

Informasjon om Eining for aktivitet og re/habilitering



Døgnavdeling
Fysio- og ergoterapi
Frisklivssentralen
Heimerehabilitering
Serviceteneste
Hjelpemidler
Varmtvassbasseng

Innhald

Eining for Aktivitet og re/habilitering.....	2
Tenester i Eining for Aktivitet og re/habilitering:	3
Døgnavdeling:.....	3
Rehabiliteringsopphald:	4
Avlastingsopphald:	5
Kortidsopphald:.....	5
Korleis er eit opphald ved avdelinga:.....	5
Praktiske opplysningar du treng å vita før eit opphald:	6
Avdeling for kommunale fysio- og ergoterapitenester.....	7
Fysioterapitenesta:	7
Ergoterapitenesta:	8
Frisklivssentralen	9
Heimerehabilitering:	10
Varmtvassbasseng:	10
Offentleg bading:	11
Utleige av bassenget.....	12
Hjelpemiddel frå kommunalt lager:	12
NAV-hjelpemiddelsentral	13
Servicetenesta	13
Logoped	14

Eining for Aktivitet og re/habilitering

Eininga er lokalisert i Stord kommunale rehabiliteringssenter som husar mange tenester.

I 3. etasje ligg døgnavdelinga med 14 sengeplassar i enkeltrom. I periodar vil døgnavdelinga ha to dobbeltrom og difor inneha 16 brukarar.

I 2. etasje finn ein ergo- og fysioterapiavdelinga med kommunalt tilsette fysioterapeutar og ergoterapeutar, samt servicetenesta i Stord kommune.

Eininga organiserer elles transport for funksjonshemma, frisklivssentral, ulike trenings- og aktivitetstilbod, administrerer varmtvassbasseng og formidlar hjelpemiddel frå kommunalt lager og NAV Hjelpemiddelsentral - Hordaland.

Frå 1 september 2017 vert det sett i verk eigenbetaling på utlån av kommunale hjelpemiddel, servicetenester, gruppetrening og Frisklivsresept.

Besøksadresse:

Eining for aktivitet og re/habilitering er lokalisert i Stord kommunale rehabiliteringssenter, Lønningsåsen 9, 5417 Stord

Organisering:

Einingsleiar: Kristin Steinsland
Nestleiar i eininga: Eunike Risnes

Avdelingsleiar for døgnavdeling: Eunike Risnes

Avdelingsleiar Fysio- ergoterapi og leiar for Frisklivssentralen: Andreas Sirevaag

Teieplikt:

Dei tilsette har teieplikt. Teieplikt skal verne om pasienten sitt personvern og integritet og sikra befolkninga si tillit til helse- og omsorgstenesta.

Parkering:

Det er gratis 2 timars parkering ved Rehabiliteringssenteret på oppmerka parkeringsplasser. Det er knapt med parkeringsplassar ved Rehabiliteringssenteret. Det er gratis 12 timars parkering i Sæ, berre nokre minutt frå Rehabiliteringssenteret. Ein må nytte parkeringsskive.

Tenester i Eining for Aktivitet og re/habilitering:

Døgnavdeling:

Døgnavdelinga har 16 sengeplassar i enkeltrom og to dobbeltrom.

Fem plassar er opprinneleg øymerka for brukarar som treng rehabilitering. Brukarar som har rehabiliteringsplass får eit tverrfagleg, målretta og tidsavgrensa opplegg. Ni plassar er opprinneleg korttidsplassar, men det kan i periodar vera øymerka elleve plassar til dette føremålet når ein praktiserer to dobbeltrom.

Korleis søkje tenester ved døgnavdelinga:

Det er Tildelingskontoret i Stord kommune som fattar vedtak om tenester, søknadsskjema finn ein på Stord kommune si heimeside. Det er også Tildelingskontoret som avgjer lengde på opphald.

