

# VIKTIG REISEINFORMASJON OM VALLE MARINA TIL UNGDOMSGRUPPA



## **Adressen til "Valle Marina"**

Det Norske Helsesenter S.A.  
Valle Marina  
c/Bjørn Lyng 2  
35120 Arguineguin  
Gran Canaria

Telefon Valle Marina resepsjon: 0034 928 15 02 22

Fax: 0034 928 15 01 58

Telefon sykepleie kontoret: 0034 735433 /0034 670826219

Mailadresse til sykepleierkontor: [behandlingsreiserpso@gmail.com](mailto:behandlingsreiserpso@gmail.com)

**Husk å sende svarskjema til Behandlingsreiser. Det er på dette skjemaet du takker ja eller nei til innvilget tur og dette må du sende inn til oss innen svarfristen.**

### **Egencia Helsereiser**

er vår reiseoperatør og kan kontaktes ved reisetekniske spørsmål. I tilsendte papirer ligger det ved et skjema fra dem. For at reisen skal kunne tilrettelegges på best mulig måte, må dette returneres til Egencia så snart som mulig, pr post eller elektronisk. Cirka en uke før avreise vil du få tilsendt dine reisedokumenter med post. Du får flybillett fra Oslo til behandlingsstedet og retur, samt eventuell tilslutningsbillett fra din nærmeste flyplass i Norge til Oslo og retur. Vi gjør oppmerksom på at tilslutningsbilletten tillater maksimum 24 timers opphold i Oslo. Hvis du ønsker lenger opphold, enten ved utreise eller retur, må du selv ordne og betale innenlands billetten.

**Egencia Helsereiser, Postboks 1353 Vika, 0113 Oslo**

**Tlf: 23 15 04 50, E-post: [helse.me.no@egencia.com](mailto:helse.me.no@egencia.com)**

### **Transport og evt. overnatting i Oslo**

Transport fra bosted til/fra nærmeste flyplass må du ordne selv. Ditt lokale helseforetak dekker standardsats på reiser under 300 km, på reiser over 300 km dekkes reiser med rutegående transport.

Ved tidlig flyavgang på utreisen/sen ankomst på hjemreisen kan overnatting på Gardermoen Airport Hotel ordnes. Bestilling gjøres på Egencias skjema. Ta kontakt med Egencia for eventuelle spørsmål om dette. Vi gjør oppmerksom på at hele beløpet for overnatting, frokost og busstransport mellom Gardermoen og hotellet må forhåndsbetales med kredittkort til Egencia Helsereiser.

Refusjon gis i henhold til pasientreiseforskriften. Du må sende inn utfylt reiseregningsskjema på papir til Helseforetakenes senter for pasientreiser i etterkant av reisen. Det må legges ved bekreftelse på at du har vært på behandlingsreise. Dette er kopi av faktura på egenandel, kvittering for betalt egenandel og originalkvitteringer på transport og overnatting. Skjema finner du på [www.helsenorge.no](http://www.helsenorge.no) eller på ditt legekantor. Dersom du har spørsmål angående refusjon, ta kontakt med **Pasientreiser: tlf 05515**.

### **Bagasje**

Sjekk info ark «Reisetips» som du får tilsendt sammen med billetten fra Egencia for tillatt bagasjevekt. EU har regler som begrenser hva man kan ha med i håndbagasjen. Din innsjekkede bagasje omfattes ikke av disse reglene. I håndbagasjen kan du ta med deg kun små mengder med flytende væske i

beholdere som har en maksimum størrelse på 100ml (1dl). Alle beholderne må få plass i en gjennomsiktig pose som ikke rommer mer enn 1 liter.

Du kan ta med væske som du trenger av medisinske eller kostholdsmessige årsaker, men du må ha med legeerklæring på engelsk.

