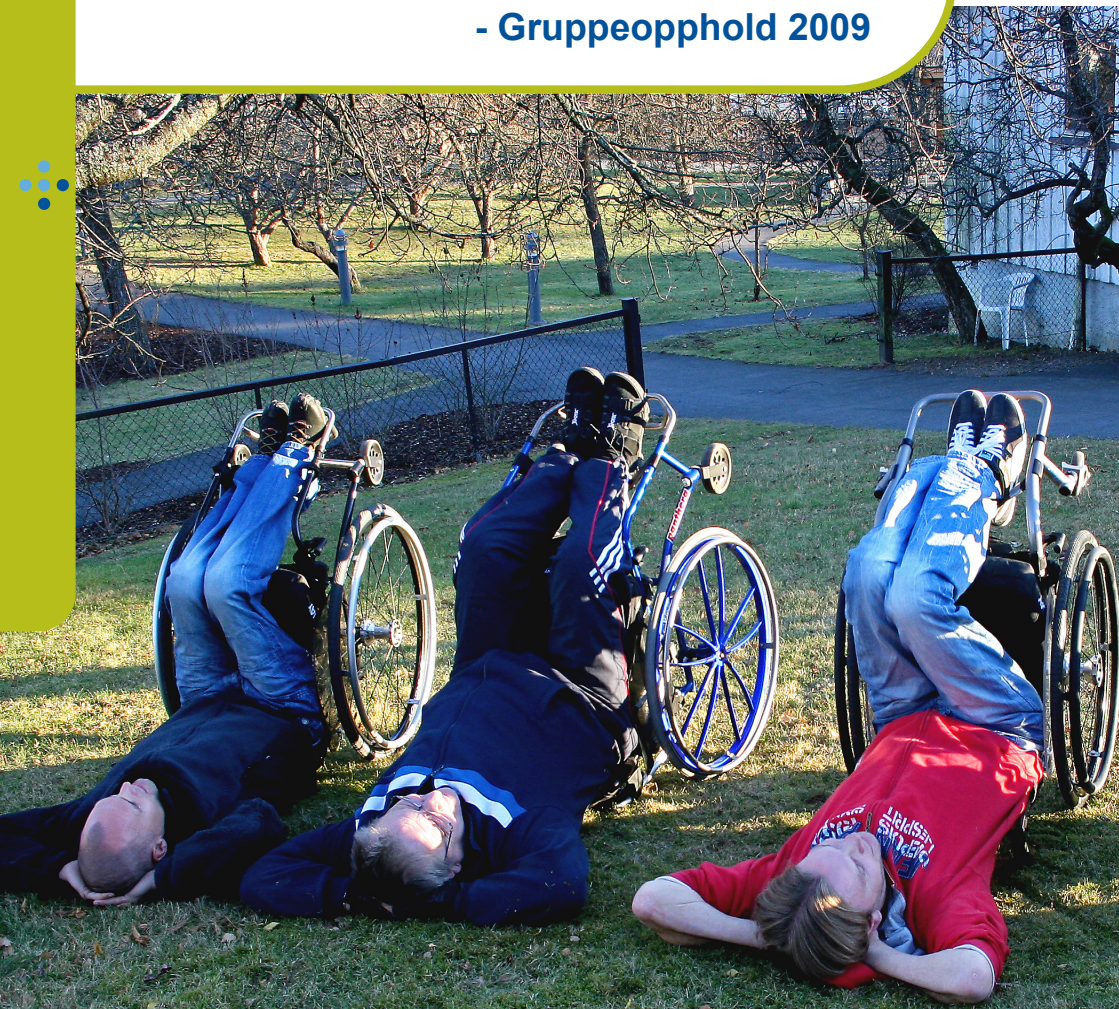


Avdeling for Ryggmargsskader og multitraumer

- Gruppeopphold 2009

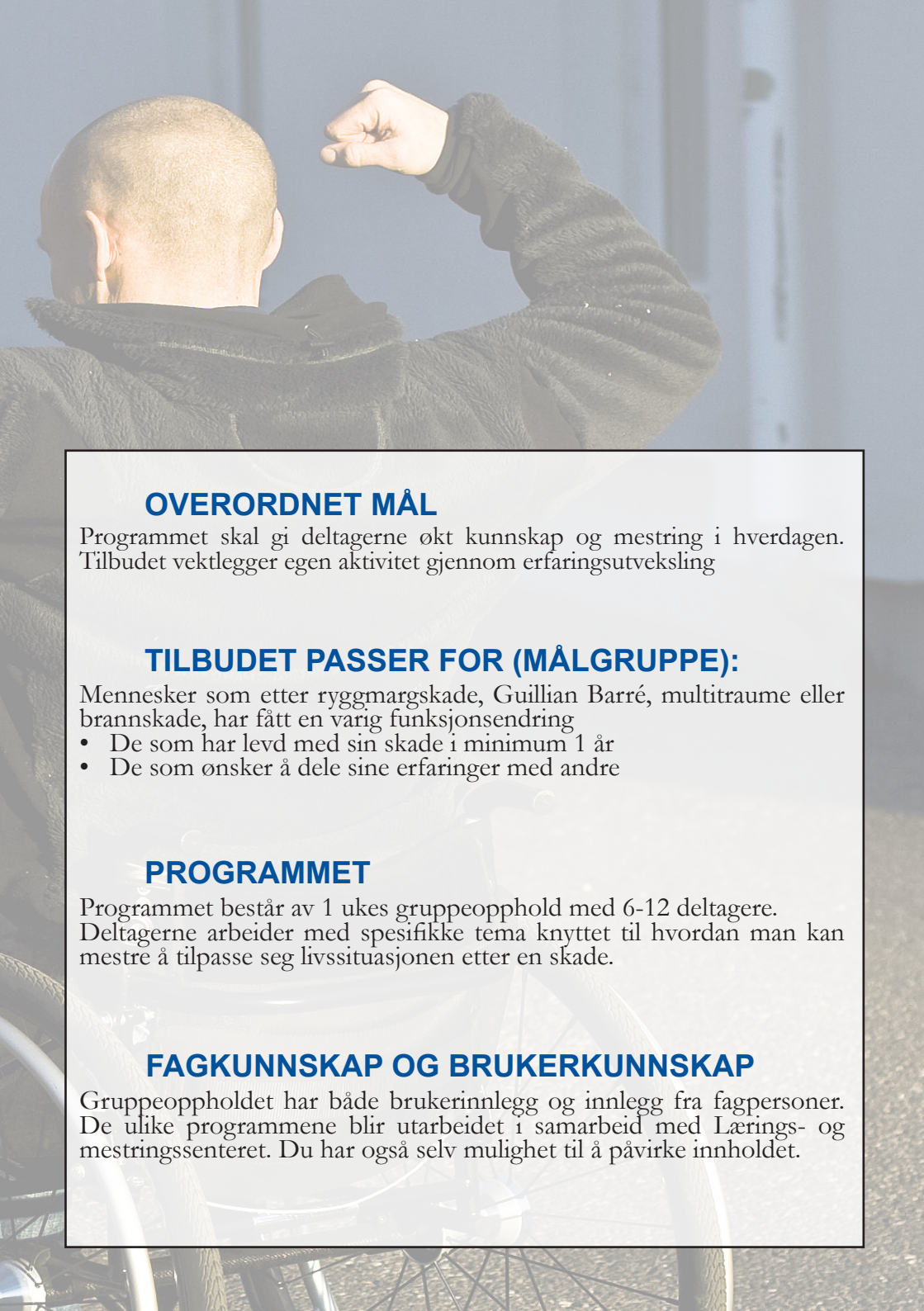


– en vei videre



Sunnaas sykehus HF

Uke	Gruppeopphold for:	Målgruppe
7	Å leve med tetraplegi - de første årene etter skade	RMS
9	Vinteraktiviteter med fokus på alpint	RMS
10	Å leve med en inkomplett ryggmargsskade med skjulte funksjonsendringer	RMS
11	Følgevirksomheter etter multitraume	Multitraume
19	”Tilbake i arbeid”	Alle
20	Fysisk aktivitet – mestring	Alle
25	Å bli eldre med en ryggmargsskade	RMS
26	Å leve med paraplegi - de første årene etter skade	RMS
27	Ungdomsleir	Alle
36	Å leve med tetraplegi - i et senforløp	RMS
37	Fysisk aktivitet – mestring	Alle
38	Å leve med kroniske smerter når man har en ryggmargsskade	RMS
43	Følgevirksomheter etter en omfattende brannskade	Brannskade
44	Overvekt ved nedsatt funksjonsevne	Alle
45	Å leve med paraplegi - i et senforløp	RMS
50	Å leve med Guillian- Barre	GB



OVERORDNET MÅL

Programmet skal gi deltagerne økt kunnskap og mestring i hverdagen. Tilbudet vektlegger egen aktivitet gjennom erfaringsutveksling

TILBUDET PASSER FOR (MÅLGRUPPE):

Mennesker som etter ryggmargsskade, Guillian Barré, multitraume eller brannskade, har fått en varig funksjonsendring

- De som har levd med sin skade i minimum 1 år
- De som ønsker å dele sine erfaringer med andre

PROGRAMMET

