



# Invitasjon

## til smertebehandling med Momentum 10–17. november 2020

På Atlanterhavsøya Porto Santo

Momentum har gleden av å invitere til smertebehandlingsopphold på Porto Santo. Sanden på denne naturskjønne øya har lindrende egenskaper.

Der tilbys en veldokumentert smertelindringsbehandling kombinert med sydenferie. Sanden på Porto Santo nær Madeira har nemlig en unik sand med høyt innhold av strontium som virker smertelindrende.

Protesebrukere med fantomsmerter og stumpsmerter kan ha god effekt av et opphold med sandbadbehandling på Porto Santo. Noen pasienter har opplevd å få senket smertene fra nivå 8 og helt ned til nivå 2 etter en ukes opphold. Sandens helt spesielle egenskaper kommer fra korallrev nær øya. Mikroskopiske deler fra revet skylles i land med bølgene. Undersjøiske havstrømmer og vind sørger for at sanden fornyes kontinuerlig. Sandkornene er veldig små, 90% av kornene har en diameter på mindre enn 0,010 mm og oppleves som et mykt, lett teppe. Dette gjør at sanden er så myk at den ikke skraper opp huden. Sanden har unike geologiske egenskaper og inneholder strontium, kalsium, magnesium, fosfor og sink. Dette er stoffer som er viktige for den generelle helbred. Under sandbad svetter man, og strontium og de andre stoffene tas opp i kroppen og forårsaker tilsvarende effekt som vanlig lokalbedøvelse med smertereduksjon til følge.

Mange pasienter opplever god effekt og langtidsvirkning av behandlingen. Noen opplever et betydelig lavere smertenivå i 6-12 måneder etter oppholdet. Ved å ta årlige behandlinger opplever mange pasienter at smertene blir svakere og lettere å leve med.

Hotellet ligger på den 9 km lange stranden hvor det er veldig koselig å gå på spasertur og det er svømmebasseng, restaurant og bar inne og ute. Om du vil være litt mer aktiv så er det mange fritids-tilbud på øya også som for eksempel golf, ridning, bilsafari, vannsport, sykling og fjellklatring som er med på å forsterke den positive opplevelsen.

Det er behandling hver dag med kontroll av blodtrykket.





Dette er en behandlingsreise for de som ønsker smertebehandling og Momentum gir et tilskudd på kr 6500 til hver protesebrukerdeltaker som skal ha behandling. Her prioriterer vi førstegangs reisende og det er **kun plass til 10 personer.**

Egenandelen per reisende med behandling er **kr 10 000** og det inkluderer fly, hotel, frokost og lunsj. Middager, drikke og evt. utflukter kommer i tillegg. Prisen for medreisende ledsager (i delt dobbeltrom) er kr 11 500. Prisen inkluderer ikke reise fra hjemsted til Gardermoen. Reiseutgifter til Gardermoen for deltagere kan dekkes ved lang eller kostbar reise etter egne satser. Les mer på våre hjemmesider.

### **Bindende påmelding snarest og senest innen 1.4.20.**

Vi foretrekker påmelding via link på hjemmesiden **[www.momentum.nu](http://www.momentum.nu)** da det letter vårt arbeid. Evt. på mail til [info@momentum.nu](mailto:info@momentum.nu) (Sender dere på mail, trenger vi samme info som i elektronisk påmeldingsskjema.)



Du kan også ta kontakt på telefon 40 00 43 60 om du ønsker mer informasjon. Meld deg på allerede i dag for å sikre deg plass.

Hjertelig velkommen  
MOMENTUM Sport og aktivitetsutvalg



## *Program* **10–17. NOVEMBER 2020**

### *Tirsdag 10. november* - dag 1 reisedag

Fly Oslo-Porto Santo, innsjekk Gardermoen kl. 09:00.  
Ankomst hotel ca. kl. 18:30, orientering, felles middag på hotellet (valgfritt).

### *11.–16. november* - dag 2–7

Frokost, behandling (eller fri for de som ikke har behandling), felles lunsj, ettermiddag og kveld fri, middag på restaurant (valgfritt).

### *Tirsdag 17. november* - dag 8 reisedag

Frokost, avreise fra hotellet kl. 07:00, fly fra Porto Santo til Madeira kl. 08:30, guidet sightseeing med minibuss på Madeira kl. 09:30–14:30.  
Innsjekk kl. 14:30, fly videre til Oslo kl. 15:50, ankomst Gardermoen kl. 21:55.