Flytende væske som kjøpes etter sikkerhetskontrollen får du ta med ombord i flyet. Dersom du etter ankomst Gardermoen skal reise videre med nytt fly i Norge må du gjennom en ny sikkerhetskontroll. Eventuell handlepose fra flyplass må da være forseglet. Den må også være utstyrt med en kvittering for at varene er kjøpt samme dag. Mer informasjon på: [www.avinor.no](http://www.avinor.no)

## **Pass**

Sjekk at passet ditt er gyldig. Hvis ikke må du kontakte nærmeste passmyndighet på hjemstedet for å få nytt pass.

Har du utenlandsk pass **MÅ** du ta kontakt med ditt lands ambassade for å sjekke om visum er nødvendig.

Pass er den eneste form for identifikasjon som er gyldig i Spania.

## **Reisen fra Oslo til Gran Canaria**

Seneste fremmøte tid på Gardermoen er 2 timer før avreise til behandlingsstedet. Personalet fra Seksjons for Behandlingsreiser ved oslo Universitetssykehus følger ungdomsgruppen på flyturen og under hele oppholdet. **Personalet møter alle ungdommene ved innsjekksranken i avreisehallen på Gardermoen, to timer før avgang.** Gruppen sjekker inn sammen og det er derfor viktig at du tar kontakt med Behandlingsreisers personale når du er kommet til innsjekkingsranken. Du kjenner dem igjen på at de bærer navneskilt samt at de har den samme gule button som du selv får tilsendt (sammen med flybilletten). Det er viktig at du bærer din gule button synlig slik at personalet også lett kan finne deg. Husk å ta med nødvendig medisin i håndbagasjen! Flytid er ca. 5,5 timer. Mat er ikke alltid inkludert i flybilletten, men kan evt. kjøpes om bord (se informasjon fra Egencia).

## **Ved ankomst Gran Canaria**

Alle må selv ta kofferten med seg gjennom tollene og ut til bussen. Det vil stå en person med skilt hvor det står Valle Marina på utsiden av ankomsthallen og som vil vise deg hvilken buss du skal ta til Valle Marina. Bussturen dit tar ca. 40 minutter. Her møtes ungdomsgruppen av behandlingsreisers faste personale på Valle Marina.

## **Besøk under oppholdet**

Vi anbefaler **ikke** at du får besøk av familie under behandlingsoppholdet. Det er viktig at man har mulighet til å konsentrere seg om behandlingen, delta på

stedet og ha det gøy sammen med resten av gruppa. Hvis besøk, må dette **avtales** med Behandlingsreiser kontoret i Oslo på forhånd.

### **Endring av helsetilstand/sykdomsaktivitet**

Alle medisinske endringer i tiden fra innsendelse av søknaden til reisetidspunkt, må meldes til Behandlingsreiser. Dette er svært viktig, da alvorlige endringer kan medføre at du av medisinske eller andre årsaker trekkes fra innvilget behandlingsopphold.

Mangelfull/utelatelse av viktig informasjon, kan medføre hjemreise/ utskrivelse fra behandlingsoppholdet på egen bekostning. Ungdom med spesielle behov/utfordringer og som skal til eller er under utredning av PPT og BUP skal meldes til oss. Ta kontakt hvis noe av dette gjelder deg.

### **Det Norsk Helsesenter – Valle Marina**

Ligger i boligområdet Valle Marina på sydspissen av Gran Canaria like i nærheten av den lille byen Arguineguin. Senteret har 80 bungalowleiligheter omkranset av et hageanlegg med to svømmebasseng. Anlegget rommer Helsehus, tennisbane, en liten nærbutikk og restaurant. Det tar ca ti minutter å gå til stranden. Senteret ligger ved siden av Den Norske Skolen. Helsesentret eies av Norsk Astma og Allergi Forbundet (NAAF) Behandlingsreiser disponerer et bestemt antall leiligheter i anlegget, de øvrige disponerer Norges astma og Allergi forbund og private eiere. Hele anlegget er røykfritt. Behandlingsreisens program for barn med kronisk lungesykdom og atopisk eksem har også base på Valle Marina så det er flere barn på området.