Ulike opphald ved døgnavdelinga:

Det vert tildelt tre ulike typar opphald. Felles for alle typar opphald er at ein får hjelp til det ein ikkje meistarar sjølv eller hjelp til målretta trening for å meistra desse oppgåvene. Ein får alle måltid og det ein treng av sengetøy/handklede og liknande. Gruppetrening er eit tilbod til alle bebuarar uavhengig av type vedtak.

Rehabiliteringsopphald:

Individuelt rehabiliteringstilbod med tverrfagleg oppfølging av fysio- og/eller ergoterapeut, sjukepleiar/hjelpepleiar/anna helsepersonell. Samarbeid med logoped vert oppretta ved behov. Me jobbar saman med deg mot eit avklart mål. Du vil få trening individuelt og i gruppe. Du får det du treng av legeordinerte medisinar og sårutstyr. Du må ta med toalettsaker (såpe, sjampo, tannkrem, kremar, andre hygieneartiklar du nyttar).

Kva er rehabilitering?

Det er eit tidsavgrensa og målretta treningsopphald som skal hjelpe deg etter skade eller ved sviktande helse til at du vert i betre i stand til å klare deg sjølv ut i frå eiga målsetjing og behov i kvardagen.

Målet er å auke eller vedlikehalde ditt funksjonsnivå, slik at du kan meistra å vera aktiv i eigen kvardag.

Kven kan ha nytte av eit rehabiliteringsopphald

Dersom du på grunn av ein operasjon/sjukdomsperiode/funksjonsfall fungerer dårlegare enn du gjorde tidlegare kan eit rehabiliteringsopphald vera aktuelt for deg.

Det forventast at du er villig til å gjere ein innsats for å bli betre og at du har motivasjon til å nå eiga målsetjing slik at du kan klare deg betre på eigahand og i eigen bustad.

I løpet av opphaldet vil omgjevningane du ferdast i (bustad, nærområde, arbeid, skule) verta kartlagt og dersom ein avdekkar behov for tilrettelegging vil tiltak for dette verta sett i verk.

Avlastingsopphald:

Personar som har særleg tyngjande omsorgsoppgåver heime, kan søkje om avlastingsopphald for den hjelpetrengande.

Har ein vedtak om avlastingsopphald skal ein sjølv ha med:

- Legeordinert medisinersikt
- Inkontinentutstyr
- Toalettsaker (såpe, sjampo, tannkrem, kremar, andre hygieneartiklar du nyttar
- Anna utstyr/materiell du treng under opphaldet

Det kan vera praktisk at du har med deg dine eigne medisinar. Dette gjeld til dømes kremar, salvar og inhalasjonspreparat

Kortidsopphald:

Eit opphald for deg som treng ein tilrettelagt plass å vere for ein mellombels periode med heildøgns omsorg. Det kan vere at du har vore innlagt sjukehus/hatt sjukdomsperiode/funksjonsfall og treng tid til å komme deg til krefter før du kan komme heim til eigen bustad att.

Du får hjelp til det du ikkje klarer sjølv. Du får det du treng av legeordinerte medisinar og sårutstyr. Du må ta med -toalettsaker (såpe, sjampo, tannkrem, kremar, andre hygieneartiklar du nyttar)

Korleis er eit opphald ved avdelinga:

Alle romma på avdelinga har eige bad. I periodar der ein praktiserer dobbeltrom må du forvente å måtte dele rom eller byte rom i løpet av opphaldet. Dette vert vurdert fortløpande ut i frå samansetnaden av brukarar ved døgnavdelinga og ut i frå brukarane sitt funksjonsnivå og behov.

Måltid:

Frukost kl. 09.00

Middag kl. 13.00

Kaffi kl. 16.00

Kvelds kl. 18.30

Trening: både individuelt og i grupper. Det meste av treninga føregår på dagtid. Du vert oppmoda til eigentrening på kveld og helg.

