



## Livskraft (patientundervisning)

<b>1. Titel</b>	<b>Livskraft (hold)</b>
<b>2. Målgruppe</b>	Borgere, der: <ul style="list-style-type: none"><li>• Er bosat i Herlev, Furesø, Rødovre, Ballerup, Gladsaxe og Egedal kommune.</li><li>• Har eller har haft kræft.</li><li>• Er over 18 år.</li></ul> Borgeren kan være i behandling eller have afsluttet behandlingen i forbindelse med en kræftsygdom.
<b>3. Kriterier</b>	<b>Inklusionskriterier</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Borgeren skal kunne indgå i gruppesammenhæng og ønsker at deltage aktivt i dialog med andre deltagere.</li><li>• Forstå og tale dansk</li></ul>
<b>4. Formål</b>	Formålet med kurset er: <ul style="list-style-type: none"><li>• At borgeren opnår handlekompetencer til mestring af hverdagslivet med eller efter kræft gennem viden, erfaringsudveksling og netværksdannelse.</li></ul>
<b>5. Indsatsens indhold</b>	Emnerne er: <ul style="list-style-type: none"><li>• Kost</li><li>• Sammenhængen mellem det mentale og kræft</li><li>• Fysisk aktivitet</li><li>• Energiforvaltning og hverdagen</li><li>• Seksualitet</li><li>• Netværk</li><li>• Senfølger</li><li>• Søvn</li><li>• Opfølgning (den 7. gang)</li><li>• Emnerne "Tilbage til jobbet" og "børnefamilier" tilbydes i særskilt tilbud</li></ul> Rækkefølgen af emnerne kan variere afhængig af, hvad der kan lade sig gøre i forhold til undervisere.  Under hele forløbet tales der om udslusning til relevante lokale samt landsdækkende tilbud, herunder patientforeninger  Sundhedspædagogisk tilgang: <ul style="list-style-type: none"><li>• Deltagerlogisk undervisning: undervisningen tager afsæt i hverdagslivet med kræft og deltagernes ønsker og behov.</li><li>• Dialogbaseret</li><li>• Erfaringsudveksling</li></ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pauser for at facilitere til netværksdannelsen</li> </ul> <p>Der er én gennemgående kursusansvarlig, som skal:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Facilitere gruppedynamikken samt sikre sammenhæng og opfølgning i hele forløbet</li> <li>• Indgå som en naturlig sparringspartner for den fagspecifikke underviser i de enkelte kursusgange</li> <li>• Varetage administrative opgaver som f.eks. lokalebookning, forplejning, startbreve til deltagerne m.m.</li> </ul>
<b>6. Målinger og test</b>	Delfie-metoden
<b>7. Personale</b>	<p>Relevante autoriserede sundhedsfagligt personale.</p> <p>Gæsteundervisere fra f.eks. patientforeninger.</p> <p>Undviserne til de forskellige emner rekrutteres fortrinsvis fra Ballerup kommune og ved behov for særlig viden og kompetencer fra de øvrige kommuner.</p>
<b>8. Antal/holdstørrelse</b>	Et hold startes, når der er mellem 10-15 tilmeldte borgere.
<b>9. Tidsramme</b>	<p>Kurset består af 6 kursusgange over 6 uger, samt en opfølgende kursusgang efter 2 måneder. 7 kursusgange i alt.</p> <p>Alle kursusgange er á 2 ½ timers varighed</p> <p>Holdet er lukket, med opstart 3-4 gang om året afhængig af deltagerantal</p> <p>Venteliste hos den kursusansvarlige</p>
<b>9. Lokalebehov og udstyr</b>	<p>Lokale til 20 personer.</p> <p>Mulighed for projekter og tavle/flipover</p> <p>Computer der kan tilsluttes en projektor</p> <p>Evt. plads til undervisningskøkken samt træningsforhold</p>
<b>10. Praktiske forhold</b>	<p>Kurset udbydes i Sundhedshuset i Ballerup.</p> <p>Ansvar for kursusafholdelse varetages af Ballerup kommune.</p>
<b>11. Dokumentation</b>	
<b>12. Forslag til supplerende interventioner</b>	<p>Den kursusansvarlige kontakter borgerens hjemkommune, efter samtykke fra borgeren, hvis det skønnes:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• At borgeren har behov for et Temaforløb for specifikke målgrupper.</li> <li>• At borgeren har behov for ekstra koordinering og vejledning gennem forløbet.</li> <li>• At borgeren har brug for andre rehabiliterende interventioner.</li> </ul>
<b>13. Litteratur</b>	Den fagspecifikke undervisningen vil bygge på den evidens som findes inden for de enkelte områder.

<b>14. Udarbejdet af</b>	Arbejdsgruppen for det tværkommunale samarbejde om rehabilitering og palliation i forbindelse med kræft (MBH, KW, PJ, CLC)
<b>15. Godkendt af/dato</b>	Styregruppen/13.04.2015
<b>16. Revisionsdato</b>	8. juli 2016