Programmet består av 1 ukes gruppeopphold med 6-12 deltagere. Deltagerne arbeider med spesifikke tema knyttet til hvordan man kan mestre å tilpasse seg livssituasjonen etter en skade.

FAGKUNNSKAP OG BRUKERKUNNSKAP

Gruppeoppholdet har både brukerinnlegg og innlegg fra fagpersoner. De ulike programmene blir utarbeidet i samarbeid med Lærings- og mestringssenteret. Du har også selv mulighet til å påvirke innholdet.

AKTUELLE TEMAER

- o Positiv tenkning
- o Følgevirkninger etter skade
- o Å leve med en fysisk funksjonsendring
- o Samliv – endret rolle etter skade
- o Fysisk aktivitet/gruppe/basseng
- o Aktiviteter
- o Avspenningsteknikker
- o Ernæring
- o Hjelpemidler
- o Arbeid/trygderettigheter/samarbeid med NAV

FAKTA

- o Oppholdene varer fra mandag kl. 10 til fredag etter lunsj
- o Antall deltagere fra 6 – 12 personer
- o Vi tar forbehold om tilstrekkelig antall deltagere
- o Tilbudet er til personer over 18 år med unntak av ungdomsoppholdet
- o Mulighet for egentrening

ER DU INTERESSERT I Å DELTA?

Ta kontakt med din fastlege og send søknaden til
Sunnaas sykehus HF
Inntakskontoret
1450 Nesoddtangen

FOR MER INFORMASJON RING:

Teamkoordinator 66 96 92 20 eller inntakskoordinator 66 96 92 64

BESØKSADRESSER SUNNAAS SYKEHUS HF

Nesodden

Bjørnemyrveien 11
1450 Nesoddtangen
Tlf: 66 96 90 00
Telefaks: 66 91 25 76

Drøbak

Løktabakken 11
1440 Drøbak
Tlf: 64 90 77 30
Telefaks: 64 93 52 40

Askim

Eventyrveien 2
1807 Askim
Tlf: 6982100
Telefaks: 69 88 48 91