<https://www.naaf.no/naafs-institusjoner/valle-marina/>

### **Leilighetene**

Innkvarteringen skjer i hyggelige leiligheter i et toetasjes bygg med balkong eller terrasse. Dere bor tre ungdommer sammen i hver leilighet. Det er viktig å utvise fleksibilitet i omgang med sine ”samboere”, dette gjelder både når det gjelder sosial omgang, allergier (for eks sterk parfyme), søvnvaner og støy. Romplassering organiseres av Valle Marina. Leilighetene er 48 m<sup>2</sup> og inneholder en stue, to adskilte soverom, kjøkkenkrok og bad. Kjøkkenkroken har kokeplate, kjøleskap og enkelt kjøkkenutstyr. Noen leiligheter har badekar, andre har dusj. Leilighetene har telefon, TV og safe kan leies.

### **Egenandel**

Du som ungdom betaler ikke noen egenandel for å reise på behandlingsreise.

## **Ordensreglement under oppholdet og andre regler**

Vi ber om at alle tar hensyn til og respekterer de ordensreglene som dere har undertegnet. Kopi av reglene følger dette informasjonsskrivet og originalen returneres undertegnet til Behandlingsreiser.

For øvrig blir det mange felles regler som gjelder for hele gruppa under oppholdet. Det er blant annet obligatorisk fremmøte til måltider, treninger og utflukter. Det er faste tider for ro og regler for hvor og når man kan ferdes utenfor området. Alle ungdommene må skrive seg ut og inn av området hos behandlingsreisens personell og kan bare gå ut når man er minst 3 sammen på dagtid. Det blir avholdt et samlingsmøte hver dag før middag.

Overtredelse av kontrakten kan medføre hjemsendelse på egen bekostning.

Alle former for rusmidler eller narkotika er forbudt på behandlingsreise.

Vi ber også om at dere viser hensyn ved bruk av sosiale medier (facebook, twitter etc) og ikke legger ut bilder/ tekst om andre ungdom /voksne pasienter uten tillatelse.

### **Fritidsaktiviteter / utflukter:**

Dere vil få nærmere beskjed om disse etter ankomst. En del aktiviteter planlegges i felleskap med voksegruppen. Alle felles utflukter er obligatoriske for ungdomsgruppa, utgifter til disse dekkes av den felles "aktivitetskassa".

Personalet vil sammen med ungdommene planlegge og tilrettelegge ulike fritidsaktiviteter og utflukter. Det er mye spennende å finne på i området rundt Valle Marina og ellers på Gran Canaria. Det er fint om du også kommer med forslag til aktiviteter og tenker over om det er noe du kan bidra med. Ta gjerne med deg eventuelle hobbyartikler og spill.

### **Penger**

Pengeenheten er Euro (€). Bankkort / kredittkort er mest vanlig å bruke.

Nærmeste minibankterminal er ca.10 minutter å gå fra Valle Marina.

Behandlingsreisens personale disponerer en safe hvor du og de andre i gruppa kan oppbevare lommepengene. Ut fra tidligere erfaringer anbefaler vi at hver deltager har med ca. kr 2.500 i lomme penger. Personalet har liten mulighet til å kontrollere ungdommens økonomi, så vi anbefaler at familien tar en samtale før turen og avklarer ungdommens pengeforbruk i Spania. Alle må i tillegg betale **120 Euro** til fellesaktiviteter og utflukter. Disse pengene samles inn dagen etter ankomst og skal være i euro. Eventuelt overskudd i denne aktivitetskassa betales tilbake til ungdommene på slutten av turen.

### **Skolehjelp**

Fra mandag til fredag (utenom påskeferiedagene) vil det bli avsatt tid til skolearbeid. Den Norske skolen på Gran Canaria har bare lisens for å veilede videregående elever på almenfaglig studieretning (se skolens hjemmesider



[www.Colegio.no](http://www.Colegio.no) for info). Behandlingsreiser har derfor valgt at ingen får skoletilbud i løpet av oppholdet, men alle må ha med tilpasset arbeidsplan for 2 uker og jobbe selvstendig med denne i løpet av oppholdet. Det vil bli tilrettelagt for skolearbeid 3-4 timer hver dag, i hovedsak på morgen og/ eller ettermiddagstid på grunn av solbehandlingen. Det vil bli organisert lekselesing. Tips! For å ikke bære med unødig mye skolebøker, kan dere ta med kopier av aktuelt stoff i stedet. Ta gjerne med din egen kalkulator. **HUSK: For at behandlingsoppholdet ikke skal registreres som fravær fra skolen, må du søke om permisjon fra hjemskolen din i 2 uker.**

