

Sjå fram



Nå er det skiglede som gjelder på Røros.



Vi oppfordrer alle om å legge røyken på is.

Inntaksplan for 2009

Inntaksplanen for 2009 er nå klar. Den gir rom for både oppfølgingsopphold, oppstart av tre nye voksen-grupper og en ny familie-gruppe.

Utfordringen har vært å forutse behovet for oppfølgingsopphold. Vi ser at det er stadig flere som av ulike årsaker velger å ikke benytte vårt tilbud om oppfølging. Dette har ført til at plasser står ledige.

Deltakere som startet opp i 2005 og 2006 vil nå få tilbud om oppfølgingsopphold sammen med deltakere som startet i 2007 og 2008. Det har vært svært nyttig å blande deltakere fra ulike grupper. Dette gir en ny dimensjon i erfaringsutvekslingene.

Alle deltakere med oppstart i 2007 og 2008 må bekrefte sin deltakelse senest **2 måneder før opphold.**

Deltakere med oppstart i 2005 og 2006 kan velge mellom opphold:

1, 4, 5, 9, 13, 15, 20

Skriftlig tilbakemelding om hvilke to oppfølgingsopphold som ønskes sendes T5 innen: **10. februar 2009.**

Inntaksplan 2009:

1. 05/01-16/01: Gr 0207
2. 19/01-16/02: Gr 0208
3. 18/02-18/03: Gr 0308
4. 20/03-03/04: Gr 0108
5. 06/04-20/04: Gr 0307
6. 22/04-06/05: Gr 0109
7. 08/05-10/05: FamilY 2008
9. 11/05-25/05: Gr 0208
10. 03/06-01/07: Gr 0308
11. 05/07-17/07: FamilY 2009
12. 22/07-19/08: Gr 0109
13. 21/08-04/09: Oppf. 05/06
14. 07/09-21/09: Gr 0209
15. 28/09-12/10: Gr 0308
16. 06/10-18/10: FamilY 2009
17. 21/10-04/11: Gr 0309
18. 06/11-08/11: FamilY 2008
19. 11/11-09/12: Gr 0109
20. 11/12-18/12: Oppf. 05/06

Årgang 1, nummer 2

Januar 2009

Dette skjer på Røros:

- 05/01-16/01
5. opphold
Gruppe 0207
- 19/01-16/02
3. opphold
Gruppe 0208
- 18/02-18/03
2. opphold
Gruppe 0308
- 09/03-13/03
Regional vei-
ledning for
lokale oppføl-
gingskontakter

I dette nummeret:

- | | |
|--|----------|
| Inntaksplan 2009 | 1 |
| Veiledning for lokale oppfølgingskontakter | 2 |
| Telefonoppfølging | 2 |
| Samlinger i Trondheim 2009 | 2 |

Er du miljøbevisst?

Vil du ha Sjå fram per e-post?

***Send oppdatert e-postadresse til:
oast@rorosrehab.no***

Øverhagaen 15
7374 Røros

Telefon: 72 40 95 00
Telefaks: 72 40 95 01
www.lhl.no/roros
E-post: resepsjon@rorosrehab.no

Mestring og livskvalitet



Natur- og kulturopplevelse kombinert med bevegelsesaktivitet er god medisin for både kropp og sjel. Her fra Hyttelva og smelthytta på Røros en kjølig desemberdag.

Vi anbefaler alle deltakere å
engasjere seg i

Overvektforeningen

www.overvektforeningen.no
post@overvektforeningen.no

Røros Rehabiliteringssenter er et spesialisert senter med 100 behandlingsplasser for hjerte- og lungesyke, sykkelig overvektige, kreft, ortopedi, sykemeldte og kreftsyke.

Vi har som mål å være et ledende rehabiliteringssenter på våre fagområder. Vi har et godt og stort tverrfaglig miljø med 70 ansatte og med topp moderne lokaler.

Veiledning av lokale oppfølgingskontakter

I forbindelse med vårt prosjekt for kompetanseoverføring til fagpersoner lokalt vil vi i uke 11 og uke 22 arrangere regionale veiledningssamlinger for oppfølgingskontakter. Samlingene i de ulike regionene blir som følger:

- 09.03 og 25.05: Ålesund
- 10.03 og 26.05: Kristiansund
- 11.03 og 27.05: Trondheim
- 12.03 og 28.05: Namsos
- 13.03 og 29.05: Levanger

Det er ønskelig at flest mulig er med på begge samlingene slik at vi får målt effekten av veiledningen vi gir. Vi er veldig spente på hvilke utfordringer dere møter i hverdagen så vi håper at mange vil møte oss. **Veiledningen vil vare mellom klokken 12.00 og 14.00 den aktuelle dagen.** Nærmere informasjon om møtested og innhold vil bli gitt etter påmelding.

Påmelding til:
veda@rorosrehab.no
innen 10. februar 2009

Av: veda@rorosrehab.no

Telefonoppfølgingen

Vi minner om vår **telefonetid tirsdager kl 10:00 – 15:00**. Det er også mulig å ta kontakt de øvrige ukedagene mellom kl 08:00 og 15:30, men da kan vi ikke garantere like god tilgjengelighet.

72 40 97 58 / 72 40 95 00.

Av: **krha@rorosrehab.no**

Deltakersamlinger i Trondheim 2009

Med positive erfaringer fra 2008 satser vi på å videreføre deltakersamlingene i Trondheim i 2009. Møtestedet er fortsatt Sponhuset ved Lade-stien kl 11-13 følgende torsdager:

05.03 / 04.06 / 03.09 / 26.11

Alle har ansvar for å ta med egen mat og drikke som kan nytes i det fri, og noe å sitte på. Vi tar gjerne imot ønsker om spesielle tema eller forslag til alternative turmål.

Vel møtt!

Påmelding til:
ktlo@rorosrehab.no