Tverrfaglig bemanning:

Sjukepleiarar, fagarbeidarar, fysioterapeutar, ergoterapeutar og assistent jobbar ved avdelinga. Me har faste tverrfaglege møte med tilsynslege, heimebaserte tenester, tildelingskontoret, samt det er eit tett samarbeide med andre kommunale tenester kring den enkelte sin situasjon.

Praktiske opplysningar du treng å vita før eit opphald:

Toalettsaker:

Husk å ta med såpe, sjampo, tannkrem, kremar, andre hygieneartiklar du nyttar

Sko:

Ta med godt fottøy som er eigna til trening.

NB! Privat innbu/eigendelar vert ikkje forsikra av kommunen.

Legetenester:

Tilsynslege 2 gangar i veka. Fastlegen din har ansvar for helseoppfølging også når du er innlagt i avdelinga.

Hjelpemiddel:

Ta med deg dei hjelpemidla du har som du nyttar i kvardagen. Dette kan vere rollator, rullestol, hørselshjelpemidler osv.

Post:

Du kan vidaresende post til:

Stord Kommunale rehabiliteringssenter, Postboks 304, 5402 Stord.

Transport:

Ein må sjølv dekkje transport til og frå opphald på Rehabiliteringssenteret.

Merking av tøy:

Det er ynskjeleg at pårørande tek privattøy heim og vaskar. Ta ikkje med tøy du er redd for eller som ikkje toler maskinvask. Kledda må merkast med namn. Avdelinga tek ikkje ansvar om klede som vert øydelagt eller forsvinn.

Frisør:

Avdelinga kan formidle kontakt med frisør som kan koma til avdelinga.

Verdisaker:

Ta ikkje med deg verdisaker av stor verdi til avdelinga.

Besøk:

Det er stor aktivitet ved avdelinga med behandling, pleie, trening og aktivitet.

Då det er eit behov for å leggje betre til rette for alle våre pasientar, ser me det difor naudsynt å ha faste besøkstider.

Besøkstider mellom kl 16.00-18.00 alle dagar.

Det kan i einiskilde høve vera behov for at pårørande kan få kome til andre tider. Ta kontakt med personale – så finn me ei løysing på dette ilag.

Det er små fellesareal ved avdelinga. Me oppfordrar dykk om å vera på romma når de har besøk. Unntak er de som har opphald i dobbeltrom. Når det gjeld besøk til bebuar på dobbeltrom, ta kontakt med personalet. De er og velkommen til kantina i 2 etg, der har me ei sofagruppe de kan bruke når de har besøk.

Tilsynsutval:

Stord kommune har eit politisk oppnemnt utval som skal sjå etter brukaren sitt ve og vel i døgnavdelinga med tilsyn fleire gonger årleg.

Er det noko du lurar på så ring gjerne til oss.

Telefonnr: Vakttelefon døgnavdeling	534 96724
Vaktrom døgnavdeling	534 96721
Avdelingssjukepleiar døgnavdeling	53496722/48277542

Me håpar at både du som skal bu her og du/de som er pårørande vil trivast hos oss.

Avdeling for kommunale fysio- og ergoterapitenester

Fysioterapitenesta:

Fysioterapi kan bli gjeve både for å førebyggja og for å behandla sjukdom eller skade. Den kommunale fysioterapitenesta består av fysioterapeut tilsett i kommunen eller har ein driftsavtale med kommunen (avtaleterapeut).

Fysioterapeutar tilsett i kommunen gir tilbod til innbyggjarar som ikkje kan nytte institutt og til dei som bur i institusjon. Behandling vert gitt individuelt eller i gruppe.

Tenesta er ein del av kommunen sitt tverrfaglege habiliterings- og rehabiliteringstilbod.

Målgruppe:

Eldre, barn og personar med nedsett funksjonsevne som ikkje kan nytte institutt.

