



## CANs generelle treningstilbud:

Åpent basseng	kl. 08:00 mandag til fredag kl. 16:00 – 17:00 lørdag og søndag
Yoga på gulv	kl. 09:00 hver mandag
Yoga sittende	kl. 10:15 hver mandag
Pilates	kl. 09:00 hver onsdag
Balansetrening	kl. 10:30 mandag, onsdag, fredag
Trening med veiledning	kl. 10:30 tirsdag og torsdag
Fellestrim sittende	kl. 12:00 mandag til fredag
Fellestrim pluss for de sprekeste etter avtale med fysioterapeut	
Avspenning	kl. 14:00 tirsdager
Håndtrening i gruppe	kl. 14:00 hver mandag
Trimtur for de sprekeste	kl. 09:00 hver fredag
Treningsrommet er oppe 24/7	
Individuell trening med fysioterapeut og ergoterapeut	

Alt dette ved siden av sosiale og kulturelle aktiviteter inkludert korte og lange utflukter hver torsdag.

**Vi har ledsagertjeneste som møter deg på Gardermoen og følger deg helt frem til CAN i Altea og det samme når du skal hjem igjen!**

Besøksadresse:

Calle del Consell 2, 03590 Altea  
Telefon: 0034 966 881 930  
Mailadresse: cano@baerum.kommune.no



Bærum kommunes rehabiliteringssenter i Altea er et senter for **TRENING - REHABILITERING - MESTRING** der målsettingen er at brukerne etter endt opphold fortsatt skal kunne klare seg selv på en god måte.

**Som søker er du motivert for egen innsats i trening og aktivitet og ønsker å benytte deg av treningstilbudene på CAN for å:**

- oppnå en positiv helsemessig effekt
- vedlikeholde funksjoner
- styrke svekkede funksjoner eller gjenvinne tapte funksjoner
- er motivert for egen innsats og vil være med på å utarbeide mål for rehabiliteringen



## Kriterier for tildeling av rehabiliteringsopphold i Altea

- Søker er folkeregistrert og bosatt i Bærum kommune.
- Søker har ikke utestående restanse til kommunen.
- Søker har ikke helsemessige kontraindikasjoner for flyreise og opphold i Spania. Se skjema for legeerklæring.
- Søker skal ha tilstrekkelig funksjonsevne til å mestre flyreisen med assistanse og bistand fra CANs ledsagertjeneste.
- Søker skal kunne ivaretas med eksisterende / ordinær bemanning på CAN.
- Pårørende/familiemedlem som ønsker å delta på hele eller deler av oppholdet, skal være et pluss og ikke en nødvendighet.

## HVORDAN SØKE OM REHABILITERINGSOPPHOLD?

- Du finner mer informasjon på kommunens hjemmeside inkludert søknadsskjema, men du kan også henvende deg direkte til Tildelingskontoret:
- Telefon: 67 50 40 50  
Telefontid: 09:00 – 11:00 og 12:00 – 14:00 (mandag – fredag)

## Egenandel for oppholdet

Egenandelen dekker tilrettelagt trening, kost og losji. CAN har enerom med WC/bad og alle rom er tilrettelagt for personer med nedsatt fysisk funksjon.

Flybilletter: Pris er variabel avhengig av sesong.

Du er selv ansvarlig for gyldig reiseforsikring og Helfo kort

Tildelingskontoret fattet vedtak på egenbetaling etter følgende satser:

**SATS 1:** Kr 193,- pr døgn

**Søkere som har vedtak på helse- og omsorgstjenester fra kommunen i form av:**

- \* omsorgsbolig for eldre med omfattende hjelpebehov
- \* langtidsopphold i sykehjem
- \* rehabiliteringsopphold døgn eller dag på Lønnås.
- \* BPA (brukerstyrt personlig assistent)

**SATS 2:** 633,- pr døgn

Søkere som ikke er under sats 1 og som ønsker 6 ukers opphold

**SATS 3:** 844,- pr døgn

Søkere som ikke er under sats 1 og som ønsker 3 ukers opphold

