



MALINGSBO TOLVSBO
REHABCENTER

Välkommen till Malingsbo Tolvsbo Rehabcenter!

*Vi erbjuder kvalitativ behandling
i en rogivande miljö.*

Välkommen att höra av dig
till oss för rådgivning, tidsbokning
eller om du bara vill veta mer
om vår verksamhet.

Telefonnummer
0240-351 51, 072-226 05 02

E-post
heldygnsvard@malingsborehabcenter.se

Alla våra kontaktuppgifter
hittar du på baksidan
av detta häfte.

Behandlingsprogram

- Beroenderehabilitering för personer i yrkeslivet
- Telefonrådgivning
- Utredning
- Heldygnsvård med primär och fördjupad behandling
- Gruppbehandling
- AA:s 12-stegsprogram
- Kognitiv beteendeterapi (KBT)
- Teoretisk undervisning och praktisk tillämpning
- Friskvårdande komponenter
- Anhörigstöd
- Elva månaders eftervård



Välkommen till Rehabcentret i Tolvsbo!

- Det lilla familjära behandlingshemmet i södra Dalarna för personer med beroendeproblem.

Malingsbo Tolvsbo Rehabcenter har med gott renommé bedrivit beroenderehabilitering sedan 2002. Våra målgrupper är personer i yrkeslivet, egna företagare, socialtjänsten och privatpersoner.

På Malingsbo Tolvsbo Rehabcenter betraktar vi beroende som en primär och kronisk sjukdom som påverkar hjärnans belöningssystem, minnet och tillhörande områden. Vi ser konsekvenserna och de dåliga valen som symptom på denna sjukdom.

Tolvsbo Bergsmansgård är beläget i det natursköna Söderbärke med närhet till skog och vatten. Vi strävar efter att skapa en harmonisk atmosfär där närheten till naturen bidrar till sinnesro.

I vår behandling arbetar vi i grupp och använder 12-steps-programmet för att hantera beroendesjukdomen och dess konsekvenser. Vi kompletterar detta med individuella KBT-inriktade samtal och erbjuder även konfidentiella samtal med präst.

Som en del av återhämtningsprocessen erbjuder vi dessutom friskvårdande aktiviteter som promenader, mindfulness, andningsövningar, meditation och energiövningar.

Vid frågor kontakta oss på nedanstående kontaktuppgifter. Alla våra kontaktuppgifter hittar du på baksidan av detta häfte.

Telefonnummer

0240-351 51, 072-226 05 02

E-post

heldygnsvard@malingsborehabcenter.se

Effektiva behandlingsmetoder med möjlighet till bättre hälsa och livskvalitet

Ett beroende av alkohol och narkotika är en kronisk sjukdom. Även om det inte finns ett botemedel för denna sjukdom, finns det idag effektiva behandlingsmetoder som kan hjälpa personen att återhämta sig och leva ett bättre liv.

Alkohol och droger, oavsett form, skadar kroppen. Detta gäller även vissa mediciner som, trots att de ordinerats av en läkare, inte alltid är lämpliga att använda. Med rätt vägledning och stöd finns dock möjligheter till bättre hälsa och livskvalitet.

Vad beror beroendesjukdom på?

Att ha en beroendesjukdom innebär att det är mycket svårt att sluta med en drog eller en process som kroppen har vant sig vid, och som kräver allt större doser för att uppnå den önskade effekten. Beroende kan även gälla spel, träning, socker och sex. Känslan är ofta att beroendet är utom kontroll och dominerar ens liv.

Beroendesjukdomar beror på en kronisk förändring i hjärnans belöningssystem, som normalt frisätter dopamin för att motivera oss till viktiga överlevnadsaktiviteter. Alkohol och droger lurar hjärnan att frisätta dopamin på konstgjord väg, vilket ger en berusande känsla många vill uppleva igen. Genetiska faktorer bidrar också till risken att utveckla beroende.

Livsviktigt att våga ta steget och söka hjälp

Att söka hjälp för beroende kan vara en tuff resa, präglad av ångest, oro och skam. Men det är viktigt att veta att dessa känslor är normala. Ju tidigare du får stöd, desto bättre. Ett besök på rehabcentret, gärna med en anhörig eller arbetsgivare, kan hjälpa dig att fatta beslut om eventuell behandling.

Förnekelse är en del av beroendesjukdomen och en mänsklig mekanism för att hantera en svår verklighet. Alkohol eller droger kan bli en tillfällig lösning, vilket ofta leder till en ond cirkel. Att erkänna beroendet och lära sig leva nykter och drogfri är en stark grund för ett rikt liv. En majoritet av de personer med beroendeproblematik behåller sin anställning. Att ta ansvar för beroendet är nyckeln till utveckling i livet.