## **Personalet**

Lederteamet som følger ungdomsgruppa har hovedansvar for koordineringen av aktiviteter og behandling. Behandlingsreisens faste personale på Valle Marina snakker skandinavisk og består av stedlig leder, sykepleiere og idrettspedagog. I ukedagene er det sykepleier tilstede både på dag og kveldstid. I helgen har de vakt enten på dag - eller på kveld. I tillegg har alltid en av personalet på ungdomsgruppa vakt. På natt ringer du direkte til sykepleier på vaktmobilen ved behov for medisinsk assistanse. Da kommer sykebil med lege. Hudlegen er medisinsk ansvarlig under oppholdet. Du får alltid følge av en av personalet hvis du skal på sykehus.

## **Forsikring og europeisk helsetrygdkort**

Alle er kollektivt forsikret i Europeiske Reiserforsikring. I tillegg omfattes gruppen av Norsk Pasientskadeerstatning. Du kan lese mer om vilkårene i brosjyren fra Europeiske som er vedlagt billetten. Du må selv undersøke hvilken type forsikring som kreves for teknisk utstyr som for eksempel PC, nettbrett, mobil etc. For mer informasjon, se [www.europeiske.no](http://www.europeiske.no) Telefon: 21 49 50 00. Dere må i tillegg ha med gyldig **europeisk helsetrygdkort**. Dette kortet kan du bestille gratis på [www.helsenorge.no](http://www.helsenorge.no) eller ved å ringe servicetelefonen 815 70 030.

## **Dette må dere ha med:**

### **Medisiner**

Nødvendige medisiner for hele oppholdet må tas med. Benyttes medisiner som må oppbevares kjølig, må disse fraktes med i håndbagasjen. Når det gjelder fuktighetskrem kan du kjøpe visse sorter på stedets apotek. Har du spesielle ønsker om hvilken sort, ta heller med hjemmefra. Hvis dere skal ha med reseptbelagte legemidler utenlands, bør dere ha med dokumentasjon på at de er til personlig bruk. Normalt sett vil legerklæring, kopi av resept eller original

emballasje fra apoteket være god nok dokumentasjon. Snakk med apoteket hvis du er i tvil. Dere finner mer informasjon på: [www.legemiddelverket.no](http://www.legemiddelverket.no)  
A/B preparater og andre sterke smertestillende medikamenter er vanskelig tilgjengelige på Gran Canaria.

## **Bilde**

Husk å sende ett bilde av deg til Behandlingsreiser sammen med svarslippen. Bildet kan gjerne være i passbildestørrelse.

## **Klær og sko**

I tillegg til badeskift (viktig at guttene har korte badesHORTS), sommertøy og caps/hatt bør man ha med varm genser, bukser, vindtett tøy og regntøy, da det kan bli kjølige kvelder. Det anbefales å ta med gode joggesko for gymnastikk på tennisbanen samt for andre fritidsaktiviteter - som f.eks. fjellturer. Det er viktig med gode sko med støtdemping og som gir god støtte for foten hvis du har leddplager. Gode solbriller med UV-filter (UVA+UVB) er meget viktig for å unngå solskade på øynene.

## **Annet utstyr – kjekt å ha med?**

Lesestoff, hobbyartikler som for eksempel kortspill og andre spill som tar liten plass, vekkerklokke og liten ryggsekk. Det kan være kjekt å ha med en lommelykt. Gnagsårplaster (Compeed) og vanlig plaster kan være kjekt å ha. Hvis dere er var for lyd kan det være lurt å ta med ”sov i ro”. Husk også skolesaker.

## **Behandlingsopplegget:**

De to første dagene etter ankomst er alle til sykepleier og lege som bestemmer behandlingsprogrammet ditt. Målet med behandlingsreisen er å tilby en behandling som er helhetlig og helsefremmende og som kan gi grunnlag for økt livskvalitet.

