

---

## Unicare Steffensrud: Cerebral Parese

---



To ganger i året har vi gruppeopphold for personer med Cerebral Parese, som varer i 3 uker.

Gruppen kan bestå av inntil 8 deltakere. Sykepleier, ergoterapeut, fysioterapeut og treningsveileder samarbeider for å gi et best mulig tilpasset opplegg med daglige treningsøkter og ukentlige samtaler, erfaringsutvekslinger og undervisninger.

### Innhold

- Sykepleieren arrangerer samtalegrupper med mulighet for erfaringsutveksling om livet med cerebral parese.
- Ergoterapeuten kommuniserer med hver enkelt om daglige aktiviteter og hverdagsliv, og setter deltakerne i kontakt med kommunal ergoterapeut dersom mangel på hjelpemidler gir begrensninger i hverdagen.
- Ergoterapeuten arrangerer besøk fra aktuelle hjelpemiddelfirma, dersom dette er ønskelig.
- Fysioterapeuten kommuniserer med hver enkelt om behov for tilrettelegging i gruppesituasjon. Det gis også mulighet for én individuell konsultasjon pr uke, med eksempelvis individuell veiledning i treningssal, utprøving/opplæring i bruk av TENS-apparat for smertemodulering etc.
- Fysioterapeuten leder gruppetreninger og –aktiviteter, som eksempelvis kan bestå av bassengtrening, kjernestabilitet, sansemotorikk, klatring, terapiridning og spill.
- Fysioterapeuten arrangerer erfaringsutveksling/undervisning om temaer som f.eks spastisitet, smerter, forebygging/behandling av senskader, trunkuskontroll, gangfunksjon, energiøkonomisering, sansemotorisk stimulering etc.
- I tillegg til egne gruppeaktiviteter og undervisninger kan deltakerne også bli med på grupper/undervisninger for hele huset (ordinær gruppetimeplan), dersom dette ikke kolliderer med planen for gruppeoppholdet. Det avklares med fysioterapeut hvilke grupper som kan være aktuelle for den enkelte.

### Målsetting

- Få økt kunnskap om det å leve med CP i voksen alder – hvordan leve et aktivt liv og forebygge plager/senskader?
- Lære gjennom egne og andres erfaringer
- Få mestringsopplevelser gjennom tilrettelagte aktiviteter
- Vedlikeholde/øke nåværende funksjonsevne

For å få optimalt utbytte av oppholdet må deltakerne ha god nok kognitiv funksjon til å forholde seg til gruppetimeplanen, finne fram på huset, og motta verbal og visuell instruksjon i gruppesituasjon. For personer med betydelige syns- og hørselsnedsettelse vil det være mer hensiktsmessig med et individuelt opphold.

### Oppstart

- 06.11.2018 – 27.11.2018
- 23.04.2019 – 14.05.2019

### Søknadsprosedyre

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