Unicare Steffensrud

Rehabilitering Unicare Steffensrud

CP-konferansen 2019
Line Fossumstuen

En medspiller på veien mot en bedre helse og et aktivt liv

Unicare Steffensrud
– et sted med lang historie

Virksomhetsområder:

Avtale med Helse Sør-Øst

Brudd, slitasje og multitraume

10 døgnplasser individuelt
2 dagplasser individuelt

Kreft

8 døgnplasser individuelt
2 dagplasser individuelt

Hjerneslag / Ervervet hjerneskade

14 døgnplasser individuelt
1 dagplass individuelt
Gruppetilbud – intensiv trening for hånd, gangfunksjon og språk (alle x 2 pr. år)

Nevrologi

12 døgnplasser individuelt
1 dagplass individuelt
Gruppetilbud – MS, CP, Parkinson og Post Polio (alle x 2 pr. år)

Definisjon av rehabilitering

- «Habilitering og rehabilitering skal ta utgangspunkt i den enkelte pasient og *brukers livssituasjon og mål*. Habilitering og rehabilitering er *målrettede samarbeidsprosesser* på ulike arenaer mellom *pasient, bruker, pårørende og tjenesteytere*. Prosessene kjennetegnes ved koordinerte, sammenhengende og kunnskapsbaserte tiltak. Formålet er at den enkelte bruker, som har eller står i fare for å få begrensinger i sin fysiske, psykiske, kognitive eller sosiale funksjonsevne, skal gis mulighet til å *oppnå best mulig funksjons – og mestringsevne, selvstendighet og deltagelse* i utdanning og arbeidsliv, sosialt og i samfunnet.»

Rehabilitering – bli utrustet til å mestre hverdagen

- Individuelle mål
- Samarbeid
- Tiltak
- Oppnå best mulig funksjons- og mestringsevne
- Selvstendighet og deltagelse

Gruppeopphold

Trening-, mestrings-, og læringsopphold.

- Inntil 8 deltakere
- 3 uker, 2 ganger i året.
- Målgruppe (Voksne med CP som p.g.a plager/senskader opplever redusert aktivitet og deltagelse).
- Ulike faggrupper

Målsetning med gruppeopphold

- Økt kunnskap om å leve med CP i voksen alder: Kunne leve et aktivt liv

  Forebygge plager/senskader
- Lære gjennom egne og andres erfaringer
- Få mestringsopplevelse gjennom tilrettelagte aktiviteter
- Vedlikeholde/øke nåværende funksjonsnivå

Innhold

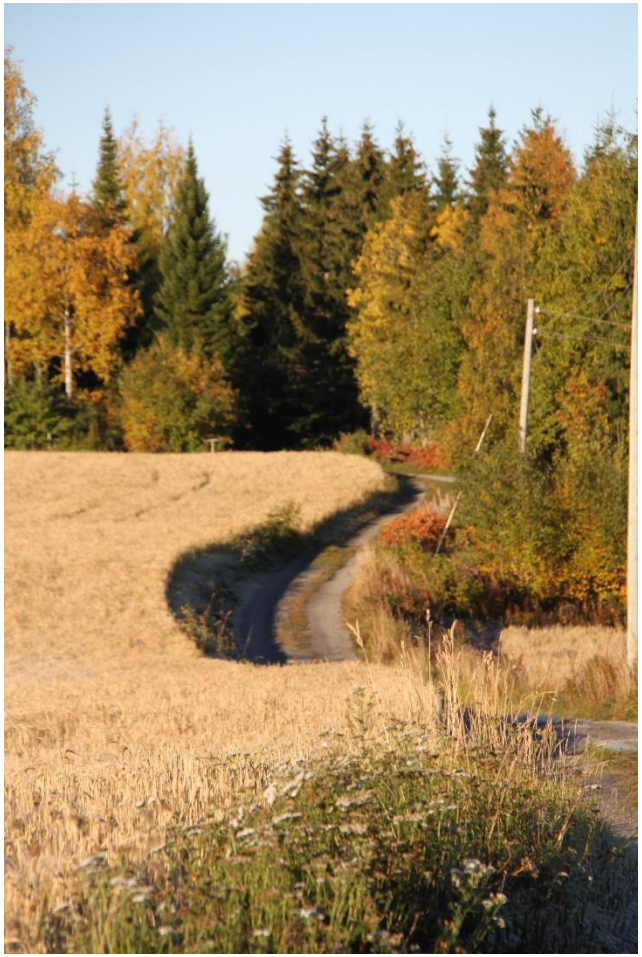
- Trening i gruppe og individuelt
- Gruppeaktivitet; utendørs og innendørs.
- Felles opplevelser/Sosialt samvær
- Undervisning
- Samtalegrupper