## **Mål for behandlingsoppholdet**

Målet er å tilby en behandling som er helhetlig og helsefremmende og som kan gi grunnlag for økt livskvalitet.

Bidra til å bedre ungdommenes livskvalitet og selvstendighetsutvikling gjennom:

- Økt mestring av det sosiale samspillet med jevnaldrende
- Økt mestring av fysiske aktiviteter
- Økt innsikt i egen sykdom

Følgende komponenter er sentrale:

1: Forbedre psoriasis utslettet gjennom solbehandling.

- 2: Gi kunnskap som et bidrag til økt innsikt og mestring av sykdommen.
- 3: Gi kunnskap om kosthold og fysisk aktivitet.
- 4: Å møte andre ungdom i samme situasjon og kunne utveksle erfaringer og lære av hverandre.

### **Klimabehandling:**

Klimabehandlingskonseptet inneholder følgende komponenter:

1. Sol og bading i saltvann
2. Fysisk aktivitet
3. Undervisning om psoriasis og mestring av sykdommen
4. Ro og hvile

**Ad. 1** De fleste med psoriasis har en god effekt av sol. Etter tre ukers behandlingsreise er de fleste brukerne nesten helt tilhelet i huden. Dette krever en betydelig tålmodighet og egeninnsats. Personalet gir informasjon om soling i forhold til din hudtype. I behandlingsperioden på Gran Canaria skal det ikke benyttes andre lokale midler enn fuktighetskremer og oljer med mindre helsepersonellet gir beskjed om noe annet. Endringer er gjort i solbehandlingen i forhold til antall soltimer og bruk av solfaktor. Hudpartier som har lett for å bli solbrent, hodebunn hos tynnhårede, fotrygg, håndbak, lepper, nese, ører og skuldrer bør beskyttes ekstra nøye. Benytt en vannfast solfaktorkrem (faktor 15) som beskytter både mot UVA og UVB stråler. Bading i saltvann bidrar til bedre avskjelling av psoriasisplaquene, men det beste er at huden er ”avskjullet” før behandlingsreisen, slik at effekten av solbehandlingen blir optimal. Vekslingen mellom saltvannsbad og sol er gunstig. Når det gjelder tablett behandling av psoriasis bør hudlegen din ta stilling til om du skal fortsette med behandlingen eller redusere dosen under oppholdet (Methotrexate® og Neotigason®). Takterrassen på Helsehuset er avskjermet slik at nakensoling kan foregå der. Her er det også dusj.

**Ad. 2** Det er obligatorisk å delta på morgensamlingen med morgentrim. Vi anbefaler deg også å delta i vanngymnastikk. Idrettspedagogene som følger ungdomsgruppa gir tilbud om andre aktiviteter i løpet av turen (f.eks. fjellturer, stavgang, strandaktiviteter, ulike typer ballspill, styrketrening og lettere trening til musikk). Ungdomsgruppas ledere legger også til rette for sosiale og kulturelle aktiviteter. Aktivitetstilbudene vil bli nærmere redegjort for ved ankomst. Kom gjerne med forslag!

**Ad. 3** Psoriasis er en kronisk sykdom, som innebærer regelmessig behandling resten av livet. Kunnskap gir trygghet. Under oppholdet vil det derfor arrangeres undervisning om sykdommen. En av målsetningene med oppholdet er å gi dere økt kunnskap om sykdommen, slik at dere selv lettere



kan vurdere tilgjengelige behandlingsmuligheter. Under oppholdet deltar man i obligatorisk undervisning om sykdommen både fra lege, idrettspedagog og sykepleier. Vi forventer oss at dere aktivt bidrar til å skape et positivt lærings- og helsefremmende miljø. Behandlingsreiser ønsker at hver enkelt ungdom bidrar i gruppen ved å dele egne opplevelser og erfaringer. Dette kan være nyttig for de andre og medvirke til problemløsning, få nye praktiske tips til hverdagen hjemme og økt livskvalitet. Det å treffe andre med samme diagnose kan være en nyttig faktor i det å mestre å leve med kronisk sykdom.

