



31. marts 2014  
Pressemeddelelse

## Få værktøjer til at klare hverdagen som kræftramt

**Ishøj og Vallensbæk Kommuner starter nu i fællesskab et forløb op, hvor borgere med kræft kan få indblik i og inspiration til, hvordan de bedre kan håndtere deres hverdag**

Hvert år får flere end 31.000 danskere konstateret kræft, heraf forventet 189 i Ishøj og Vallensbæk. De to kommuner har allerede flere tilbud for kræftramte, men starter nu i fællesskab et nyt forløb op kaldet 'Platform for kræft', der foregår i Sundhedshus Nordmarken i Vallensbæk. I undervisningsforløbet kan borgere med kræft få inspiration til, hvordan de nemmere kan klare en hverdag med sygdommen.

"Kræftbehandling er belastende og for nogle kræftpatienter ret omfattende. Derfor har rigtig mange brug for hjælp til at håndtere hverdagen som kræftramt og komme videre med livet efterfølgende. Mange oplever, at deres hverdagsliv ændrer sig, når de får en kræftdiagnose. I undervisningen vil vi igennem dialog og erfaringsudveksling berøre de ting, der kan give hverdagen udfordringer," fortæller sundhedskonsulent i Ishøj Kommune, Sara Langsted, der sammen med forløbskoordinator og sygeplejerske Rikke Korndal Braad fra Vallensbæk Kommune står for 'Platform for kræft'.

### Uformel snak i kræftcaféen

Undervisningsforløbet, der strækker sig over syv uger med undervisning én dag om ugen, vil berøre emner som kost målrettet en kræftdiagnose, sociale og arbejdsmæssige problemstillinger, psykiske reaktioner, kroppens fysiske reaktioner og madlavning. Undervisningen tager udgangspunkt i den nyeste viden inden for områderne kost, bevægelse og mentale ressourcer. Der vil være tilknyttet en psykolog, diætist, fysioterapeut og en sygeplejerske.

I forbindelse med 'Platform for kræft'-forløbet vil de deltagere, der ønsker det, kunne mødes i kræftcaféen, der holder ekstraordinært åbent, når undervisningen er slut. Det er frivillige fra Kræftens Bekæmpelses lokale afdeling i Ishøj/Vallensbæk, der står for caféen.

### Sådan deltager du i 'Platform for kræft'

Hvis du er ramt af kræft og er interesseret i at deltage i forløbet 'Platform for kræft', skal du gå til din egen læge og få en henvisning. Næste forløb starter op efter sommerferien.

Hvis du har spørgsmål om forløbet, kan du kontakte:

Ishøj: Sara Langsted, sundhedskonsulent, på tlf. 43 57 77 26 eller mail [sundhed@ishoj.dk](mailto:sundhed@ishoj.dk).

Vallensbæk: Rikke Korndal Braad, sygeplejerske, på tlf. 24 46 16 67 eller mail [rkb@vallensbaek.dk](mailto:rkb@vallensbaek.dk)

*Yderligere oplysninger:*

Sara Langsted, sundhedskonsulent i Ishøj Kommune, tlf. 43 57 77 26 / 24 23 16 70 eller mail [sar@ishoj.dk](mailto:sar@ishoj.dk)

Rikke Korndal Braad, sygeplejerske i Vallensbæk Kommune, tlf. 24 46 16 67 eller mail  
rkb@vallensbaek.dk