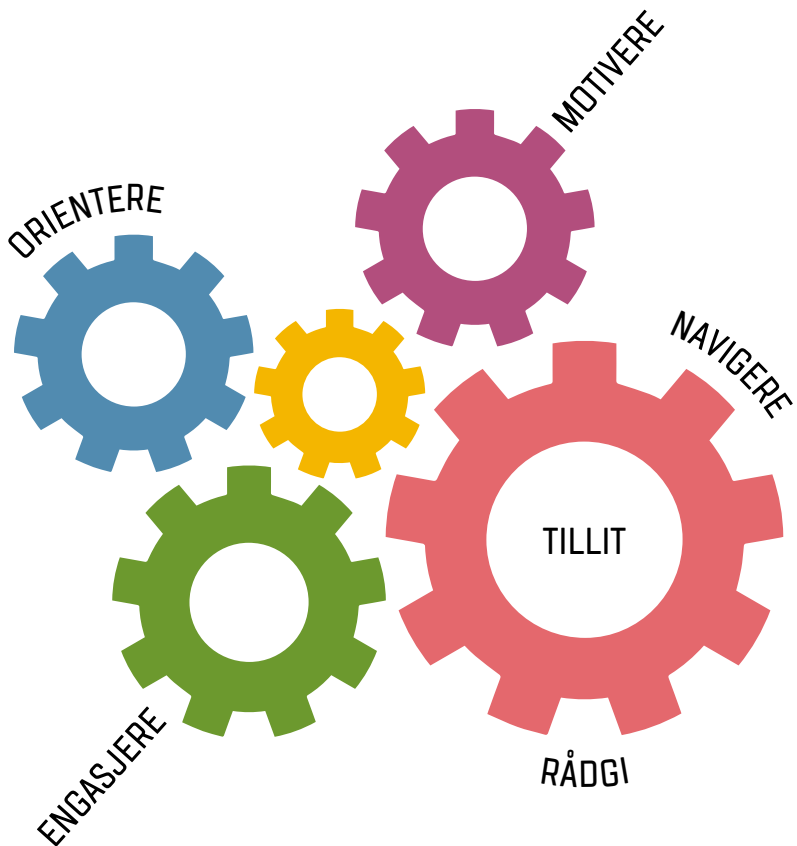

M**INFORMASJON
OM MENTORSKAPS-
PROGRAMMET**

Fra september 2017 til april 2018 skal pasientforeningen Sarkomer gjennomføre et mentorprogram i samarbeid med private firmaer og FORUT. Med dette ønsker vi å gi

de som har eller har hatt sarkom støtte og veiledning på veien videre. Les mer om detaljene i Mentorskapsprogrammet i denne brosjyren, og ta kontakt hvis dere som firma ønsker å delta!



”JAG KÄNNER ATT DET HÄR FÖR
MIG ÄR SOM EN LITEN HAND ATT
HÅLLA I NÄR JAG GÅR IGENOM
MIN LABYRINT AV FRÅGETECKEN.”

– SOFIE CAMMERÖ, ANHÖRIGMEDLEM

**SARKOM
ER** Sarkom er en sjelden kreftform som oppstår i fett, skjelett, muskulatur- og bindevev. Denne typen kreft rammer personer i alle aldrer, også barn og ungdommer. Behandlingen for sarkom er vanligvis kompleks og krevende. Det er vanlig at personer med sarkom må gjennomgå en stor operasjon, ofte kombinert med mange tøffe cellegiftkurer og/eller strålebehandling. Kreft er mer enn en sykdom. Kreft kan være usikkerhet på seg selv og sin fremtid, på sine verdier og sine drømmer. Kreft snur opp ned på livet og fremkaller ofte spørsmål om liv og død. Noen ganger kommer spørsmålene i forbindelse med sykdommen, noen ganger seinere i livet.

**MENTOR-
SKAPS-
PRO-
GRAMMET** Nå kan dere som firma engasjere dere og gi deres støtte til en person som har eller har hatt kreftformen sarkom. I løpet av høsten 2017 vil vi starte opp Mentorskapsprogrammet – og dere er velkommen med deres søknad nå!

