

Tilbuddet er en del af et forløbsprogram og er udviklet i et tæt samarbejde mellem de bornholmske praktiserende læger, Bornholms Hospital og Bornholms Regionskommune

Få mere information

På sundhed.dk kan du få mere information om Bornholms Regionskommunes sundhedstilbud. Scan denne QR-kode med din telefon og kom direkte ind på hjemmesiden.



Kontakt

Hvis du har spørgsmål til undervisningstilbuddene kan du ringe på telefon 2916 4987. Telefontiden er hverdage mellem kl. 08.30-11.30.

Hvis du har spørgsmål til træningstilbuddet kan du ringe på telefon 5692 5400. Telefontiden er hverdage mellem kl. 09.00-11.00.

Forebyggelse og Tværgående Koordinering, Bornholms Regionskommune, sidst revideret maj 2025



Information

Du kan blive tilbudt et forebyggelsesforløb i Bornholms Regionskommune. Forløbet kan indeholde undervisning og træning. Tal med din læge eller sygeplejerske om det er relevant for dig at blive henvist til dette.

Du kan deltage, hvis du

- er over 18 år og borger i Bornholms Regionskommune
- har KOL, en hjertesygdom, type 2-diabetes, kræft eller rygbesvær

Hvordan kommer du i gang?

Du kan blive henvist til forløbet af:

- Din lægepraksis
- En fagperson, f.eks. en læge eller en sygeplejerske på et hospital

Ved kræftsygdom har du også mulighed for selv at henvende dig, ved at kontakte

”Hjælpemidler og Genoptræning” på tlf. 5692 5400 eller via din eventuelle sagsbehandler i jobcenteret

Første kontakt

Når vi modtager din henvisning, vil du via e-Boks, fysisk brev eller telefon modtage både:

- En indkaldelse til den telefonisk afklarende samtale, hvor du sammen med en konsulent afklarer dine behov for at deltage i et eller flere undervisningstilbud
- En indkaldelse til et træningsforløb, der indledes med en individuel samtale og undersøgelse ved fysioterapeut

Pris og transport

Tilbuddet er gratis og omfatter ikke kørsel.

Emner, du kan blive undervist i

Dit forløb tilpasses til dig og dine behov. For eksempel kan du høre om:

- Kost
- Rygning
- Alkohol
- Motion
- Træning
- Smerter
- Intimitet
- Mental sundhed
- Sygdomsmestring
- Sygdomskendskab
- Hverdagsliv
- Erfaringsdeling

”Jeg har været meget tilfreds med tilbuddene, de har været relevante og givet ro og en ny retning i livet. Det kan varmt anbefales”

Borger med kronisk sygdom



FÅ EN HENVISNING

Kontakt din behandler og få en samtale om tilbuddet er relevant for dig.



AFKLARENDE SAMTALE

Du modtager indkaldelse til telefonisk samtale med konsulent.



TRÆNINGSFORLØB

Du modtager indkaldelse til startsamtale med terapeut.



DIT INDIVIDUELLE FORLØB

Du deltager i dine valgte tilbud.