



Referat medlemsmøte

Dato:	25.3.19
Antall medlemmer møtt:	23
Gjester:	6
Neste møte:	1.4.19 «Morbror Jakob fra Rasvåg» v/Arne Skage

I. Viktig info

Ingen fødselsdager siden sist

Rwanda info. om fremdrift 3. barne-hus og kylling farmen v/Ludvig Egeland:

Det går unna, grunnmuren er nå støpt på huset og kylling huset er ferdig

II. Tema/program

ME- utfordringer. Rehabilitering i Eiken

Vi 29 fremmøtte denne kvelden fikk et interessant innblikk i hva de driver på med av rehabilitering opp i Eiken.

Siden oppstarten i 1982 har Sørlandets rehabiliteringssenter, Eiken (SRE) gått utviklingen fra opptrenings- institusjon til å bli et rehabiliteringssenter på spesialisthelsetjenestenivå med avtale med Helse Sør-Øst og NAV.

Det er i dag 70 ansatte med kapasitet til 51 døgnplasser.

SRE ligger i Hægebostad kommune. Den drives på ideell basis. Alt av midler/overskudd går tilbake til senteret hvor det jobbes kontinuerlig arbeid med standardheving og tilrettelegging av eksisterende lokaler.



Daglig leder Reidun Meberg



De siste årene er der drevet omfattende utviklingsarbeid, og da spesielt utvikling av CFS/ME-tilbud i fra 2015. Betegnelsen kronisk utmattelsessyndrom (Chronic Fatigue Syndrome CFS) kom først i 1988. Studier i utlandet tyder på at CFS/ME rammer 0,2 – 0,4 % av befolkningen. Det utgjør 10.000 – 20.000 tilfeller i Norge.



Pasientene kan ikke trene seg bedre, men må lære mestringsteknikker som aktivitetsavpasning (balanse mellom hvile og aktivitet) og energiøkonomisering.

Diverse verktøy for å få det bedre i livet kan være nyttige. Det siste som er tatt i bruk er ACT, som er en aksept og engasjement terapi. ACT er ikke et behandlingsalternativ, men en bevissthet. Slutte å sloss mot negative følelser, fokus på dine verdier og å leve i nuet er stikkord i denne forbindelse.

Stine Vikøyr, prosjektkoordinator ACT