Tilvising:

Ved behov for teneste kan brukar sjølv kontakta tenesta direkte eller via Tildelingskontoret, skriftleg søknadsskjema til kommunen om «kommunale helse- og omsorgstenester» eller via fastlege. Andre kommunale tenester kan også henvenda direkte ved behov, brukar skal då vera informert om dette i forkant. Kvar tilvising vil verta vurdert opp i mot om ein fyller kriteria for å vera mottakar av tenesta. Alle henvendingar vert handtert og prioritert etter ein prioriteringsnøkkel.

Ergoterapitenesta:

Ergoterapeutar arbeider for at alle skal kunne vera aktive i eigen kvardag og har fokus på å finna meiningsfulle aktivitetar for den enkelte brukar. Ein har fokus på brukaren sine eigne ressursar og begrensingar for å utføra ein aktivitet i større grad enn årsak til utfordringane (funksjonsfall/sjukdom).

Ergoterapeut hjelper til med å finne løysingar når det oppstår eit gap mellom helsa di og krava i kvardagen, og hjelp deg til å finne løysingar slik at du kan utføre dei aktivitetane som er viktige i livet ditt. Ergoterapeuten vil jobbe med å finne løysingar på dei utfordringar og problem du hari kvardagen.

Dei formidlar hjelpemidlar, hjelper med tilpassingar av bustad, barnehage, skule og arbeidsplass og i kommunale institusjonar. Tenesta er ein del av kommunen sitt tverrfaglege habilitering- og rehabiliteringstilbod.

Målgruppe:

Alle som på grunn av nedsett funksjonsevne har utfordringar med aktivitetar i kvardagslivet. Behov for ergoterapitenester kan meldast til Tildelingskontoret i Stord kommune. Telefonnummer 534 96600.

Tilvising:

Ved behov for teneste kan brukar sjølv kontakta tenesta direkte eller via Tildelingskontoret, skriftleg søknadsskjema til kommunen om «kommunale helse- og omsorgstenester» eller via fastlege. Andre kommunale tenester kan også henvenda direkte ved behov, brukar skal då vera informert om dette i forkant. Kvar tilvising vil verta vurdert opp i mot om ein fyller kriteria for å vera mottakar av tenesta. Alle henvendingar vert handtert og prioritert etter ein prioriteringsnøkkel.

Eigenbetaling for gruppetilbod:

Gruppetrening	Semesteravgift kr 300,-
---------------	--------------------------------

Frisklivssentralen

Frisklivssentralen er eit førebyggjande helsetilbod. Frisklivssentralen gir tilbod til personar som treng rettleiing og oppfølging for å få meir helsefremjande levevanar. Levevanar som verkar inn på helse er til dømes fysisk aktivitet, kosthald, røyking og sosial kontakt.

Frisklivssentralen har både individuell oppfølging, gruppetilbod og ulike kurs. Ein samarbeider med lokale lag og organisasjonar om lærings- og mestringskurs. Målet med desse er å betre mestre eigen situasjon og kvardag.

Døme på faste aktivitetar:

- Individuell frisklivssamtale og rettleiing
- Turgruppe
- Trening i gruppe i sal
- Styrketrening
- Trening i gruppe i basseng Døme på kurs:
- Fallførebyggande kurs
- Bra Mat-kurs
- KID-kurs. Meistring av depresjon
- KOLS-kurs, Læring- og mestringskurs
- Kognitive skader, Læring- og mestringskurs

Kursa vil som regel vere opne for alle interesserte. Oppstart av kurs blir kunngjort på Stord kommune si heimeside og Frisklivssentralen si Facebookside. Ta kontakt med Frisklivssentralen for meir informasjon om kursa.

Tlf nr 911 92 682

Tilvising:

Frisklivsresept: spør fastlege, fysioterapeut, heimesjukepleiar, NAV eller barnevernet om frisklivsresept. Kostnader:

Frisklivsresept med varighet på 3 mnd.	Kr 300,-
--	-----------------

På heimesida til Stord kommune finn du aktivitetskalenderen til Frisklivssentralen.

