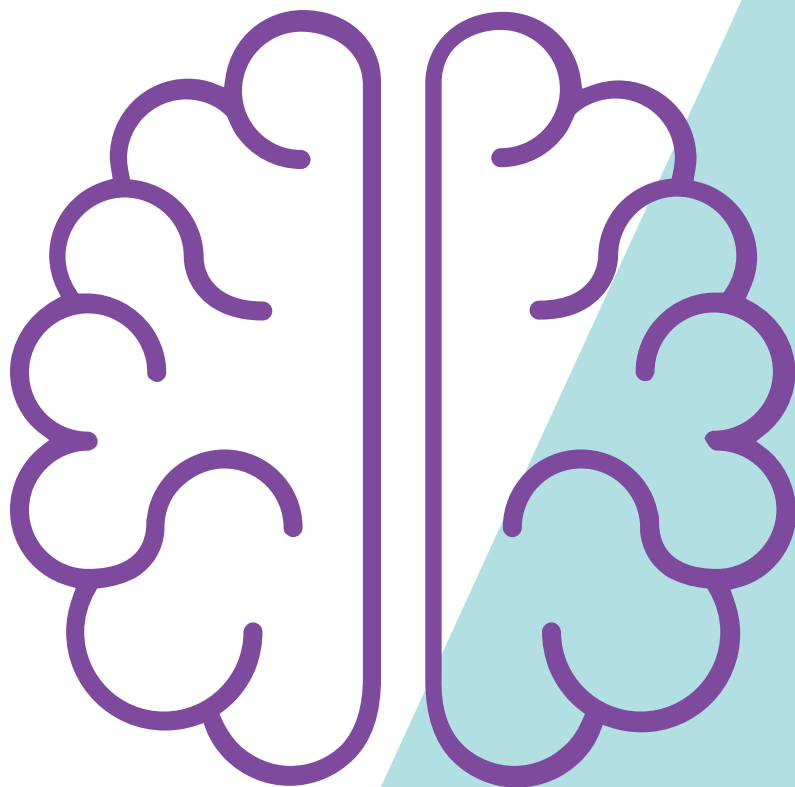


Multipel sclerose

med indsigt og udsigt



CSV VEJLE

Kommunikation & Teknologi
Pedersholms Allé 50
7100 Vejle
76 81 55 50

Hvad er multipel sclerose?

Multipel sclerose er en autoimmun sygdom, som nedbryder dele af nervecellerne. Det betyder, at nerverne ikke kan kommunikere ordentligt, og det viser sig i form af forskellige symptomer. Cirka 16.000 mennesker lever med diagnosen i Danmark, og hvert år diagnosticeres ca. 650 nye tilfælde. Størstedelen af de diagnosticerede er kvinder.

Der findes tre forskellige former for multipel sclerose. Attakvis, primær progressiv og sekundær progressiv sclerose. De tre former kan vise sig forskelligt hos den enkelte, men er alligevel kendetegnet ved nogle særlige mønstre i sygdomsforløbet.

<p>Fysiske følger</p> <ul style="list-style-type: none">• Føleforstyrrelser• Sansemæssig overstimulering• Kroniske smerter/smertejag• Lammelser og spasticitet• Muskelstivhed• Balanceproblemer• Nedsat muskelkraft• Synsforstyrrelser	<p>Følelsesmæssige følger</p> <ul style="list-style-type: none">• Energiforladthed• Modløshed/tristhed• Depression• Følelses og tankekaos• Uvirkelighedsfølelse• Tendens til at fare op• Sårbarhed
<p>Kognitive følger</p> <ul style="list-style-type: none">• Reduceret koncentrationsevne• Reduceret motivation• Reduceret overblik• Reduceret hukommelse• Træthed/fatigue• Nedsat arousal	<p>Søvnproblemer</p> <ul style="list-style-type: none">• Dårlig søvnkvalitet• Uimodståelig søvntrang

Et forløb tilpasset dig

Vores forløb er både gruppebaseret og individuelt tilrettelagt. Hvert hold består af 6-8 personer. Forløbet har en varighed på 12 undervisningsgange á 3 timers varighed. Der er indlagte pauser.