Gruppetrening

Individuell trening

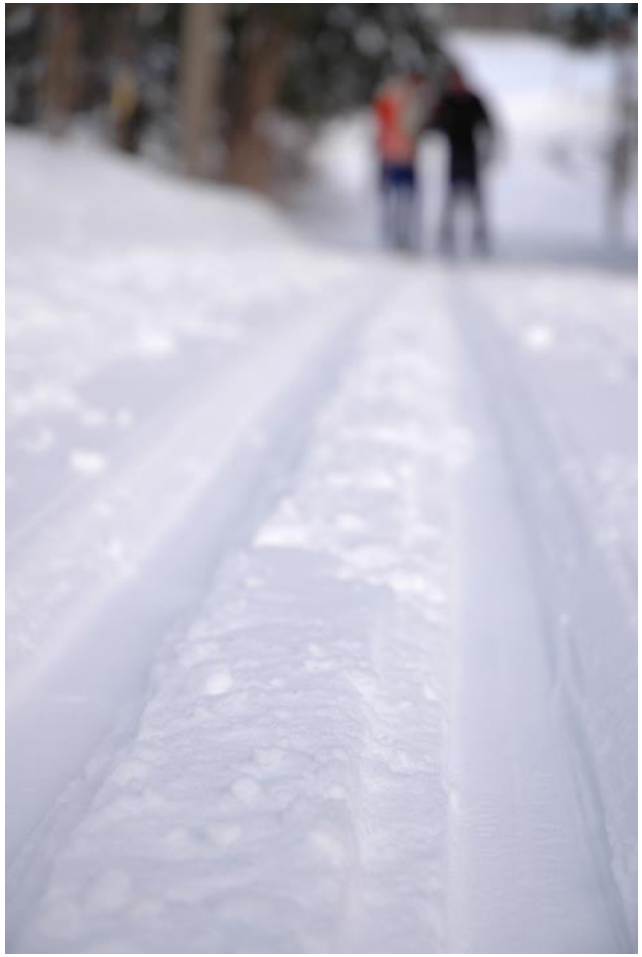
Ute - Rehabilitering

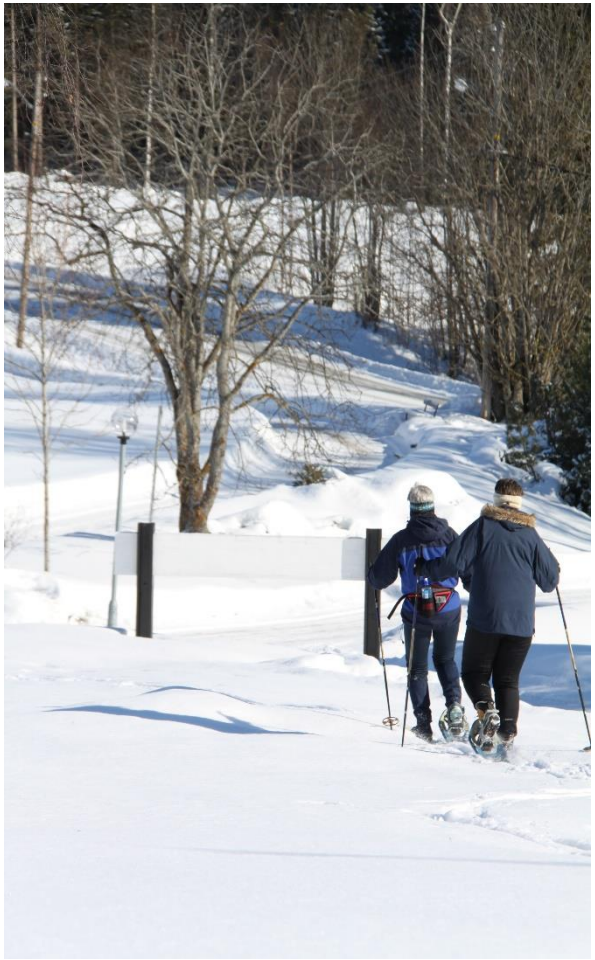
Felles opplevelser



Sanseopplevelser

Gruppeaktivitet





Mestring og glede

Undervisning

- **Spesifikt for gruppa**

  senskader og smerte, tøyningsprinsipper,
  hjelpemidler, kognitive utfordringer, trening-hvile
  - gjerne i forbindelse med trening

- **Felles på huset** - 3 ulike undervisningsuker:

  nevrologi,
  aktivitet/kosthold/helse,
  smerte/fatigue.

Samtalegrupper

- Erfaringsutveksling
- Samtalegruppe med sykepleier
- Besøk fra CP-foreningen

Med mot til å mestre