

HVORDAN GÅR DU FREM ?

Ta direkte kontakt med vårt inntakskontor på telefon: 69172600 / 69172602 eller på mail: inntak@bakke-o.no

Vi behandler din forespørsel raskt og har kort ventetid.

Transport til og fra institusjonen dekkes av deg, men vi er behjelpelig med transport fra tog/buss stasjon.

Egenandelskort nr.2 gjelder ikke ved denne typen opphold.

MER INFORMASJON?

- Se gjerne på vår hjemmeside : www.bakke-rehabilitering.no for mer informasjon
- Postadresse: Bakke, 1765 Halden
- Er du noe du ikke finner svar på ønsker vi at du kontakter oss på tlf. 69 17 26 00 eller på e-post: bakke@bakke-o.no .



Senter for Mestring og Rehabilitering AS



REHABILITERING ETTER
ORTOPEDISKE INNGREP
FOR DEG SOM ER
SELVBETALENDE





MÅLGRUPPE

Vi har rehabiliteringstilbud til deg som er blitt operert. Vi kan tilby et trygt og profesjonelt miljø for deg som ikke ønsker å reise rett hjem etter operasjon.

Vi har lang erfaring, bred rehabiliteringskompetanse og dokumentert resultat for våre pasientgrupper. Bakke SMR – en rehabiliteringsinstitusjon i spesialisthelsetjenesten.

Helhetlig rehabilitering

Trygghet

Rekreasjon

INNHold OG ORGANISERING

Ved ankomst gjennomføres en individuell kartleggingssamtale med fokus på status, behov, ønsker og mål for oppholdet.

Under oppholdet blir du fulgt opp av fysioterapeut. Du får individuell veiledning i trening og du får en timeplan basert på dine ønsker og mål for oppholdet.

Du får mulighet til å delta på ulike gruppeaktiviteter og på undervisning relatert til helse og livsstil samt spesifikk undervisning for ortopedisk nyopererte.

Sykepleiefaglig tiltak og oppfølging av ortoped eller spesialist i anesthesiologi gis ut ifra den enkeltes behov.

Vi har døgnkontinuerlig helsepersonell

OPPDAG DINE MULIGHETER

Vi setter fokus på å bedre ditt funksjonsnivå og bidra til at du blir selvhjulpen i din hverdag. Sammen med deg vil vi jobbe for at du skal komme i best mulig fysisk og psykisk form. Vi vil fokusere på dine mål og muligheter fremfor begrensninger.



Bakke ligger idyllisk til like ved Iddefjorden, 15 km sør for Halden i Østfold. Rundt Bakke finnes praktfullt turterreng og en stor deilig hage.



VARIERTE AKTIVITETER UTE OG INNE

- Trenings-terapi og funksjons-fremmende trening tilpasset ditt nivå.
- Avspenning
- Tai chi
- Benketrening
- Fellestrim til musikk
- Basseng
- Tur



KOST

Kostholdet er en viktig del av den helhetlige rehabiliteringen. Kjøkkenet har en variert meny. Maten er næringsrik og godt tilberedt, slik at den dekker de fleste behov. Vi serverer 4 måltider daglig.

Vi tilbereder dietter og spesialkost som er medisinsk begrunnet

Kostholdsveiledning gis ut fra individuelle behov og til grupper.