

## HVORDAN SØKE PLASS?

Ved henvisning direkte fra sykehus, som har avtale med Helse Sør-Øst, sendes henvisning direkte til Bakke SMR.

Ved henvisning fra fastlege /allmennlege / manuell terapeut/kiropraktor eller legespesialist/avtalespesialist sendes søknaden om rehabiliteringsopphold på Bakke til:

Regional Koordinerende Enhet (RKE) Postboks 174, 1451 Nesoddtangen Tlf: 80030061, e-post: [rke@sunnaas.no](mailto:rke@sunnaas.no), [www.rehabinfo.no](http://www.rehabinfo.no)

Selvbetalende opphold:

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

## MER INFORMASJON?

- Se gjerne på vår hjemmeside : [www.bakke-rehabilitering.no](http://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](mailto:bakke@bakke-o.no) .



Senter for mestring og rehabilitering AS



VI HAR ET SPESIALISERT REHABILITERINGSTILBUD FOR PASIENTER MED;

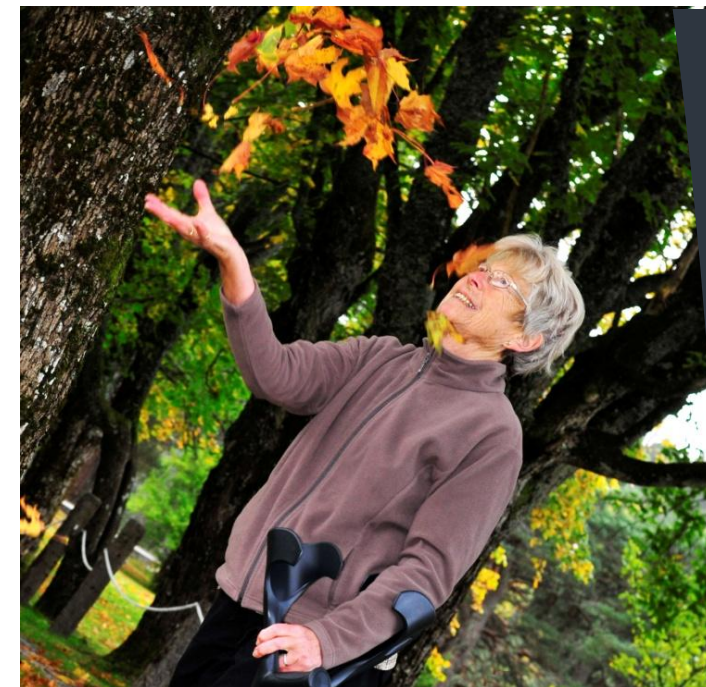
- Benamputasjon
- Hjerneslag
- Ortopediske lidelser
- Artrose
- Følgetilstander etter operasjoner
- Sammensatte lidelser
- Behov for Arbeidsrettet rehabilitering
- Selvbetalende pasienter



Vi ønsker å bedre pasientens funksjonsnivå og bidra til selvhjulpenhet i hverdagen.

Vi vil fokusere på mål og muligheter fremfor begrensninger.

Vi tilbyr individuelt tilpasset trening, behandling og veiledning.



## EN REHABILITERINGSINSTITUSJON I SPESIALISTHELSETJENESTEN

- Vi tilbyr spesialisert rehabilitering
- Har individuelt tilpasset tilbud
- Har bred rehabiliteringskompetanse



## INNHOOLD OG ORGANISERING

Ved ankomst gjennomføres individuell kartlegging av status, behov, ønsker og mål for oppholdet. Varigheten av oppholdet varierer med pasientens diagnose, funksjonsnivå og målsetting.

Under oppholdet blir pasienten fulgt opp av sitt tverrfaglige team. Medisinskfaglige tiltak og oppfølging av lege iverksettes individuelt. Pasienten får en individuell timeplan med aktiviteter og behandling etter behov.

Vi tilbyr lærings- og mestingsaktiviteter med mulighet til å delta på ulike grupper og på undervisning relatert til helse og livsstil. Vi har også prosessgrupper, samtalegrupper og spesifikk undervisning tilpasset de ulike pasientgruppene.



**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 funksjonsfremmende trening tilpasset pasientens 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.