

Du kan deltage, hvis du:

- Ønsker at arbejde med dine rehabiliteringsbehov svarende til de 4 udvalgte senfølger på dette forløb.
- Har brug for hjælp til at finde fodfæste i livet med og efter kræft.
- Er interesseret i at sætte mål og fokusere på din rehabilitering.
- Kan og vil deltage aktivt i forløbet.
- Kan og vil bidrage til REHPAs forskning via spørgeskemaer, interviews mv.
- Kan forstå og gøre dig forståelig på dansk.
- Kan klare dig selv, da REHPA ikke rummer mulighed for personlig pleje eller lægefaglig behandling.

Praktiske forhold

- Du deltager aktivt på et 5-dages ophold med 2-dages opfølgning ca. tre måneder efter.
- Du overnatter i enkeltværelse hos REHPA i Nyborg.
- Vores lokaler er røgfrie.
- Der er plads til 20 deltagere på hvert hold, der enten kan være raske, i behandling eller have uhelbredelig/kronisk kræft.
- Du skal selv sørge for og betale transport til og fra REHPA.
- Du medbringer selv alt din ordinerede medicin og evt. hjælpemidler. Du er selv ansvarlig for medicinering under dit ophold. REHPA udleverer ikke medicin.
- Som deltager på REHPA-forløb bliver du administrativt registreret som indlagt, fordi REHPA er en del af Odense Universitetshospital.
- REHPA-forløb er gratis.

REHPA

Videncenter for
Rehabilitering og Palliation

UDVALGTE SENFØLGER, HVERDAGSLIV OG KRÆFT

Et gruppebaseret forløb til dig der har brug for rehabilitering med fokus på følgende 4 udvalgte senfølger: træthed, psykisk belastning, kognitive vanskeligheder samt intimitet og seksualitet



Mere viden om forløbet

Læs mere på rehpa.dk
eller scan QR-koden for direkte adgang.

Forløbet

Forløbet er et gruppebaseret rehabiliteringsforløb i Nyborg. Du får mulighed for at afklare din situation, afprøve rolig motion og få handlemuligheder til din hverdag.

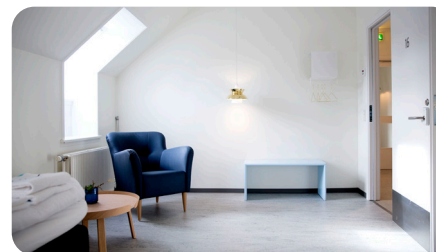
Forskningsklinikken tværfaglige team står klar til at tage imod dig.

Undervisning og samtaler tager udgangspunkt i din situation og de emner, der er aktuelle for dig og de andre deltagere. Det gør, at du kan bruge den nye viden, når du kommer hjem. Du bliver klogere på dig selv og dine værdier og bliver præsenteret for forskellige redskaber, du kan arbejde videre med derhjemme, for at nærme dig det liv du ønsker, med de udfordringer du måtte have.

Undervejs i forløbet er der fokus på forskellige måder at arbejde på at være med dine udfordringer og det at være menneske i skyggen af sygdom. Du får både lejlighed til at tale om emner i grupper og for dig selv.

Emnerne spænder vidt:

- Træthed og energiforvaltning
- Koncentration og hukommelse
- Kræft og psyke
- Identitet og roller
- Intimitet og seksualitet
- Arbejdslivet (valgfrit)
- Yoga og mindfulness
- Bevægelse i naturen
- Find dine værdier, retning og mål for bedst mulig livskvalitet og funktion.



Nationalt videncenter

REHPA er Danmarks videncenter for rehabilitering og palliation. Vi samler, skaber og deler viden om felterne for at sikre bedst mulig livskvalitet for mennesker med livstruende sygdom og deres pårørende.

Forskningsklinik

Forskningsklinikken tilbyder rehabiliteringsforløb med internatophold, der er forankret i en forsknings- og udviklingsbaseret ramme, hvor vi interesserer os for det hele menneske.

Det er fortsat din egen praktiserende læge eller lægen på sygehuset, der har ansvaret for din behandling.

Forskning

Som deltager på et REHPA-forløb bidrager du til forskning om rehabilitering til mennesker med livstruende sygdom.

Næste skridt?

Du finder henvisningsskemaet på reha.dk. Det skal udfyldes af din læge.

REHPA gennemgår alle ansøgninger. Du får besked, uanset om du får plads eller ej.

5-dages ophold

- Undervisning med ny viden
- Støttende og rådgivende samtaler
- Bevægelse og træning inde og ude
- Gruppeprocesser og samvær med ligestillede
- Udarbejdelse af målsætning og handleplan



Ca. 12 ugers hjemmeperiode



2-dages opfølgning

- Opfølgning på mål og handleplan
- Samvær med dit hold
- Ny viden og undervisning

Datoer for nye forløb finder du på reha.dk/forloeb, der løbende bliver opdateret.

Vi holder ca. 8 forløb om året fordelt på forår og efterår.

Gruppebaserede og individuelle aktiviteter