

# NYE VEJE

## Et kræftrehabiliteringsforløb for unge voksne

Er du mellem **18-39 år**, bor i **Aarhus Kommune** og **har eller har haft kræft**?

Så søger vi deltagere til et nyt 16-ugers rehabiliteringsforløb for unge voksne.

### Hvad får du ud af forløbet?

- Konkrete værktøjer til hverdagen
- Træning to gange om ugen
- Fokus på energi, koncentration og mental trivsel
- Mulighed for at møde andre unge i samme situation
- Sparring om arbejde, studie, relationer og hverdagsliv

### Temaer i forløbet:

- Energi, træthed og søvn
- Koncentration og hukommelse
- Håndtering af tanker og bekymringer
- Ernæring
- Relationer, seksualitet og fertilitet
- Studie og arbejde



Scan og læs mere om forløbet


 Forløbet foregår i Folkesundhed Aarhus på MarselisborgCentret.

### Lyder det som noget for dig?

Du kan blive henvist via hospitalet eller din læge - eller kontakte os direkte for at høre mere.

## KONTAKT

 Evald Krogs Gade 1A, 8000 Aarhus C

 87 13 40 35

 [www.folkesundhed.aarhus.dk](http://www.folkesundhed.aarhus.dk)





# Y A T A C

YOUNG ADULTS TAKING ACTION

## ET FORSKNINGSPROJEKT OM REHABILITERING TIL UNGE VOKSNE, DER HAR ELLER HAR HAFT KRÆFT

### Om projektet

Young Adults Taking Action (YATAC) er et forskningsprojekt, hvor vi undersøger, hvordan vi bedst kan støtte unge voksne med eller efter kræft.

I projektet deltager 50 unge voksne fra Aarhus Kommune:

- Nogle deltager i det nye YATAC-forløb
- Andre deltager i det almindelige rehabiliteringstilbud i Aarhus Kommune

Begge grupper modtager støtte og rehabilitering. Hvilket forløb du deltager i, afgøres ved lodtrækning, så vi kan sammenligne de to tilbud.

### Hvad indebærer deltagelse?

Som deltager beder vi dig også om at besvare nogle spørgeskemaer:



### Har du spørgsmål?



#### Maria Aagesen

Projekt- og forsøgsansvarlig  
Fysioterapeut, ph.d. og adjunkt  
Brugerperspektiver og Borgernære indsatser, Syddansk Universitet

📞 Telefon: 29 72 32 94

🌐 Mail: [maagesen@health.sdu.dk](mailto:maagesen@health.sdu.dk)