

Vardesenteret holder til i J-bygget på Radiumhospitalet, 5 etg  
(samme bygg som pasienthotellet)  
VELKOMMEN!

Ta gjerne kontakt for mer informasjon:  
Lærings- og mestringssenteret  
Radiumhospitalet  
Rådgiver  
Pernille Varre  
Tlf 95 96 86 30

Radiumhospitalet  
Studiesykepleier  
Charlott Våde  
Tlf 22 93 50 10

### PÅMELDING

**Susanne Elseberg, tlf. 22935922**

eller

mail til [Lmskkt@ous-hf.no](mailto:Lmskkt@ous-hf.no)

eller

per post til Oslo universitetssykehus HF, Radiumhospitalet

Lærings-og mestringssenteret

Postboks 4950, Nydalen

0424 Oslo

Utgiver:  
Lærings- og mestringssenteret,  
Avdeling for klinisk service, Kreftklinikken,  
Radiumhospitalet

Målgruppe:  
Pasienter som er  
behandlet for sarkom/gist  
og deres pårørende

## Invitasjon til lærings- og mestringskurs **Veien videre etter behandling for sarkom og GIST**

14. og 15. mars 2019



I regi av Seksjon for læring og mestring, Kreftklinikken, OUS  
På Vardesenteret, Radiumhospitalet

## VELKOMMEN TIL KURS PÅ RADIUMHOSPITALET, VARDESENTERET

Behandling for sarkom og gist er ofte langvarig og belastende, og mange ønsker mer kunnskap og veiledning på hvordan leve best mulig i tiden etterpå. Hensikten med kurset er at du skal få økt kunnskap og innsikt, slik at du kan leve best mulig, medvirke aktivt og gjøre gode valg. Det legges opp til dialog, erfaringsutveksling, tid til spørsmål og mulighet for nettverksbygging. Kurset er anbefalt av avdelingens leger og sykepleiere. **Du trenger henvisning fra lege dersom du ikke følges opp/går til kontroller ved Radiumhospitalet (over 6 mndr. siden).**

Et tverrfaglig team bidrar med fagkunnskap og en likeperson deler sin erfaringskunnskap.



Det blir servert enkel lunsj. Husk skrivesaker dersom du vil Notere.

### PROGRAM:

- En person som har hatt sarkom, deler sine erfaringer
- Sarkom/gist. Hva er det og hvordan behandles det, ved lege
- Seneffekter etter kreftbehandling, ved lege
- Hvordan mestre situasjonen best mulig, ved kreftsykepleier
- Fysisk aktivitet etter kreftbehandling, ved fysioterapeut
- Kosthold og ernæring ved klinisk, ernæringsfysiolog
- Samliv og seksualitet, ved sexolog og lege
- Om «Kuledagen» og pasientforeningen (med forbehold om endringer)

### Lærings- og mestringscenteret samarbeider med:

- Sarkomforum for sykepleie og fysioterapi ved OUS
- Avdeling for kreftbehandling, Kreftklinikken, Radiumhospitalet, Ous
- En tidligere pasient som har gjennomgått behandling for sarkom
- Ansvarlig lege for kurset er overlege Olga Zailova

### Kostnader ved våre kurs:

**Egenandel** (gjelder kun pasient)  
Kr. 351,- hvis du har frikort, trenger du ikke å betale.

**Reise- og oppholdsutgifter**  
dekkes etter reglene for lærings- og mestringsopphold etter Lov om Spesialist-helsetjenesten §5-5 med tilhørende forskrifter.

Pasientreiser dekker rimeligste reisemåte med fratrekk av egenandel kr. 298,- tur/retur. Pasientreiser dekker kr. 580,- for overnatting+ kr 225,- for kost pr. person pr døgn.

### Overnatting

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

Vi kan foreslå: Sykehotellet på Radiumhospitalet, Medirect, tlf 23 25 24 00.

**NB! Ta kontakt med Pasientreiser, tlf 05515 i forkant av kurset**  
[WWW.pasientreiser.no](http://WWW.pasientreiser.no)



**Kurs for pasienter etter gjennomgått behandling for sarkom- gist og deres pårørende 14. og 15. mars 2019, dag 1 kl 10.00 - 16.00, dag 2 kl 10.00-15.30**

### Ved påmelding oppgir du:

Pasientens navn:.....  
Fødselsdato:.....  
Adresse:.....  
Telefon:.....  
Pårørende som deltar på kurset (dersom du ønsker å ha med pårørende)  
.....

Spesielle temaer du ønsker belyst.....

**Påmelding se neste side**