Behandlingsprogram

Beroenderehabilitering för personer i yrkeslivet

Malingsbo Tolvsbo Rehabcenter erbjuder beroenderehabilitering för personer i yrkeslivet, egna företagare, socialtjänsten och privatpersoner. Oavsett målgrupp behöver beroendepersonen till stor del ta eget ansvar för sin rehabilitering, och tillgodogöra sig en relativt kort behandlingsperiod i primärbehandling.

Telefonrådgivning

Vi erbjuder telefonrådgivning - kostnadsfritt. Telefonnummer hittar du längst ned på nästa sida.

Utredning

Vi rekommenderar att boka ett studiebesök eller en intervju med den enskilde innan placering. Detta gör att vi kan bedöma den enskildes individuella behov innan vi rekommenderar en behandlingsåtgärd.

Studiebesök bokas enklast via telefon. Telefonnummer hittar du längst ned på nästa sida.

Vi erbjuder ADDIS och ASI för att planera behandling. Om våldsutsatthet upptäcks kan vi även erbjuda stöd genom FREDA.

Heldygnsvård med primär och fördjupad behandling

Behandlingen är upplagd så att personen vistas på Malingsbo Tolvsbo Rehabcenter under fem veckors primärbehandling, med möjlighet till förlängning i form av fördjupad behandling. Behandlingstiden kan således anpassas individuellt utifrån personens behov. Intag sker enligt plan och efter överenskommelse.

Gruppbehandling

I behandlingen arbetar vi i grupp med beroendesjukdomen och dess konsekvenser.

AA:s 12-stepsprogram

Beroendebehandlingen följer 12-stepsfilosofin. Vi guidar våra klienter genom AA:s 12-stepsprogram för att hjälpa dem att uppnå ett balanserat liv utan besatthet av alkohol eller droger. Detta förbättrar livskvaliteten för både klienter och deras anhöriga.



KBT-samtal

Befintliga klienter erbjuds stöd och hjälp genom KBT-samtal. KBT, eller kognitiv beteendeterapi, är en terapiform som fokuserar på att förändra tankemönster och beteenden för att förbättra psykiskt välmående. Detta stöd är en viktig del av behandlingen och rehabiliteringen för att kunna hantera beroendesjukdomen effektivt.

Teoretisk undervisning och praktisk tillämpning

Vårt behandlingsinnehåll handlar om att genom teoretisk undervisning och praktisk tillämpning skapa nya strategier för att uppnå och bibehålla en nykter livsstil över tid.

Friskvårdande komponenter

Utöver det mer traditionella förändringsarbetet med behandlingsinnehåll som fokuserar på tankar, känslor och beteenden, så finns även inslag av friskvårdande komponenter som promenader, mindfulness, andningsövningar, meditation och energioövningar.

Anhörigstöd

Vi erbjuder anhörigstöd enskilt eller i grupp.

Samarbetspartners

För klienter i Örebro-trakten har vi ett väl etablerat samarbete med Melin Addictions Rehab för öppenvård. Vi har många års erfarenhet av detta framgångsrika samarbete. Kontakta oss för mer information.

Elva månaders eftervård

Fortsatt behandling sker under elva månader och planeras individuellt. Här startar en ny process där klienten ofta blir medveten om att hans problem numera inte består i att avstå från alkohol och droger utan snarare bristande förmåga i att leva nykter och drogfri.

Våra kontaktuppgifter

Telefonnummer

0240-351 51, 072-226 05 02

E-post

helydgnsvard@malingsborehabcenter.se

Hemsida

www.malingsborehabcenter.se

Adress

Värdshusvägen 12, 777 93 Söderbärke

Så här fint är det hos oss







MALINGSBO TOLVSBO
REHABCENTER

Vi låter sinnesro & återhämtning ligga i fokus.

Våra kontaktuppgifter



Telefonnummer

0240-351 51 eller 072-226 05 02



E-post

heldygnsvard@malingsborehabcenter.se



Adress

Värdshusvägen 12, 777 93 Söderbärke



*Varmt välkommen
att kontakta oss!*

Skanna QR-koderna för att
komma till våra olika kanaler



Hemsida

www.malingsborehabcenter.se



Facebooksida

Malingsbo Tolvsbo Rehabcenter



Instagramkonto

Malingsbo Tolvsbo Rehabcenter



Messenger

Vi svarar när vi har möjlighet!