

Vi hjælper!

Tilbud til dig med kræft
og dine pårørende

- Gratis rådgivning,
træning og foredrag
- Mulighed for at mødes med andre



”Jeg savner omklædningsrummet eller rettere snakken, for det var her, erfaringerne blev delt. Her er der forståelse for det hele, og alle hjælper alle – det kan bare ikke forklares...”

Bente, 50 år, brystkræft

Velkommen i Center for Kræft og Sundhed København

Her kan du få gratis støtte, råd og vejledning. Du kan også træne, komme til foredrag, deltage i grupper og møde andre i samme situation som dig selv.

Hvem kan bruge centret?

Centret er et gratis tilbud til dig, der har kræft tæt inde på livet. Det gælder både dig med en kræftsygdom, pårørende og efterladte. Nogle af centrets tilbud er for alle, andre er forbeholdt borgere fra Københavns Kommune.

Eksperter vil vejlede dig

Vi er professionelle med mange års erfaring i arbejdet med borgere med kræft og deres pårørende. Vi er bl.a. sygeplejersker, fysioterapeuter, diætister, ergoterapeuter, socialrådgivere og psykologer. I centret arbejder også mange frivillige.

Læs mere om centret på
www.kraeftcenter-kbh.dk



”Caféen er et oplagt sted at udveksle erfaringer, og samtidig et sted hvor man kan sidde helt i fred og ro, hvis det er det, man ønsker”.

Marie Lawætz,
psykolog og rådgivningsleder

”I centret har jeg mødt andre mænd med prostatakraft, hvor vi frit kan snakke om seksuelle problemer og dét at være mand”.

Jørgen, 56 år, prostatakraft



Tilbud for alle

Når du ankommer til centret, går du direkte ind i vores café, hvor der altid er en medarbejder, der kan tale med dig og orientere dig om husets muligheder.

I caféens åbningstid har vi en åben rådgivning, hvor du har mulighed for at få en samtale med en professionel rådgiver uden forudgående aftale.

Vi har desuden tilbud om individuelle samtaler, parsamtaler, familiesamtaler og forskellige former for samtalegrupper. Du har mulighed for at deltage i disse tilbud, uanset hvor du bor.

Kig forbi på Nørre Allé 45

Caféen er åben mandag til onsdag kl. 10–16, torsdag kl. 10–18 og fredag kl. 10–13, eller ring på tlf. 8220 5805 og hør nærmere.

”Jeg var overrasket over, at jeg virkelig kunne blive udfordret til træningen, og at jeg nærmest havde personlige trænere på hver gang”.

Anders, 34 år, testikelkræft

”Jeg er vild med at træne i centret. Jeg får mere energi i min hverdag og kan mærke, at jeg bliver stærkere – og når jeg træner, mærker jeg ikke kvalmen og trætheden”.

Ulla, 69 år, tarmkræft





”Rehabilitering handler om at hjælpe dig bedst muligt gennem din kræftsygdom både fysisk, psykisk og socialt. I et rehabiliteringsforløb samarbejder du med din faste kontaktperson om at komme lettere gennem behandlingen og tilbage til det for dig bedste mulige hverdagsliv.”

Jette Vibe-Petersen, læge og centerchef

Tilbud til dig med kræft og bopæl i Københavns Kommune

Du kan starte et rehabiliteringsforløb fra den dag, du får konstateret kræft og op til to år efter endt behandling.

Du og din kontaktperson tilrettelægger sammen dit forløb, som kan vare i kortere eller længere tid, og f.eks. indeholde:

- Holdtræning på alle niveauer
- Kostvejledning på hold
- Kursusforløb om hverdagen med og efter kræft
- Individuel vejledning og samtaler med f.eks. fysioterapeut, diætist, ergoterapeut, sygeplejerske og socialrådgiver

Du kan starte i et forløb, når vi har modtaget en henvisning eller en genoptræningsplan fra din egen læge eller behandlende afdeling.

Du er meget velkommen til først at besøge centret eller ringe på tlf. 8220 5800 for at høre nærmere.



Om Center for Kræft og Sundhed København

Centret blev opført i 2011 af Københavns Kommune og drives som et samarbejde mellem Københavns Kommune og Kræftens Bekæmpelse.

Centret er Danmarks første kommunale rehabiliteringscenter udelukkende for borgere med kræft og deres pårørende.

”I centret møder man andre i samme eller lignende båd. Man kan sludre og følge med i, hvordan det går med dem. Det gør, at man ikke er alene om at være syg og have det anderledes”.

Lotte, 42 år brystkræft



Center for Kræft og Sundhed København
Nørre Allé 45
2200 København N

TILBUD FOR ALLE

Kræftens Bekæmpelse
Tlf.: 8220 5805
koebenhavn@cancer.dk

Læs mere på www.kraeftcenter-kbh.dk
og følg centret på Facebook

Centrets åbningstider:
mandag – onsdag kl. 10–16
torsdag kl. 10–18
fredag kl. 10–13

Februar 2014

Fotos: Anne-Li Engström og Adam Mørk

TILBUD FOR KØBENHAVNERE

Københavns Kommune
Tlf.: 8220 5800
rehabilitering@kraeftcenter-kbh.dk

Bus: 6A, 42,43, 150S, og 185
S-tog: Nørreport og Nørrebro station
Metro: Nørreport station
Parkering bag centret i De Gamles By,
hvor der også er handicapparkering.



KØBENHAVNS KOMMUNE



Kræftens Bekæmpelse