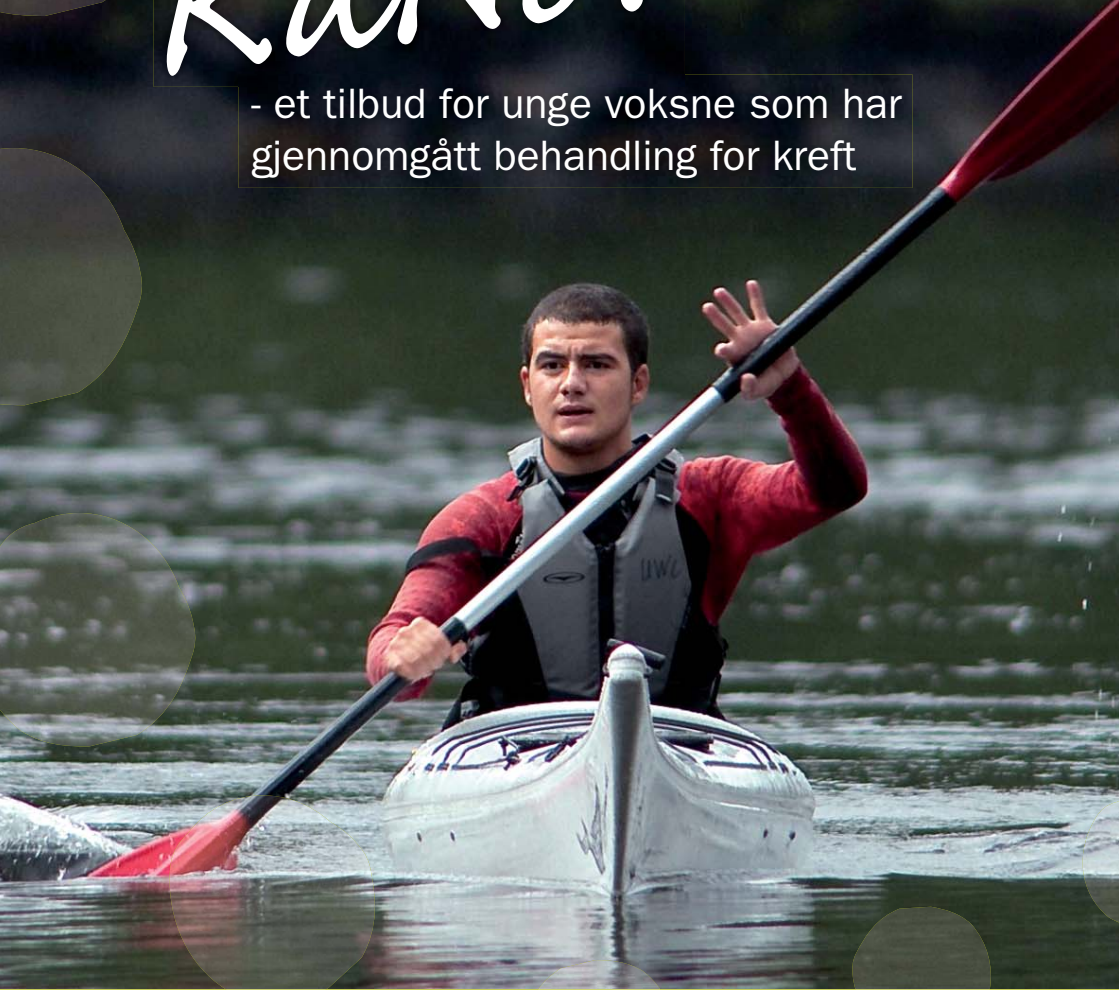


KaNo?

- et tilbud for unge voksne som har gjennomgått behandling for kreft



Hauglandsenteret 2010/2011



Røde Kors Haugland Rehabiliteringssenter AS



Kreft
foreningen



Rehabiliteringssenter

Helt ferdig med kreft- behandlingen og frisk – men *KaNo?*

Det å få en kreftdiagnose og gjennomgå behandling i ung voksen alder er en stor påkjenning. Mange blir nedkjørt både fysisk og mentalt, og opplever at overgangen til en normal hverdag er utfordrende.

Hauglandssenteret har et tilbud til deg:

Høsten 2010 starter vi opp et program for deg som er mellom 18 – 35 år og har gjennomgått behandling for kreft. Vi har 15 års erfaring med kreftrehabilitering og vårt tverrfaglige team består av spesialister innen fysikalsk medisin, fysioterapi, sjukepleie, ernæring, attføring, ergoterapi og idrett.

Hva går tilbudet ut på?

Vi tar utgangspunkt i din livssituasjon, og sammen med deg setter vi opp realistiske mål for veien tilbake til en god hverdag. Gjennom programmet vil du få:

- Tilpasset fysisk aktivitet
- Undervising om aktuelle tema
- Oppfølging av vårt tverrfaglige team ut fra dine behov
- Pårørendehelg
- Treffe andre i samme livssituasjon
- Fritidsaktiviteter med fokus på livsglede, mestring og nye utfordringer



Hvorfor kan dette være noe for deg?

Vi tror at du gjennom programmet får:

- Redusert trøtthet og bedret fysisk form
- Økt deltakelse sosialt, i utdanning og yrkesliv
- Tro på egen mestringsevne og økt livskvalitet

Hvor lenge og når?

Programmet går over 5 uker (3+1+1) i løpet av 6-7 måneder. Vi planlegger 4 grupper med inntil 8 deltakere i hver gruppe i løpet av 2010-2011.

Første gruppe starter 6. oktober 2010.

Nye grupper starter i november 2010, januar og februar 2011.

Hva koster tilbudet?

Dette er en forskningstudie som tar sikte på å dokumentere effekt og deltakernes erfaringer fra tilbudet. Deltakelse i programmet er kostnadsfritt. Programmet blir støttet av Kreftforeningen og er tilknyttet Universitetet i Bergen.



«Etter kreftbehandlninga følte eg at eg var i eit vakuum, utan at eg visste korleis eg skulle komme meg ut av det. Eg hadde trong for nokon som kunne gje meg eit puff, rettleiing, kunnskap og pågangsmot»



Hvor ligger Hauglandssenteret
for Bergen. En kommer hit med bil, buss, fly eller båt.

Hvor kan jeg få mer informasjon?
Vil du vite mer om tilbudet sjekk følgende:

- Våre hjemmesider: www.rkhr.no
- Nettstedet: www.kvano.no
- Kontakt prosjektkoordinator Kari Fismen på telefon: 57 73 71 00 / 57 73 71 85 eller e-post: kari.fismen@rkhr.no
- Stipendiat May Aa. Hauken. Telefon: 57 73 71 00 e-post: may.hauken@rkhr.no

Hvordan melder jeg meg på?
Du søker på programmet gjennom fastlege/sykehuslege eller NAV på gitt henvisingsskjema som du finner på våre hjemmesider: www.rkhr.no

Røde Kors Haugland Rehabiliteringssenter
6968 Flekke. Tlf 57 73 71 00
e-post: inntak@rkhr.no / www.rkhr.no



Rehabiliteringssenter