Visitation

Visitationen foregår på Kommunikation & Teknologi, CSV, og vil have en varighed på cirka 60 min.

Undervisning

Undervisningen har til formål at give indsigt, forståelse og forandring ved hjælp af mindfulness, kognitiv tilgang, energiforvaltning og opmærksomhed på de andre udfordringer du oplever.

Vores mål er at støtte dig og lette de udfordringer, der kan følge med sygdommen sclerose. Vores undervisning bygger på værdierne åbenhed, samspil, nysgerrighed, indsigt og håb.

Hvem kan benytte tilbuddet?

Rehabiliteringsforløbet er et tilbud for alle erhvervsaktive borgere, der er fyldt 20 år, og som har fået stillet diagnosen multipel sclerose. For at kunne deltage skal du være selvhjulpne.

- For at kunne deltage i forløbet skal der foreligge sclerose diagnose samt neurologisk udredning
- Du kan henvende dig direkte til Kommunikation & Teknologi, hvis du ønsker et forløb. Er du tilknyttet Jobcenter, skal deltagelse i forløbet ske i samarbejde med Jobcenter.
- Hvis du er borger fra en anden kommune end Vejle, er du velkommen til at kontakte os, men egen kommune skal henvise til tilbuddet.

Kontakt til Kommunikation & Teknologi

Mandag - torsdag kl. 8.30 - 15.00

Fredag kl. 8.30 - 14.00

Tlf.: 76 81 55 50

E-mail: kom@vejle.dk

Sted

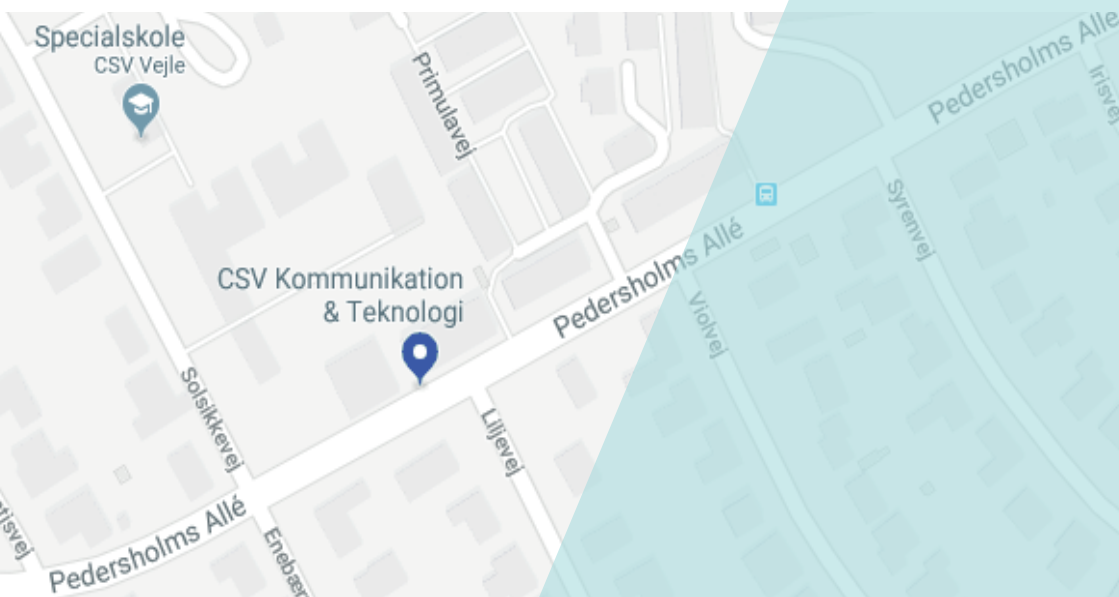
Pedersholms Allé 50, Vejle

Transport

Bus linje 7 holder lige ved adressen

Læs mere om CSV Vejle

www.csv.vejle.dk



Vejle
med bløde