

Uderehabilitering 2018

Fokus på vidensgrundlag

Mandag den 3. september. 2018, kl: 9.00-16.00 på Vejle fjord,
Sanatorievej 27b, 7140 Stouby

Som behandler, træner og vejleder er det næppe nok at gå udenfor for at få frisk luft i ansigtet og røde kinder. Vi ønsker med dette års seminar at se nærmere på hvilke elementer af Uderehabilitering, der har virkning - og til hvad. Ambitionen er at kvalificere og målrette indsatser til de grupper, vi arbejder med.

Dagen giver et kig ned i den store "Uderehabiliterings-værktøjskasse", og grundlaget for at bruge værktøjerne relevant og præcist. På seminaret formidles ideer og vidensgrundlag, hvad enten formålet med uderehabilitering er; fysisk træning, kognitiv rehabilitering, mental helse, læring eller mestring.

Seminaret vil også denne gang være en blanding af foredrag inde, og præsentation og workshops ude.

Program og info på www.marselisborgcentret.dk, www.handivid.dk, <https://vejle fjord.dk/> og <http://www.rehabiliteringsforum.dk/>

Tilmelding; <http://www.marselisborgcentret.dk/Det-sker/2018/uderehabilitering-vejle fjord-2018/>

Husk tøj, så du kan være udendørs til workshop, frokost og kaffe!



09.00 - 09.30 Registrering - Kaffe/the og brød

9.30-10.45 **Plenum**

09.30 - 09.40 **Velkommen** v/ Jan Johansen, MarselisborgCentret

09.40 - 10.10 **Natur-miljøer som ramme og medspiller i rehabiliteringen.** v/Dorthe Varning Poulsen, Fysioterapeut, MSc., Ph.d , Adjunkt, IGN, Københavns Universitet

Når vi beslutter at bruge natur-miljøer som både ramme for, og medspiller i rehabilitering, skal vi træffe bevidste og argumenterede valg for de 'natur-rum', vi bruger. Omgivelserne skal passe til målgruppens ressourcer, behov og de aktiviteter, vi vælger. Oplægget sætter fokus på forskningen om forskellige naturmiljøers påvirkning af os, og hvordan vi kan omsætte det til praksis.

10.15 - 10.45 **Videreførelse af udeaktiviteter efter endt rehabiliteringsophold - patienternes oplevelser.** v/ Lisbeth Dueholm, Valnesfjord

Valnesfjord Helsesportssenter (VHSS) tilbyder specialiseret re-/habilitering til børn, unge og voksne i Norge. Det ligger placeret ved Sjunkehatten Nationalpark i Nord-Norge. Her har man adgang til stier, elve, fjelde samt søer og udeaktiviteter indgår som en central del af re-/habiliteringen. Befolkningstætheden i Nord-Norge er lille. Der kan for mange være langt til træningstilbud, men naturen er tilgængelig for de fleste og kan derved fungere som arena for fysisk udfoldelse efter et rehabiliteringsophold. Ved VHSS taler vi med patienterne efter udskrivelsen for at undersøge hvilke faktorer de oplever påvirker videreførelsen af udeaktiviteter efter endt rehabiliteringsophold. Med oplægget ønsker vi at dele patienternes oplevelser og invitere til dialog om hvordan den viden kan anvendes i praksis.

10.45-11.00 **Pause**

11.00-12.00 **Workshops - 1. runde, foregår udendørs**

Tilmelding til workshop foregår sammen med registrering den 3. sep.

- 1. Hvordan flytter vi naturens rehabiliteringsmuligheder - eller opretter nye?** v/ Janni Sleimann, ledende terapeut og Helena Aagaard, afdelingsterapeut, Klinik for Rygmarvsskader

Klinik for Rygmarvsskade ligger i en lille by i strandkanten omgivet af skov og åbent land. I dag er uderehabilitering en naturlig og integreret del af den højt specialiserede rehabilitering her. I 2021 skal klinikken flytte ind i Neurorehabiliteringshuset, et nyt byggeri ved Rigshospitalet Glostrup. Flytningen til Københavns vestegn skaber helt nye forudsætninger for, hvordan miljø, natur og rehabilitering kan spille sammen. Ved workshoppen præsenterer vi problemstillingen, og inviterer deltagerne til dialog om, hvordan vi på bedste måde kan udnytte de nye rammer og muligheder til gavn for rygmarvsskadede patienter.
- 2. Rehabilitering i Naturen - gruppeforløb i Vejles natur** v/ Line Olesen og Jesper Hansen begge socialpædagoger

