



BERGEN
KOMMUNE



VARDESENTERET

Et samarbeid mellom Kreftforeningen
og Haukeland universitetssykehus

Velkommen til Vardetreff

En møteplass for mennesker som
lever med uhelbredelig sykdom



Dette er Vardetreff

Et møtested for personer med alvorlig og uhelbredelig sykdom.

Vardetreff er et sted der du kan hente nye krefter og inspirasjon til å håndtere din hverdag. Vardetreff er for deg som har en alvorlig sykdom i voksen alder (ca 30-65 år), som ønsker å møte andre i samme situasjon i trygge og rolige omgivelser. Tilbudet er uavhengig av diagnose.



Hva er målet med tilbudet?

For mange som lever med alvorlig sykdom, blir hverdagen helt annerledes og nye utfordringer kan påvirke livskvaliteten. Målet med tilbudet er at gode samtaler, fysisk aktivitet og fellesskap med andre i liknende situasjon skal bidra til mestring og gode opplevelser.

Aktuelt program for dagen kan være følgende:

- Velkomst og kaffe
- Fellestrening/avspenning med fysioterapeut
- Felles måltid
- Grppesamtaler med tilpassede temaer, en arena for å dele erfaringer
- Faglige innslag fra fagperson

Påmelding

Tilbudet vil være hver mandag kl 10.00 – 14.00 på Vardesenteret, Ibsens gate 118.

**Påmelding skjer på telefon.
Du kan ringe selv, eller helsepersonell
kan kontakte oss på dine vegne.**

Mer informasjon:

www.bergen.kommune.no
www.vardesenteret.no
vardetreff@bergen.kommune.no

Vardetreff ledes av Åse Grøthe, kreftsykepleier med mastergrad i palliasjon og av frivillige fra Kreftforeningen.



Praktisk info

Enhet for aktivitet og mestring i Bergen kommune er ansvarlig for tilbudet i samarbeid med Kreftforeningen og Vardesenteret. Vardetreff ledes av en spesialsykepleier og en fysioterapeut. Frivillige fra Kreftforeningen er vertskap i nye og fine lokaler på Vardesenteret. Vardetreff er et lavterskeltilbud. Du trenger ingen henvisning, men du må melde deg på.

Tilbudet er gjeldende for ett semester av gangen (vår/høst).

Velkommen til oss!

Foto: Ole M. Wold

Grafisk utforming: Involve

Opplag: Jan 2025



BERGEN
KOMMUNE



VARDESENTERET