**Ad.4** Det er viktig at du får nok ro og hvile under oppholdet. Flere rapporter har konkludert med at pasienter som stresser og bekymrer seg mye, har en langsommere tilheling av psoriasis ved ellers likeverdig behandling.

### **Dette må du gjøre i forkant av reisen for å få maksimalt utbytte av klimabehandlingen:**

Dersom psoriasisflekkene skjeller/flasser mye, er det viktig at du fjerner skjellene. Tykke skjell fører til mindre effekt av solbehandlingen, fordi solstrålene ikke trenger gjennom skjellene. Avskjelling kan du gjøre med hjelp av for eksempel salicylvaselin (Salicylvaselin 5 % fåes kjøpt på apoteket uten resept) eller saltvannsbad. Smør deg inn med vaselin om kvelden og pakk inn med "gladpack" så det blir tett. Vaselinen skylles av i dusjen om morgenen. Behandlingen gjentas i noen dager til skjellene er borte/ redusert. Oppstart av spesifikke medisiner mot psoriasis (tabletter, lysbehandling, kortisonsalver) i ventetiden før man reiser på innvilget behandlingsreise anbefales ikke.

### **Tverrfaglig undervisning**

Det arrangeres samtalegrupper/undervisning om aktuelle temaer i forhold til det å være ung og ha en kronisk sykdom. Undervisningen er obligatorisk. Det er fint om deltagerne på forhånd tenker gjennom om det er spesielle temaer de ønsker å spørre om, eller diskutere i forbindelse med undervisningen.

### **MRSA testing etter hjemkomst**

Ved kontroll på norsk sykehus (innleggelse eller poliklinikk) i løpet av de første 12 månedene etter hjemkomst fra behandlingsreise må du ta MRSA prøve (nese, hals og perineum). Du får et informasjonsskriv om dette ved innvilget reise, skrivet ligger også på vår hjemmeside

[www.oslo-universitetssykehus.no/behandlingsreiser](http://www.oslo-universitetssykehus.no/behandlingsreiser)

Ved flere norske sykehus anbefales også testing (avføringsprøver) på bakterier med ESBL (Extended spectrum betalactamase) og VRE (vancomycinresistente enterokokker) før innleggelse, følg lokale retningslinjer angående dette.

## **Generell informasjon**

### **Resepsjon**

Resepsjonen er bemannet av norsk- og spansktalende personell daglig fra 08.00 til 22.00. Resepsjonen yter ulike tjenester til gjestene. Her selges postkort, frimerker, aviser og ukeblader. Om natten (22.00 – 08.00) er resepsjonen bemannet av spansk personale som snakker engelsk.

### **Mobiltelefon/ Internett**

Undersøk om du kan benytte ditt mobilabonnement utenlands før du reiser. Pris for bruk av mobiltelefon i utlandet varierer ut fra hvilket abonnement du har. Det er trådløst nettverk i alle leiligheter.

### **Restauranten**

Det er kun dietter av medisinske årsaker som kan tilbys. Dette skal oppgis på svarskjemaet. Halal mat kan ikke tilbys.

Under behandlingsoppholdet tilbys 3 måltider pr.dag. Mat som ønskes utover dette, må en selv sørge for å kjøpe inn. Hver leilighet har kjøleskap og kokemuligheter for enkel matlagning, utover det senteret tilbyr av felles måltider. Frokost, lunsj og middag serveres stort sett som buffet.

Frokost:	kl. 07.30 - 09.30
Lunsj:	kl.13.00 - 13.45
Middag:	kl. 19.00 - 20.00

Det oppfordres til å spise lunsj oppe på senteret for å få en pause fra solen i perioder med sterk UV stråling.

### **Butikk**

Det finnes en butikk på området som har et lite utvalg av kolonialvarer. Her selger de også en del norske produkter.

### **Strøm**

Strømforsyningen er 220 volt, samme strømstyrke som i Norge.