Ved bålet taler vi sammen om erfaringer med at bruge naturen i socialpsykiatrien. Vores erfaringer spænder fra det basale friluftsliv på gåturen og ved bålet, til det avancerede som træklating og kanosejads. I Vejle tilbyder vi borgere socialpædagogisk støtte i naturen. Workshoppen præsenterer erfaringer med et gruppeforløb, der tager udgangspunkt i hver enkelt deltagers handleplan om angsthåndtering, struktur og udvikling af sociale færdigheder og relationer. Forløbet tilrettelægges ud fra vores erfaringer med natur- og friluftsliv, men bygger samtidig på forskningsbaseret viden. I workshoppen præsenterer vidensgrundlaget for vores arbejde og ønsker at invitere til dialog om vekselvirkningen mellem erfaringsbaseret viden og forskningsbaseret viden.
- 3. Oplevelser og venskaber i naturen, Skjoldungeklubben** v/Tine Soulié, Handicapidrættens Videnscenter

Workshoppen præsenterer pilot- og udviklingsprojektet Skjoldungeklubben. Klubben er for børn med forskellige former for psykosociale og/eller fysiske vanskeligheder, deres familier og venner. Oplægget vil blandt andet kommet ind på baggrunden for projektets etablering, indsatsen med at rekruttere familier og tiltag til at klæde de frivillige på til opgaven. Specialpædagogiske -og didaktiske metoder, der anvendes i klubbens aktiviteter, vil også blive præsenteret. Pilot- og udviklingsprojekt Skjoldungeklubben er iværksat af Red Barnet i samarbejde med Handicapidrættens Videnscenter og Lejre Kommune, sponsoreret af Kavli Fondet.
- 4. Haveterapi ved Vejle fjord.** v/ Ergoterapeut og fysioterapeut ved Vejle fjord Rehabilitering

Ergoterapeut og fysioterapeut deler erfaringer fra Havehold ved Vejle fjord Rehabilitering. Herunder idé og formål, struktur og organisering. Bl.a. årets gang, motivation og oplevelses- og erfaringsdannelse som terapeutisk metode.

5. **Naturen som træningsrum for alle**, v/ Tine Munk Ramsgaard, Pernille Aurelius og Lisa Rønne, alle fra Ortopædisk Genoptræningscenter, MarselisborgCentret

På Ortopædisk GenoptræningsCenter i Aarhus Kommune har vi genoptrænet borgere i skoven i 10 år. Hvorfor træner vi i naturen? Hvordan arbejder vi med sanserne? Hvorfor synes vi, at borgerne selv skal reflektere over deres hverdag og træning? Kom og prøv hvordan vi inddrager det fælles naturlige rum til genoptræning. Vi lægger stor vægt på borgernes egne refleksioner og ansvar i træningen ☺

12.00–13.00

Frokost

Frokosten serveres inde, men med mulighed for at tage den med udendørs stående – der er så smukt.

13.15–14.15

Workshops – 2. runde, foregår udendørs

Tilmelding til workshop foregår sammen med registrering den 3. sep.

6. **Team Tvilling – at løbe sammen** v/ Anne-Merete Kissow, Handicapidrættens Videnscenter

Hvad sker der, når et menneske, der ikke kan bevæge sig ved egen kraft, deltager i løbefællesskaber sammen med en løber, der sørger for fremdriften? Hvad er bevægelse, når man ikke selv kan mobilisere kroppen? Hvordan opleves det at være aktiv ude, når man ellers mest opholder sig indendørs? Det er nogle af de spørgsmål, denne workshop undrer sig over. Udgangspunktet er et pilotprojekt omkring aktiviteterne i foreningen Team Tvilling. I denne forening deltager mennesker med svære fysiske funktionsnedsættelser i løbetræning og –konkurrencer sammen med løbere, der skubber dem fremad i en løbebevogn.

7. **Uderehabilitering og teknologi / O-O-QR løb i Skoven** v/ Kristoffer H Koch, Fysioterapeut Vejle fjord Rehabilitering

Orienterings- og opgave- og oplevelses bane med smartphone og QR koder rundt i skov og park ved Vejle fjord Rehabilitering. Natur og teknologi i samspil.

8. **Racerunner – motion, konkurrence og deltagelse** v/ Connie Hansen, ergoterapeut, idrætsleder og udvikler af racerunner

De mest handicappede børn og unge har svært ved at skaffe sig de samme sanseindtryk og bevægelseserfaringer som andre børn. Udstyr lig en RaceRunner forener så mange oplevelser og erfaringer, der tilsammen kan løfte barnets intelligens og tilgang til livet på den mest fantastiske måde. Vi prøver på egen krop en RaceRunner og får nogle smagsprøver på aktiviteter, vi snakker om hvordan lagene af oplevelser og erfaringer ændre og styrker barnet. Mærk verden på en RaceRunner og med alle sanser, fordi det er vigtigt for din fremtid! RaceRunning er fra 1. januar 2018 anerkendt som en World Para Athletics disciplin.