Sarkomers mentorprogram skal støtte medlemmer som har, eller har hatt sarkom. Ved at dere som firma deltar tror vi at dere vil få et økt perspektiv på livet og hverdagen. Deres oppgave blir å støtte en person som ut i fra sine forutsetninger skal få utfordret sin komfortsone og bli bevisst på hva som er viktig for han eller henne for å få økt livskvalitet.

I Sverige har «Ung Cancer» gjennomført et mentorprogram i flere år. De medlemmene som har deltatt i programmet i Sverige opplevde at de gjennom å delta, fikk økt selvfølelse og verktøy for å komme videre i arbeidslivet eller andre deler av tilværelsen.



MENTORSKAPSPROGRAMMET VIL FOREGÅ FRA SEPTEMBER 2017 TIL APRIL 2018 OG VIL BESTÅ AV TRE DELER

”DET HAR VART ETT ÅR MED SÅ
FÖRBASKAT MYCKET KÄNSLOR.
MENTORSKAPSPROGRAMMET
HJÄLPTE MIG ATT VÅGA SLÄPPA
KONTROLLEN, LANDA PÅ BOTTEN
FÖR ATT SEDAN SAKTA MEN
SÄKERT NÅ YTAN IGEN.”

- NATASHA DAVIN, DRABBAD MEDLEM

- DEL 1** De firmaene som deltar vil få kontakt med en person som tidligere har fått behandling for sarkom, og som er medlem i pasientforeningen Sarkomer. Medlemmet har på samme måte som dere søkt om å delta i prosjektet. I søknaden har han/hun oppgitt hva de ønsker å ha fokus på i løpet av prosjektet. Det kan for eksempel være å komme ut i arbeidslivet, begynne å studere, få et mere sosialt liv eller begynne å trene. Dere skal velge en representant fra deres firma som skal fungere som en mentor for medlemmet.
- Med utgangspunkt i medlemmets behov vil deres representant/mentor hjelpe vedkommende med å arbeide med de områdene som han eller hun vil utvikle. Hensikten er at mentor skal fungere som en person medlemmet får individuell støtte og oppbakking fra. Mentor skal bidra med ideer, kontakter, erfaring og kunnskap.
- DEL 2** Alle deltakere og mentorer som deltar i prosjektet vil delta i tre workshops, sammen med Sarkomers samarbeidspartnere, som er sosionom og familierapeut Marit Gudim og onkologisk sykepleier og veileder Anne Mette Jacobsen. Begge har lang erfaring med samtaler og veiledning av personer med kreft. Vi planlegger også å leie inn psykolog og/eller coach ved behov. Ved hjelp av verktøy og øvelser vil deltakerne få hjelp til å definere hva som er viktig for den enkelte for å øke livskvaliteten. Dette vil mentor og deltaker arbeide videre med gjennom regelmessig kontakt.



DEL 3 I mars reiser alle deltakere, og de mentorene som ønsker det, til Katmandu i Nepal. Vi samarbeider med bistandsorganisasjonen FORUT og deres nepalske partnerorganisasjon CWIN (Child Workers In Nepal Concerned Centre). Vi vil besøke noen av prosjektene deres, blant annet Balika Peace Home, et transithjem for kriserammede jenter, Self Reliance Centre, et arbeidstreningssenter for vanskeligstilte ungdommer, Child Helpline 1098, som er den største nasjonale krisetelefonen for barn i Nepal, og den FORUT-støttede barne- og ungdomspsykiatriske avdelingen ved barnesykehuset i Katmandu. Ved å møte personer på et sted som er annerledes enn det de er vant til, får deltakerne mulighet til refleksjon og en økt forståelse av seg selv og andre i en vanskelig situasjon. Reisen skal også inneholde andre former for rehabilitering og man skal oppsøke steder og delta på aktiviteter som utfordrer komfortsonen og har som mål å utvikle og styrke deltakerne.

