



# Inspirationskväll om rehabilitering vid cancer

Alla som har, har haft eller står nära någon med cancer bör känna till, hur egna insatser kan underlätta tillfrisknande och förbättra den egna livskvalitén. Cancerrådet i Region Örebro län, bjuder därför in till en kväll, för att öka kunskapen om egenvård för cancerrehabilitering.

*Vårt syfte är att informera om praktiska åtgärder för rehabiliterande egenvård. Rehabiliteringsbehoven vid cancer kan vara fysiska, psykiska, sociala och existentiella. Kvällens korta föreläsningar kan ge tips och information om aktiviteter för både kropp och själ.*

**Program** onsdag 11 april 2018 kl 18:00 – 20:00

- **Välkomna och inledning**

*Ingrid Alkebro, onkologisjuksköterska/samordnare i Cancerrådet*

- **Konstens betydelse**

*Mia Fagergren, konstnär*

- **Levnadsvanor**

*Jenny Kahlmeter Brandell, ST-läkare Onkologi*

- **Fysisk aktivitet**

*Linda Löfbom, fysioterapeut onkologi*

- **Musik**

*Elever från Rytmus*

**Lokal:** Wilandersalen, Universitetssjukhuset, Örebro

Patientföreningar för cancer, Anhörigcentrum, Nära Cancer med flera, kommer att informera om sina verksamheter i foajén. Vi bjuder på frukt och juice.

**Anmälan senast 10 april till**

[ingrid.alkebro@regionorebrolan.se](mailto:ingrid.alkebro@regionorebrolan.se) , 019-602 1396 eller 076-112 1378