9. **Naturen som rehabiliterende miljø** v/ Lea Neuberg, Fysioterapeut UCSyd og Anne Kirstine Fangel, UCSyd

Naturen har en bred vifte af sundhedsskabende effekter, der fremmer rehabilitering – også på det sociale område. Der har længe været arbejdet eksperimenterende med naturens sundhedspotentiale. Evidensen giver nu mulighed for videreudvikling af tiltagene. Vi vil denne dag dele nyeste forskning om naturens påvirkning af mennesket målt på biomakører, gennem fysiske aktiviteter. Vi udbyder på UC-syd et modul i sundhed i naturen, hvor vi arbejder både teoretisk og praktisk med naturen. Se mere her: <https://www.ucsyd.dk/moduler/sundhed>

10. **Stress og PTSD** v/Dorthe Varning Poulsen, Fysioterapeut, MSc., Ph.d , Adjunkt, IGN, Københavns Universitet

Mange sygdomstilstande kan give borgeren en oplevelse af fysisk eller mentalt stress. Ved at bruge naturen bevidst, kan vi udnytte dens stressreducerende effekt. I workshoppen jeg give eksempler på, hvordan vi kan arbejde med kropsbevidstheden til forskellige målgrupper gennem naturoplevelser. Herefter diskuterer vores erfaringer perspektiver for at bruge naturen målrettet i forhold til stresstilstande.

14.15–14.50

Pause og bålcaffe

Foregår udendørs ☺

14.45-16.00

Plenum

14.50-15.20

Natur, bevægelse og meningsdannelse v/ Annette Bischoff, Instituttleder, Høgskolen i Sørøst Norge, Bø

Naturen brukes rehabiliterende i flere og flere sammenhenger. Innlegget gir perspektiver på sammenhengene mellom menneske, natur, bevægelse og meningsdannelse. Fra hverdagsnatur til vill natur. Fra stille nærvær til krevende fysisk aktivitet. Fra opplevelse til kroppsliggjøring og meningsskapning. Hvordan kan vi arbeide pedagogisk og didaktisk for at skape endring gjennom bruk av naturen?

15.25-15.55

SPARK – rehabilitering i en ny kontekst

v/ Louise Sofia Madsen, Antropolog, Ph.d.-studerende, DEFACTUM, Region Midtjylland og Aarhus Universitet & Mikkel Svindt Gammelgaard, Cand.scient.techn i Sportsteknologi, Teknologi i praksis

Et nyt forskningsprosjekt undersøger muligheter, utfordringer og potentielle fordele forbundet ved at flytte rehabilitering udenfor og invitere lokalområdet ind som en naturlig del af de grønne omgivelser. Projektet er et led i etableringen af rehabiliteringsparken SPARK (Sundhed, Park, Aktiviteter, Rehabilitering og Klimatilpasning) ved MarselisborgCentret, Aarhus. SPARK er udover at være et grønt forsamlingshus for 1) borgere i rehabilitering, 2) professionelle og 3) lokalrådets borgere, også et testområde for velfærdsteknologier, der skal være samlingspunkter for sociale aktiviteter. Oplægget sætter fokus på baggrunden for at kombinere udendørs rehabilitering, sociale fællesskaber og ny velfærdsteknologi i en samlet løsning.

15.55-16.00

Afslutning, vejen videre og tak for i dag v/ Ole Mygind

Praktisk

Hvad kan man få ud af dagen?

Inspiration og ny viden om forskning og praksis. Mulighed for at netværke samt mulighed for at dele din viden og erfaringer med andre, der også er optaget af uderehabilitering.

Det er ambitionen med seminaret, at du med bittesmå justeringer kan tilpasse inspirationen og den nye viden "på tværs af fagområder" til din egen praksis.

Du får også mulighed for at afprøve og deltage i workshops, der afholdes af vidende, kloge og gode folk.

Målgruppe for seminaret

Fagfolk der arbejder med rehabilitering indenfor eller på tværs af socialområdet, det special-og socialpædagogiske felt med friluftsliv eller som naturvejleder samt indenfor sundhedsområdet.

Målet er at favne bredt, for at inspirere (og omsætte til egen praksis) så meget som muligt på tværs af fagligheder og sektorer.

Tid og sted

Mandag den **3. sep. 2018**, kl: 9.00-16.00 på Vejle fjord, Sanatorievej 27b, 7140 Stouby

Pris

Pris for deltagelse 900 kr. inkl. forplejning.

Yderligere information

Spørgsmål vedr. konferencen kan rettes til: Ole Mygind, MarselisborgCentret, 2133 7668, e-mail: Ole.mygind@stab.rm.dk

Tilmeldingsfrist

Tilmeldingsfrist **fredag den 17. august 2018**. Tilmelding [her](#)

Arrangører:

RehabiliteringsforumDanmark
Handicapidrættens videnscenter
MarselisborgCentret
Vejle fjord Rehabilitering