HVILKEN STØTTE FÅR DERE SOM FIRMA TIL MENTOR-SKAPET? Før mentorprogrammet får alle mentorer delta på en workshop med en ekstern veileder/coach. Denne workshopen har som mål å gi mentoren verktøy og konkrete tips om på hvordan han/hun best håndterer rollen som mentor.

FIRMA Både deltakere og mentorene vil ha kontinuerlig kontakt med veilederne i prosjektet. Det vil når som helst være mulig å kontakte veilederne for å få støtte og råd.

MENTOR-SKAPET? Relasjonen mellom hver enkelt deltaker og mentor vil formes etter deltakerens individuelle behov. Alle relasjonene vil derfor være helt unike.

HVA FÅR DERE SOM FIRMA?

- Ved å delta i mentorskapsprogrammet får dere mulighet å følge og positivt påvirke en tidligere kreftpasients individuelle utvikling
- Tilbud om et foredrag om kreftformen sarkom og mentorskapsprogrammet
- Mulighet å støtte et prosjekt der dere vet akkurat hva støtten blir brukt til
- Økt samhold på arbeidsplassen ved å delta i et humanitært prosjekt som engasjerer alle
- Motiverte medarbeidere som deltar i et meningsfullt arbeid
- Foretaket vil bli synlig på pasientforeningen Sarkomers informasjon om mentorskapsprogrammet, for eksempel på facebook og www.sarkomer.no
- Læring om mentorship ved å delta i en workshop ledet av en ekstern foreleser for å forberede dere for rollen som mentor
- Delta på møter med deltakeren i gruppen ledet av Marit Gudim og/eller Anne Mette Jacobsen
- Tilbud om å delta på «Den store kuledagen», som er et todelt arrangement. 1. Fagdag på Radiumhospitalet for å lære mer om sarkom. 2. En lørdag på Akershus festning i Oslo for pasienter, pårørende og etterlatte til de berørt av sarkom. Dagen har et innholdsrikt program med blant annet foredrag, underholdning og god mat.
- Et foredrag av den personen som dere bidratt med mentor til, der han/hun forteller om betydningen av mentorship
- Mulighet for mentor å delta på den avsluttende reisen til Nepal hvis firmaet står for utgiftene
- Diplom fra pasientforeningen Sarkomer

**HVA FOR-
VENTES
AV
FIRMA
OG
MENTOR** For å delta i mentorskapsprogrammet kreves en genuin interesse fra firmaets og mentors side. Å delta vil kreve både tid og energi, men vil også gi mye tilbake i form av å få perspektiv på deres tilværelse og se at det arbeidet mentor gjør vil utgjøre en stor forskjell for deltakeren.

- Mentor skal delta på workshopen ved oppstarten av mentorskapsprogrammet
- Holde regelmessig kontakt med personen man er mentor for minst en gang per måned
- Møte sin deltaker ansikt til ansikt minst to ganger utover de treffene som arrangeres av prosjektet
- Ha individuelle samtaler per telefon med en av veilederne minst to ganger i løpet av prosjektet
- Delta på de tre treffene som arrangeres av prosjektet. Dette vil være et oppstartsmøte med hele gruppen, et møte som inkluderer informasjon om reisen og et avsluttende møte med evaluering av prosjektet

**HVA
KOSTER
DET Å
DELTA?** Et firmas deltakelse i mentorskapsprogrammet koster 40 000 kr. 30 000 kroner som Sarkomer vil bruke til å finansiere møtene i løpet av prosjektet og den avsluttende reisen for medlemmene til utlandet. 10 000 kroner vil gå til FORUT og CWIN som vi skal besøke i Nepal.

**HVORDAN
SØKE
OM Å FÅ
DELTA?** Fortell kort om deres firma og svar på spørsmålene nedenfor. Hvorfor ønsker dere å delta i mentorskapsprogrammet? Hva ønsker dere å oppnå med mentorskapsprogrammet? Send informasjonen til Sarkomers prosjektleder Lotta Våde på cro@dous-hf.no. Antall plasser er begrenset. Ved spørsmål, ta gjerne kontakt med Lotta Våde på mail eller mobil: 97064834.

