



INFO - ARK

Værd at vide – før du ansøger

Alle centrets +Habiliteringsforløb indgår indtil videre i et forskningsprojekt, der har til formål at dokumentere effekten af træning med det webbaserede program MiTii - det træningsprogram, der anvendes i +Habiliteringsforløbene, og som tilpasses lige præcis dig.

Før du ansøger om et +Habiliteringsforløb på Helene Elsass Center skal du desuden være opmærksom på følgende:

Deltagelseskriterier:

- Diagnosen CP skal være stillet på hospital eller af læge
- Du skal være i alderen 8-17 år
- Du skal have gangfunktion
- Du skal en funktionsevne, der gør, at du kan samarbejde om træningen og det webbaserede træningsprogram MiTii
- Du må ikke have fået Botox-behandling de seneste 3 måneder inden påbegyndelse af +Habiliteringsforløbet
- Du må ikke have epilepsi

Forløbet – modulerne på centret:

- Vi foretager ikke en generel udredning af dig og din CP. De undersøgelser og tests, der foretages på 1. modul, retter sig mod en individuel tilpasning af træningsprogrammet MiTii til lige netop dig (samme undersøgelser og tests gentages på 3. og 5. modul mhp. at evaluere effekten af træningen).
- Det tilstræbes, at begge dine forældre deltager i +Habiliteringsforløbet og de moduler, der indebærer ophold og introduktion på centret mhp. fælles viden, forståelse og indsigt i forhold til sammenhængen mellem CP, MiTii og hjemmetræning.
- Som udgangspunkt deltager dine forældre ikke i de forskellige undersøgelser og tests på centret – det har vi de bedste erfaringer med (du skal ikke stikkes, og der er ingen undersøgelser, der gør ondt). Men hvis du føler dig meget utryk alene, så finder vi ud af det.

- Dine søskende er naturligvis også velkomne på modulerne på centret! Dog vil der som udgangspunkt ikke være særlige aktiviteter for søskende, bortset fra et enkelt oplæg om CP for børn på 1. modul.
- Moduler med ophold på centret tilrettelægges med udgangspunkt i, at du og din familie medbringer egen 'børnepasser' – evt. delvist - såfremt du (eller dine søskende) ikke kan være alene i op til et par timer ad gangen (gælder også enkelte aftener).

Træningsperioden (20 uger):

- Hjemmetræningen i +Habiliteringsforløbet indebærer træning med MiTii i op til 1 time dagligt, hvor dine forældre forudsættes at være tilstede og være dig behjælpelig.
- Hvis du har to hjem, fx fordi dine forældre er skilt, skal dine forældre overveje, hvorledes dette bedst muligt kan hænge sammen med hjemmetræningen. For dels skal træningen foregå dagligt, dels er det en forudsætning, at den pågældende forælder har fået den nødvendige viden og introduktion, som formidles på de to første moduler.
- Når du og din familie tager hjem igen fra 2. modul, får I en del træningsudstyr med hjem, som skal anvendes som led i træningen (stepbænk, vægte mv.). Det fylder en del, hvorfor det er hensigtsmæssigt, at I kører i bil med plads hertil.
- Da træningsprogrammet MiTii fungerer via internettet, er det også muligt eksempelvis at tage i sommerhus el. lign. i træningsperioden, når blot der er internetforbindelse. Blot er det vigtigt at være opmærksom på, at træningsudstyret fylder og vejer en del, hvorfor ikke alle feriemål er lige hensigtsmæssige i træningsperioden, hvis udstyret også skal medbringes.

I øvrigt:

- +Habiliteringsforløb afvikles i hold á 4 familier. Det vil sige, at du og din familie kommer på et hold sammen med 3 andre familier mhp. gensidig erfaringsudveksling på modulerne på centret samt undervejs i forløbet.
- Opholdsmodulerne indebærer, at du og din familie bor på centret sammen med de andre familier, som I er på hold med. Det gælder også, selvom I bor tæt ved centret, da det er en del af konceptet for +Habiliteringsforløbet.
- Hold sammensættes primært på baggrund af din og de andre børn/unges alder og funktionsniveau, bl.a. af hensyn til udbyttet af erfaringsudvekslingen undervejs.
- Det er gratis for dig og din familie at deltage i et +Habiliteringsforløb, fordi forløbet indgår i forskning.