

Unicare Steffensrud: Intensiv balansegruppe



Rehabiliteringstilbudet til denne gruppen retter seg mot voksne pasienter som vil ha nytte av et mer intensivt tilbud der kompetansen på spesialisthelsetjeneste støtter og videreutvikler prosesser som foregår lokalt.

Innhold

- Gangtrening med ulike underlag ute i terreng og inne med ulike balanseputer/hindringer
- Gangtrening med fokus på gangsymmetri, tempo og holdning
- Gangtrening i trapp
- Trening i apparater med funksjonelle sammensatte øvelser med fokus på koordinasjon, styrke og balanse.
- Funksjonelltrening i hverdagsaktiviteter

Oppholdslengde:

Gruppene for intensiv trening varer i 14 døgn og innebærer 4 timer intensiv trening daglig.

Det er utarbeidet et standardisert tverrfaglig treningsprogram, men rehabiliteringen tilpasses den enkelte pasient ut ifra dens rehabiliteringsmål.

Målsetting

- Ansvarliggjøre og motivere til aktiv deltakelse i egen rehabiliteringsprosess
- Bedre / gjenvinne fysisk og/eller kognitiv funksjon for fortsatt deltagelse i hjemmet, arbeidslivet, nærmiljøet og i samfunnet forøvrig.
- Styrke opplevelsen av mestring og bedre livskvalitet
- Sikre relevant kunnskap og refleksjon om egen situasjon / sykdom og muligheter
- Sikre kontinuitet / kommunikasjon i rehabiliteringsprosessen videre.

Innhold:

- Tverrfaglig rehabilitering med fokus på aktiv og funksjonell tilnærming
- Individuelt tilpasset trening og veiledning med metoder som styrker brukernes egne ressurser og muligheter
- Undervisning i aktuelle emner

Oppstart

- 05.11.2019 – 19.11.2019
- 17.03.2020 – 31.03.2020

Søknadsprosedyre

[Les mer om henvisning og inntak på hjemmesidene våre her.](#)