FORUT er en norsk bistandsorganisasjon som jobber for å medvirke til sosial mobilisering av fattige og undertrykte i deres kamp for bedre levekår og grunnleggende menneskerettigheter. Dette gjøres gjennom bistandstiltak, holdningsskapende virksomhet og politisk bevisstgjøring. FORUTs oppdrag er å mobilisere, organisere og gjøre folk, spesielt kvinner og barn, i stand til å utvikle sitt potensial. De skal kunne kreve sine rettigheter og bekjempe fattigdom, urettferdighet og undertrykkelse med demokratiske og fredelige midler. FORUTs mål er at folk får reell makt til å endre sine liv. FORUT er en forkortelse for FORUTvikling, og organisasjonen er eid av de norske freds- og edruskapsorganisasjonene IOGT, Juvente og Juba.

I Nepal samarbeider FORUT med partnerorganisasjonen CWIN (Child Workers in Nepal), som er den organisasjonen vi skal besøke i Nepal. CWINs innsats er rettet primært mot barn og barns rettigheter. Målet er å gi barn og unge beskyttelse og å sette dem i stand til å ta vare på seg selv. FORUT støtter blant annet Balika Peace Home, et transitthjem for kriserammede jenter, Self Reliance Centre, et arbeidstreningssenter for vanskeligstilte ungdommer, Child Helpline 1098, som er den største nasjonale krisetelefonen for barn i Nepal, og den barne- og ungdomspsykiatriske avdelingen ved barnesykehuset i Katmandu (det eneste barnepsykiatriske tilbudet i landet). Alle disse prosjektene er i Katmandu. Dette er steder vi vil besøke og delta i deres aktiviteter.



- 09/2017** **8. September:** Felles oppstartsmøte med gjennomgang av programmet sammen med deltakerne, mentorer, veiledere, prosjektleder og personer fra Sarkomer. Workshop for medlemmer med innføring i mentorskap. Felles middag.
- 9. September:** Alle som ønsker kan delta på Den store kuledagen for pasienter, pårørende og etterlatte på Akershus festning i Oslo.
- 10/2017** Individuell kontakt mellom deltaker og mentor
- 13. Oktober:** Den store kuledagen - fagdagen. En fagdag på Radiumhospitalet for å lære mer om sarkom.
- 11/2017** Individuelle samtaler på telefon for alle mentorer med Marit Gudim eller Anne-Mette Jacobsen.
- 12/2017** Individuell kontakt mellom deltaker og mentor
- 01/2018** Møte med informasjon om reisen til utlandet for medlemmer og mentorer. Workshop for deltakere og mentorer med Anne Mette Jacobsen og Marit Gudim.
- Individuelle samtaler på telefon for alle mentorer med Marit Gudim eller Anne-Mette Jacobsen.
- 02/2018** Individuell kontakt mellom deltaker og mentor
- 03/2018** Deltakere, og de mentorer som ønsker det, reiser til Katmandu i Nepal 7-10 dager sammen med veiledere og personer fra Sarkomer.
- 04/2018** Deltakeren besøker deres bedrift med foredrag om mentorskapsprogrammet.
- Avslutning av mentorskapsprogrammet med felles middag, evaluering og workshop med Anne Mette Jacobsen og Marit Gudim.

Sarkomer er en pasientforening for alle berørt av sarkom. Det vil si at foreningen er til for deg som har/har hatt sarkom, men inkluderer også dine pårørende og andre nære personer for deg. Foreningen er en av 14 frivillige, selvstendige foreninger under Kreftforeningen

Sarkomer er en organisasjon som vil bidra til:

- å publisere og spre informasjon om symptomer på sarkom, bidra til tidlig, presis diagnostisering og tidlig start av behandling
- å hevde sarkompasienter og pårørendes velferd og rettigheter
- å legge til rette for at tidligere pasienter kan hjelpe tidligere og nåværende pasienter med sarkom

Organisasjonens mål og visjon er også å øke bevisstheten om sarkom.