Heimerehabilitering:

Heimerehabilitering er trening i heimen og nærmiljøet. Det er eit tidsavgrensa gratis tilbod, med mål og tiltak som blir planlagd saman med deg. Eigeninnsats og motivasjon til trening er avgjerande for å lukkast. Aktivitetstrening og hjelp til sjølvhjelp står sentralt.

Heimerehabiliteringsteamet består av fysioterapeut, sjukepleiar og ergoterapeut. Teamet ynskjer å bidra til at du kan vere lengst mogleg aktiv i eige liv.

Tilvising:

Ved behov for teneste kan brukar sjølv kontakta tenesta direkte eller via Tildelingskontoret, skriftleg søknadsskjema til kommunen om «kommunale helse- og omsorgstenester» eller via fastlege. Andre kommunale tenester kan også henvenda direkte ved behov, brukar skal då vera informert om dette i forkant. Kvar tilvising vil verta vurdert opp i mot om ein fyller kriteria for å vera mottakar av tenesta. Alle henvendingar vert handtert og prioritert etter ein prioriteringsnøkkel.

Varmtvassbasseng:

Varmtvassbassenget er 12 m x 15 m stort og har ei djupne frå 0,70 til 1,50 m. Vasstemperaturen er 34 gr. Bassenget har eigen garderobe for funksjonshemma, med heis frå garderobe til basseng, og rullestolrampe ut i bassenget. I garderobane er det tilgjengeleg rollator og dusjstolar.

Hendvending :

Hendvending skal leverast til avdeling for fysio/ ergoterapi, eller sendast til Eining for aktivitet og re/habilitering v/varmtvassbasseng.

Merk henvending med ditt telefonnummer.

Fysioterapeut tar kontakt for avtale. Ved behov lagar fysioterapeut treningsprogram. Vidare må ein bestille time og trene på eigenhand. Det er mogleg å ta kontakt med fysioterapeut undervegs.

Telefonnummer til basseng: 534 96708

Kostnad:

Pris for alle over 18 år er	Kr
Det vert sendt ut faktura.	100,-

Åpningstider for terapibading er :

Tysdag – torsdag:frå kl 09.00 – 13.00

Fredag: fredag frå: kl 09.00 – 11.30.

Siste onsdag i månaden er det stengt.

I perioden midten av juni til midten august er bassenget stengt for alle.

Offentleg bading:

Varmtvassbassenget er ope for alle innbyggjarane i kommunen fredag og laurdag kl 16.00 til kl 19.00 (unnataket er heilagdagane og når det er sommarstengt).

Ved offentlig bading er det badevaktar med livredningskurs til stades.

Det er ulik stenging av bassenget for offentlig bading og for andre leigetakarar.

Offentleg bading stenger vanlegvis 1 mai. I perioden midten av juni til i midten august er bassenget stengt for alle.

Kostnad:

Brukarar av varmtvassbasseng med rekvisisjon frå lege.	Kr 100.-
Offentlig bading vaksne	Kr 100,-
Offentlig bading born	Kr 50,-
Offentlig bading familiar (maks 2 vaksne og 2 barn eller 1 vaksen og 3 barn) Utover 4 betaler ein for den einskilde.	Kr 200,-

Du kan betala med kort eller kontant.

Utleige kalender finn du på Stord kommune si heimeside.

Hygienereglar for basseng er oppslått i garderoben.

Maks 25 personar i bassenget kvar time.

Utleige av bassenget

Timepris for leige av varmtvassbassenget er:

kr. 540,- i vekedagar kr.

640,- laurdagar

Ynskjer du å leiga time, ta kontakt sekretær på **telefon 534 96 67 05**

Kalenderen til bassenget finn du på heimesida til Stord kommune. Du må bruka

Google chrome som nettlesar for å sjå kalenderen.

