

## Hvor foregår det?

### Aktivitetssentret

Hvidovregade 49  
2650 Hvidovre

## Hvis du vil vide mere eller tilmelde dig

### For Rødovre-borgere:

Marie Bache Hansen  
Kræftkoordinator  
Telefon: 3637 8190  
E-mail: sundhedscenter@rk.dk

### For Hvidovre-borgere:

Pernille Lyngholm  
Kræftkoordinator  
Telefon: 4151 7354  
E-mail: sundhedscenter@hvidovre.dk



RØDOVRE KOMMUNE

### Rødovre Sundhedscenter

Egegårdsvej 77  
2610 Rødovre  
Tlf: 36 37 81 90  
sundhedscenter@rk.dk

Åbningstider:  
Mandag-onsdag kl. 10.00-14.00  
Torsdag kl. 10.00-18.00  
Fredag kl. 10.00-13.00



HVIDOVRE  
KOMMUNE

### Hvidovre Sundhedscenter

Hvidovrevej 272  
2650 Hvidovre  
Tlf: 36 39 37 37  
sundhedscenter@hvidovre.dk

Åbningstider:  
Mandag-onsdag kl. 8.00-15.00  
Torsdag kl. 8.00-17.30  
Fredag kl. 8.00-14.00

Sundhedscenteret 29-1-2020

# Gruppe for PÅRØRENDE TIL KRÆFTSYGE



## Gruppe for pårørende

Det kan være meget ressourcekrævende at være pårørende til en kræftsyg, og fokus er almindeligvis på den syge, men som pårørende har man lige så meget brug for at få støtte og hjælp. For sin egen skyld og for at kunne blive ved med at være en støtte for den syge.

Erfaringer viser, at mødet med andre pårørende er meningsfuldt. En pårørendegruppe kan give et frirum til at tale om sine bekymringer, og mange oplever, at det giver inspiration og støtte at dele sine oplevelser og erfaringer med andre.

Formålet med pårørendegruppen er at tilbyde støtte til at håndtere livet som pårørende til en kræftsyg, at give mulighed for at styrke fællesskabet med ligestillede samt at mindske følelsen af at stå alene som pårørende.



## Hvem kan deltage?

Voksne borgere i Rødovre og Hvidovre kommuner, der er nær pårørende til en kræftsyg.



## Hvad indeholder tilbuddet?

- Der indledes med en individuel afklarende samtale hos en af de to kræftkoordinatorer
- Gruppen mødes ca. hver anden torsdag eftermiddag á 2 timer, i alt 8 mødegange
- Gruppen er som udgangspunkt en lukket gruppe
- Gruppen er en samtale- og netværksgruppe, ikke en egentlig terapigruppe
- Der er plads til 8-12 deltagere i gruppen, som ledes af kræftkoordinatorer Marie Bache Hansen og Jane Sannung
- Det er vigtigt for gruppen, at du prioriterer møderne.