

HVORDAN GÅ FREM HVIS DU ØNSKER ET OPPHOLD HOS OSS?

Ta direkte kontakt med vårt inntakskontor på telefon:
69172600 / 69172602 eller på mail:

inntak@bakke-o.no

- For å gi deg et best mulig opphold trenger vi medisinske opplysninger og informasjon om funksjon og evt. hjelpemidler. Vi sender deg et svarskjema som fylles ut og returneres Bakke.
- Vårt inntaksteam vurderer opplysningene og gir deg rask tilbakemelding.

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



HELSE OG AKTIVITET
FOR DEG SOM ER SELVBETALENDE





Bakke SMR – en rehabiliteringsinstitusjon i spesialisthelsetjenesten

- tilbyr spesialisert rehabilitering
- har individuelt tilpasset tilbud
- har bred rehabiliteringskompetanse

MÅLGRUPPE

Vi har tilbud om selvbetalende rehabiliteringsopphold. Dette tilbudet gis til voksne i ulike livs og sykdomsfaser. Det kan være aktuelt for å rehabilitere etter sykdom eller inngrep som har ført til tap av funksjon, eller det kan være nyttig for og forebygge og ivareta egen helse. Vi regner med at du som vil benytte deg av dette er selvhjulpen i daglige aktiviteter som forflytning og personlig hygiene.

Døgnpris er 1178 kr. Egenandelskort nr.2 gjelder ikke ved denne typen opphold. Transport til og fra institusjonen dekkes av pasienten, men vi er behjelpelig med transport fra tog/buss stasjon.

INNHOOLD OG ORGANISERING

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

Under oppholdet får du medisinsk oppfølging ved behov, vi har helsepersonell døgntkontinuerlig.

Du får individuell veiledning i trening og oppfølging fra individuell fysioterapeut. Du får mulighet til å delta på ulike gruppe-aktiviteter og på undervisning relatert til helse og livsstil.

OPPDAG DINE MULIGHETER

Vi ønsker å bidra til at du skal kunne mestre det som er viktige for deg. Sammen med deg vil vi jobbe for at du skal komme i best mulig form psykisk og fysisk, få økt motivasjon og livsglede. 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 individuell behandling
- Funksjonsfremmende trening tilpasset ditt nivå
- Stavgang
- Turaktivitet etter årstid
- Avspenning
- Tai chi
- Benketrening
- Fellestrim til musikk
- Basseng



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 (beskrives i søknad) Kostholdsveiledning gis ut fra individuelle behov og til grupper.

