



## **GJENNOMFØRINGEN AV ET REHABILITERINGSOPPHOLD:**

### **INNKOMST:**

Du får tildelt eget rom, og det blir tatt en innkomstsamtale for å gi oss nødvendig informasjon om deg. Du vil også få en omvisning på huset.

### **KARTLEGGING:**

Første dag etter ankomst blir det tverrfaglig samtale på rommet ditt, med fysioterapeut, ergoterapeut og en fra omsorgsavdelingen. Vi ønsker å bli bedre kjent, finne ut hva som er viktig for deg, og hva du ønsker å få ut av oppholdet på Kastvollen. Vi blir enige om dine individuelle mål for oppholdet. Første eller andre dag etter ankomst gjennomføres også testing og annen kartlegging. Kartleggingen er viktig for å finne hensiktsmessige tiltak for deg.

### **TILTAK:**

Du settes inn i trening. Treningen vil variere mellom individuell trening, gruppetrening og egentrening. Vi tilbyr også andre tiltak, som f.eks. undervisning og aktiviteter av sosial og fysisk art.

### **EVALUERING:**

Det gjennomføres slutt-tester (samme tester som ved innkomst) og andre evalueringer. Det blir skrevet en tverrfaglig sluttrapport som sendes til legen din og til eventuelt andre som skal følge deg opp etter rehabiliteringsoppholdet.

### **GENERELT:**

Du tildeles et team som består av fysioterapeut, ergoterapeut og ansatte fra omsorgsavdelingen. Teamet har hovedansvar for din oppfølging. Alle brukere av Kastvollen må påregne noe bytte/veksling av terapeuter og pleiere.

Tidspunkt for trening hos fysioterapeut og ergoterapeut settes opp på tavla i hallen innen kl. 09.00 hver morgen. Tidspunkt for treningen kan variere fra dag til dag.

Du kan forvente å få tre dager med individuell trening, én til to dager med gruppetrening og én egentreningsdag pr. uke.

I omsorgsavdelingen er det til enhver tid ansatte på vakt, også våken nattvakt. Du kan når som helst ta kontakt ved behov.

På Kastvollen er vi opptatt av at alle våre tilbud/aktiviteter er en del av rehabiliteringen. Eksempler kan være å komme seg opp av senga, kle på seg, stelle seg fra morgenen av, forflytte seg fra rom til matsal, smøre maten, holde rede på tidspunkt og avtaler, fellestrim, hobbyaktiviteter, restaurantbesøk, handleturer, sangstunder osv. Denne type aktiviteter settes opp på aktivitetstavla vår hver uke. De er frivillig å delta på, men vil være et flott supplement til treningen du får sammen med terapeutene.

Vi ønsker deg et aktivt rehabiliteringsopphold ved Kastvollen Rehabiliteringssenter!