

«Den enkle gleden ved å få være ute og i fysisk aktivitet – det blir min overlevelsestaktikk»



Opphold med fokus på friluftsliv for unge voksne og voksne

11.—22. mars 2024

Målgruppe:

Unge voksne og voksne med nedsatt funksjon - både medfødt og ervervet. Tilbudet er landsdekkende.

Mål:

Økt kunnskap, erfaring og gode opplevelser med friluftsliv. Fremme fysisk, psykisk, sosial og kognitiv funksjon. Legge til rette for mestringsopplevelser som kan påvirke selvtillit, motivasjon og deltakelse hjemme.

Søknad:

Søknad sendes til din regionale vurderingsenhet for rehabilitering.

Søknadsskjema kan lastes ned fra våre nettsider www.vhss.no

Kostnader:

Egenandel i henhold til gjeldene satser.

Ledsager:

Hvis du har stort hjelpebehov bør du ha med ledsager
Ledsager kan få dekket reise og opphold, men ikke tapt arbeidsfortjeneste.



Litt om innholdet i oppholdet:

Oppholdet tar utgangspunkt i den enkelte pasients livssituasjon og mål. Ut fra dette legges det til rette for varierte aktiviteter i naturområder med ulike kvaliteter.

Aktuelle aktiviteter:

- Ski/skipigging, truger, bakkeaktivitet, hundekjøring, isfiske, matlaging på bål og primus, snøforming, orientering etc.
- Kortere og lengre dagsturer i nærområdet
- Overnattingstur med mulighet for å ligge i telt, lavvo, hytte, snøhule eller under åpen himmel
- Undervisning relatert til friluftaktiviteter
- Refleksjon rundt bruk av friluftaktiviteter i rehabilitering

Har du spørsmål?

Ta kontakt på tlf: 75602100 eller e-post: post@vhss.no

For mer informasjon:

www.vhss.no

www.facebook.com/valnesfjordhelsesportssenter

