

Du trenger henvisning fra lege dersom du ikke er under oppfølging/kontroller ved sykehuset.

Henvisning kan sendes til vår seksjon:

*Onkologi, Seksjon for KSS
psykososial onkologi, LMS, kreftrehabilitering*

For informasjon og påmelding:

Tlf: 22 93 59 22

Mail: Lmskkt@ous-hf.no



Å LEVE BEST MULIG

Mestringskurs for deg og dine pårørende som lever med en kronisk kreftsykdom

Todagers kurs

11. og 18. November 2026



Kurset er for deg som lever med en kronisk kreftsykdom og dine pårørende.

På dette todagers kurset vil du treffe andre som er i samme situasjon.

Temaer:

- Min historie - om endring, mestring og fremtid
- Å leve med usikkerhet og frykt for sykdomsutvikling
- Håp
- Det å gå ved siden av - om pårørende og relasjoner
- Fatigue
- Hvordan mestre en endret hverdag

Med forbehold om endringer

Reise- oppholdsutgifter:

Ved henvisning fra lege, dekkes reiseutgifter etter reglene for lærings- og mestringsopphold etter Lov om Specialisthelsetjenesten § 5-5 med tilhørende forskrifter.

Egenandel for kurs: kr.443-(gjelder kun pasient)
Hvis du har frikort, trenger du ikke å betale.

Kurset holdes på Vardesenteret på Radiumhospitalet,
Ullernchaussen 70
Bygg J, 5 etasje

Todagers kurs;

11. og 18. November 2026

10.00 -14.00

Hensikten med kurset er at du skal få kunnskap, veiledning og råd, slik at du kan mestre din situasjon så bra som mulig. Kunnskap øker muligheten for aktivt å kunne medvirke i egen situasjon og gjøre gode valg.