Hjelpemiddel frå kommunalt lager:

Stord kommune kan låna ut tekniske hjelpemiddel til brukarar som har behov for det i akutte situasjonar eller for kortare tidsrom. Det er enkle hjelpemidlar som rullestol, toalettstol/dusjstol, rollator, støttestand, toalettforhøgar som kan lånast ut. Dersom du har behov for hjelpemiddel kontaktar du Tildelingskontoret i kommunen, dei formidlar vidare behov til kommunalt hjelpemiddellager. Eit rekvirert hjelpemiddel kan hentast påfølgjande verkedag på Stord kommunale rehabiliteringssenter i eit rom merka «utleveringsrom for hjelpemidlar» i 1. etasje ved sida av treningshall. Utlån av hjelpemiddel har varigheit på 3 mnd med moglegheit for forlenging ved behov.

Samstundes som ein mottek hjelpemiddelet, får ein eit følgeskriv som seier kven ein kan kontakta dersom ein treng hjelp vidare.

Dersom ein treng mindre hjelpemidlar, som strømpepåtrekkar, gripetang, krykker og forhøgingsklossar til seng/stol, må det kjøpast på helsebutikk.

Ved behov for kommunale hjelpemiddel, ta kontakt med Tildelingskontoret i Stord kommune telefon 534 96600.

Eigenbetaling:

Det er vedteke at det skal startast opp eigenbetaling for utlån av kommunale hjelpemidlar. Dette vert satt i verk frå 1 september 2017.

Eigenandel for ein leigeperiode uavhengig av antal hjelpemidlar	Kr 400,-
---	-----------------

Utlånsperiode. Utlånsperiode på 3 mnd.	
--	--

NAV-hjelpemiddelsentral

Personar som har eit varig behov for hjelpemiddel, kan få hjelpemiddel gjennom folketrygda. Dei heimebaserte tenestene, fysio- og ergoterapitenesta, kommunaleinstitusjonar og bustadar kan bistå i søknadsprosessen. Det er NAV Hjelpemiddelsentral i Hordaland som forvaltar hjelpemiddel som tilhøyrrer folketrygda.

Hjelpemidlane blir leverte til felles utleveringsstad, i Stord kommunale rehabiliteringssenter. Brukar vil få melding om at hjelpemiddel er kome. Etter avtale kan hjelpemiddel hentast eller leverast til brukar.

Denne tenesta er lovheimla i Lov om folketrygd, §10.

Lån av hjelpemiddel gjennom NAV er gratis.

Servicetenesta

Servicetenesta har ansvar for drift og logistikk kring hjelpemiddel. Dei monterer, demonter og utfører enkle reperasjonar av hjelpemiddel.

Eigenbetaling:

Servicetenester pr time	Kr 300,-
Tak på servicetenester over 2 timar	Kr 600,-
Transport av hjelpemiddel	Kr 300,-

Me vil ikkje ta eigenandel for utkjøring av dei største og mest kompliserte hjelpemiddel der me ikkje kan forvente at ein kan flytte sjølv. Det er også gratis å få montert utstyr ein søker om til Nav, som til dømes støttestenger, tekniske anlegg som hørselshjelpemidlar osv.

Logoped

Logoped Reidun Aarskog privat logoped, har mønsteravtale med Nav (Helfo) og vert rekvirert via lege, sjukehus , andre.

Område: Afasi, slag, stemmevanskar, parkinson, stamming, språk (lyd) vanskar, dysfagi. Arbeider mest i forhold til vaksne.

Logoped behandlar både individuelt og i grupper og samarbeider med andre fagpersonar i kommunen.

Logoped kan hjelpe til med utprøving av stemmeforsterkar, rettleie i forhold til SpeechEasy (SpeechEasy er ein liten innretning med same form som eit høyreapparat som kan hjelpe personar som stammar med å få betra taleflyt) eller ha kurs i korleis førebygge stemmevanskar.

For kontakt:

Tlf 97798847

EPOST: reidun.aarskog@logopednet.no

Besøksadresse: Rehabiliteringssenteret, Lønningsåsen 9b. 5417 Stord

Du er velkommen til å ta kontakt.