

Fatigue/tretthet etter kreftbehandling

Kurset er for deg som:

- ❖ Har utfordringer som økt tretthet, hukommelses- og konsentrasjonsvansker, fatigue, etter kreftbehandling.
- ❖ Ønsker å lære mer om fatigue og hvordan du kan leve bedre med dette.
- ❖ På kurset møter du andre i samme situasjon som du kan dele dine erfaringer med.

Kurset er åpent for alle, uansett kreftdiagnose.

Innhold i kurset

- Brukerrepresentant forteller sin historie
- Informasjon om fatigue
- Relevant forskning
- Råd for å bedre hverdagen
- Fysisk aktivitet
- Mestring

Kurset holdes på

Lærings- og mestringssenteret, Sørlandet sykehus HF Kristiansand

Henvising og påmelding

Henvising sendes til:

Sørlandet Sykehus HF

Senter for kreftbehandling

Pb 416

4604 Kristiansand

Pårørende må også meldes på.

Påmelding Tlf. 38 14 66 13

Pris

Deltakeravgift kr. 320,- (Spesialisttakst 2015)

Ingen egenandel ved frikort

Pårørende kr. 100,-

Inkluderer lunsj, kaffe/te og frukt

Kurset arrangeres av

- Senter for kreftbehandling (SFK), Sørlandet sykehus
- Brukerrepresentant
- Lærings- og mestringssenteret, Sørlandet Sykehus