

«VI BYGGER LAGET»

PIA HASUND VAREBERG
TEAM PØLSA

SVEIN BRYNHILDSVOLL
ERGOTERAPEUT BHSS

MAJA MOSSING
IDRETTSPEDAGOG BHSS



Folkehelsekonferansen 2025



Verdien av LAGET



Beitostølen Helsesportsenter

Hvem er vi?



- Rehabiliteringsinstitusjon i spesialisthelsetjenesten
 - «Tilpasset fysisk aktivitet»
 - Aktivitet og deltakelse gjennom livsløpet
- Ytelsesavtaler
 - Helse Sør-Øst
 - Helse Vest
 - Helse Midt
- Gruppetilbud til alle aldere
 - Kostnadsfritt for bruker
 - Ca. 1000 brukere årlig
- Tverrfaglig

Overordnet mål



«Skape grunnlag for økt aktivitet og deltakelse i eget lokalmiljø»



Fra Beitostølen Helseportsenter til Team Pølsa



- Forespørsel fra NRK-regissør
- Bidra med vår kompetanse innen tilrettelegging for aktivitet og deltakelse
- Fem ansatte; Idrettspedagoger, fysioterapeuter & ergoterapeut
- TV - «En ukjent verden»

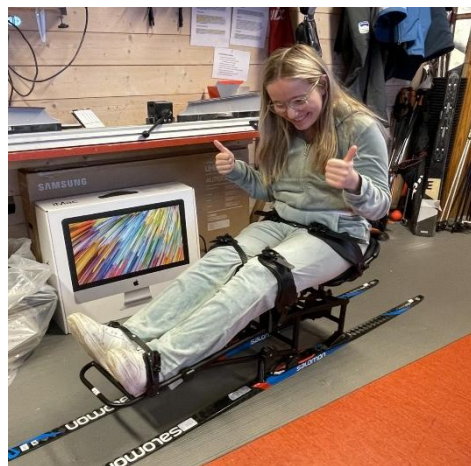
Hvordan bygge laget



- Faglig kompetanse:
 - Tilrettelegging, verktøy og hjelpemidler
 - Målrettet arbeid
- Tørre å utfordre - se muligheter i stedet for begrensninger
- Løfte frem styrker og ressursene i hver enkelt og i omgivelsene

Vi bygger laget

Tilrettelegging, verktøy og hjelpemidler



Vi bygger laget

Tilrettelegging, verktøy og hjelpemidler



- «Usynlig tilrettelegging»
- Viktigheten av trygghet, kommunikasjon og veiledning
 - Tegning
 - Fantorangen
 - Forberedelser
 - Eksponering

Vi bygger laget

Spisset fagkompetanse, bygge relasjoner
og mengdetrening



Vi bygger laget

Effekten av mestring



Vi bygger laget

Bygge på ressurser og styrker i hver enkelt



- «Alle bidrar med sine styrker» - Birgit Skarstein
- Rustet for nåtiden og fremtiden
- Mestringstro og selvtillit
- Lageffekten – spille hverandre gode

Vi bygger laget

Løfte frem og benytte ressursene i omgivelsene



- Kartlegge ressursene
 - Fysiske ressurser, menneskelige ressurser, tjenestetilbud samt organisasjoner og nettverk.
- Brukermedvirkning
- Styrke nettverk og sosiale relasjoner.
- Tilrettelegging i lokalmiljøet

Hva står VI igjen med?



- Økt motivasjon for inkludering
- Nye og viktige forbilder/rollemodeller
- Økt interesse blant fagpersoner, utdanning, organisasjoner og foreninger
- Påvirkning på mikro-, meso-, og makronivå

TAKK FOR OSS



PIA HASUND VAREBERG

SVEIN BRYNHILDSVOLL

MAJA MOSSING