

Om Aleris Rehab Station

Aleris Rehab Station har över 35 års erfarenhet av rehabilitering av personer med betydande funktionsnedsättning. Vi fokuserar på diagnosgrupperna ryggmärgsskador, förvärvade hjärnskador, MS, Parkinson och andra neurologiska skador och sjukdomar samt ortopediska skador.

För mer information om våra kurser, program och litteratur samt hur du hittar till oss, hittar du på vår webbsida.

Aleris Rehab Station är kvalitetscertifierade enligt ISO 9001 och miljöcertifierade enligt ISO 14001.

Aleris Rehab Station

Frösundaviks allé 4
169 89 Solna

Telefon växel 08-555 44 000

www.aleris.se/rehabstation



Aleris Rehab Station

Veckovård

Information om upplägg vid veckovårdsrehabilitering



- Din läkare skickar remiss för planerad specialiserad neurologisk rehabilitering.
- Veckovård omfattar totalt två eller tre veckor (måndag – fredag). Aktiviteterna är förlagda mellan kl. 09.00 – 16.30. Du behöver delta i minst 4 aktiviteter per dag och det innefattar både individuell träning och gruppträning.
- Första dagen träffar du läkare och sjuksköterska för ett inskrivnings-samtal. Du kommer även att träffa rehabiliteringsteamet för kartläggning och bedömning, och därefter upprättas en rehabiliteringsplan med dina uppsatta mål.
- Under rehabiliteringsperioden kommer du att träffa ett multiprofessionellt team där fysioterapeut, arbetsterapeut, rehabinstruktör, kurator, psykolog och logoped kan ingå. På avdelningen har du även tillgång till sjuksköterska, undersköterska och läkare.
- Med utgångspunkt i dina mål och behov kommer ett träningsschema med olika aktiviteter att utformas. Ibland är det även frivilliga kvällsaktiviteter inplanerade.
- Under veckorna har du tillgång till ett eget rum med säng, toalett, TV, etc. Det ingår även frukost, lunch och middag. Mellanmål och kvällsmål finns också vid behov. Du tar själv med dig hygienartiklar, kläder, etc.
- Under helgerna bor du hemma och har då möjlighet att öva på de strategier som har tagits fram under rehabiliteringsaktiviteterna.
- Du har alltid ett utskrivningssamtal med läkare samma dag som du avslutar din veckovårdsperiod. Vid behov kan remisser för fortsatta uppföljningar att utfärdas.

Våra aktiviteter på Aleris Rehab Station

- | | |
|---------------------|------------------------|
| • Avslappning | • Balansträning |
| • Temagrupper | • Gångträning |
| • Balans musik | • Bålstabilitet |
| • Salsa | • Balansträning i barr |
| • Hjärn-gymna | • Badminton |
| • Workout | • Avancerad balans |
| • Kognitionsgrupp | • Funktionell styrka |
| • Rullstolsteknik | • Uthållighetsträning |
| • Trädgårdsgrupp | • Handgrupp |
| • Yoga | • Boxning |
| • Qi-gong | • Idrott |
| • Kognitiv strategi | |
| • Wiigrupp | |
| • Mattgrupp | |
| • Promenadgrupp | |
| • Rörlighetsgrupp | |
| • Stågrupp | |
| • Cirkelträning | |
| • Gym | |

Utifrån dina mål utformas ett schema där dessa aktiviteter kan ingå.