### **Tøyvask**

For vask av privat tøy benyttes vaskemaskiner som er installert på området. Det benyttes mynter. Det er tørkestativ i alle leiligheter.

### **Safe**

Finnes i alle leiligheter som kan leies.

## **Vann**

Vann fra springen bør ikke drikkes. På grunn av varmen og fysisk aktivitet er det viktig å få i seg rikelig med væske. Man kan ta med seg 1 ½ liter vann hver dag fra frokosten.

## **Badehåndkle/Strandmadrass**

Badehåndklær kan leies mot et depositum og kan skiftes daglig. Depositum betales / tilbakebetales i resepsjonen. Strandmadrass kan også leies i resepsjonen.

## **Huskeliste**

Billetter

Pass

Europeisk helsetrygdkort

Medisiner/ kremer for 3 uker

Bilde i passbildestørrelse (hvis ikke du har sendt inn til Behandlingsreiser)

Bade/ treningstøy og sko

Skolesaker

**Lykke til med et utbytterikt behandlingsopphold☺**

## **Ordensreglement for ungdom som deltar på behandlingsreise**

**Det forutsettes at du samarbeider med personalet for å gjøre oppholdet så verdifullt som mulig. Behandlingsstedet har også andre gjester. Vi må derfor rette oss etter de regler som gjelder for ro og orden på området. Av hensyn til egen og andre ungdommers sikkerhet og trivsel, ber vi deg om å være oppmerksom på følgende regler:**

1. Du må rette deg etter de rutiner og regler som gis av Behandlingsreisens personale og følge det oppsatte programmet.
2. Trening, undervisning, utflukter og sosiale aktiviteter er obligatorisk for alle. Det forventes at du deltar på klimabehandlingen etter oppsatt ukeplan. Fritak skal godkjennes av Behandlingsreisens personell.
3. Utflukter betales av deltagerne selv. Det innbetales 120 Euro til felleskasse.
4. Røyking er kun tillatt på angitte steder -> for de som er gamle nok
5. Bruk av rusmidler er strengt forbudt under hele behandlingsoppholdet.
6. Å ta piercing og tatovering under oppholdet er ikke tillatt, selv om jeg har tillatelse fra foresatte.
7. Det er ikke tillatt å legge ut bilder / film på sosiale medier uten skriftlig samtykke fra de som det er tatt bilder av / filmet.
8. Når det ikke er obligatoriske aktiviteter på dagtid, er det tillatt å forlate området etter avtale med Behandlingsreisens personale til et begrenset område og når dere går tre og tre sammen.
9. Fra søndag - torsdag skal alle være på rommene kl. 23.00, fredag og lørdag kl. 24.00

**Jeg tillater at Behandlingsreiser sender medisinske opplysninger vedrørende min sykdom til behandlingsstedet i utlandet.**

**Jeg har lest og er innforstått med overnevnte punkter og jeg er klar over at brudd på ordensreglementet kan medføre advarsel eller hjemsendelse på egen bekostning. Manglende overholdelse av ordensreglementet anses også å ha innvirkning på din deltagelse og nytte av behandlingsoppholdet og det presiseres at dette kan bli tillagt vekt ved prioriteringsvurderingene av senere søknader.**

## **Kontaktinformasjon for Seksjon for Behandlingsreiser:**

Telefon: **90 55 92 90**

hverdager mellom 09:00 – 11:00 og 12:00 – 14:00

Fax: **21 03 20 97**

E-post adresse: [behandlingsreiser@ous-hf.no](mailto:behandlingsreiser@ous-hf.no)

Hjemmeside: [www.oslo-universitetssykehus.no/behandlingsreiser](http://www.oslo-universitetssykehus.no/behandlingsreiser)

Postadresse:

Oslo universitetssykehus HF, Rikshospitalet

Seksjon for Behandlingsreiser

Postboks 4950 Nydalen

0424 OSLO

Forskrift om Behandlingsreiser til utlandet (klimareiser)

ble vedtatt 16.06.17 og trer i kraft 01.01.18

<https://lovdata.no/dokument/SF/forskrift/2017-06-16-749>

