Varighet

For individuelle opphold vil oppholdstiden avklares mellom det tverrfaglige team og deg som pasient.

For gruppeoppholdene er tilbudet 3 uker på døgnopphold, og 4 uker på dagopphold.

Søknad om opphold

Søknad om opphold sendes via fastlegen eller sykehus.
Det er viktig med en god søknad som gir et bilde på hva som er gjort tidligere lokalt, hva som er utfordringene nå og hva som er målet med rehabiliteringen.

Det betales egenandel etter gjeldende takster fra Helfo.





ADRESSE

Åstveitveien 73,
5106 Øvre Ervik

KONTAKT

For nærmere informasjon,
kontakt vårt Inntakskontor:

Telefon: 55 53 97 91
E-post:
inntak@adm.astveithelsesenter.no

https://www.astveithelsesenter.no/

ÅSTVEIT HELSESENTER

REHABILITERING

Muskel- og bløtdelssmerter



OM OSS

Åstveit Helsesenter tilbyr spesialisert tverrfaglig rehabiliteringsopphold til personer med muskel- og bløtdelssmerter. Vårt tilbud omfatter både gruppeopphold og individuelle opphold, og gis enten som døgntilbud eller som dagtilbud. Ved døgntilbudet bor du på institusjonen, mens ved dagtilbudet bor du hjemme og får transport via Pasientreiser eller kjører selv.

Mål for oppholdet

- Erfare positive opplevelser av å bruke kroppen aktivt
- Lære mestringsstrategier
- Starte en prosess som kan fortsette etter oppholdet



OM OPPHOLDET

Vi arbeider tverrfaglig og følger nasjonale faglige retningslinjer innen rehabilitering. Vårt fokus er på dine mål og ressurser, og din egeninnsats vil være viktig under oppholdet. Vi vil gi deg kunnskap og kan hjelpe deg med mestringsstrategier i forhold til helse, fysisk aktivitet og deltakelse i sosial aktivitet og arbeid.

Gjennom trening og aktivitet ønsker vi å gi deg positive opplevelser knyttet til aktiv bruk av kroppen. Vi benytter en helsepedagogisk og kognitiv tilnærming i rehabiliteringen.

Program og aktiviteter er tilrettelagt dine behov, og inkluderer både individuell trening og gruppetrening. Dosering av aktiviteter og trening tar hensyn til din funksjon.



Vi følger veletablerte prinsipper for fysisk aktivitiet og trening. I gruppetreninger bruker vi metoder fra psykomotorisk fysioterapi, fysiopilates og mediyoga. Vi tilbyr undervisning, veiledning og samtaler relatert til sykdom og livsutfoldelse.

Faggruppene i det tverrfaglige team består av lege, fysioterapeut, ergoterapeut, idrettspedagog, sykepleier, hjelpepleiere/ helsefagarbeidere og klinisk ernæringsfysiolog.
På døgnopphold er det sykepleiefaglig oppfølging gjennom hele døgnet.