

# RULLSTOLSSKOLA

Har du precis fått en manuell rullstol förskrivna, som en del av behandling inom hälso- och sjukvården. Kanske är det din första rullstol och du har inte hunnit använda den så mycket. För att bäst kunna använda den i olika sammanhang, hitta tryggheten med manövrering och träna enklare körteknik vill vi bjuda in dig till vår **Rehabakademi och Rullstolsskola**.

**Var:** Pjäshallen, Övre Kaserngården 8, Kviberg Göteborg

**När:** Tisdagar 16.00 – 17.45

**Kostnad:** Avgiftsfritt

**Vem:** För dig som fått en **aktiv/manuell rullstol** utskrivna och vill lära sig att använda den.

**Syfte:** Att ge dig som användare av rullstol möjlighet att träna hantering och prova på i autentiska miljöer. På så vis öka din självständighet med hjälp av rullstolen. Även om du missat tidigare pass kan du hoppa in under pågående termin. Du kommer ha nytta av dessa pass även om du inte kan/vill vara med på samtliga.

**Vi erbjuder:** **10 träningstillfällen** under **våren 2024** med start den **27 februari**.

Du kan påbörja din träning när som helst under hösten

## VÅRENS SCHEMA

27 februari	Upstart och presentation. Genomgång av stolen. Grundläggande rullteknik.
5 mars	Att backa
12 mars	Ha rullstolskontroll
19 mars	Lutningar, uppå, nedåt och sida
26 mars	Angripa kanter och lutning
<b>2 april</b>	<b>Stängt, Påsklovsvecka</b>
9 april	Ha balans
16 april	Utomhus om vädret tillåter
23 april	Mecka med sin rullstol?
<b>30 april</b>	<b>Stängt, Valborgsmässoafton</b>
7 maj	Vi besöker köpcenter, testar rullband och rulltrappa
14 maj	Avslutning, repetition, uppsamling och utvärdering

För mer information kontakta Idrottskonsulent **Dick Stenberg** på telefon **0760-22 79 92** eller via mail [dick.stenberg@parasport.se](mailto:dick.stenberg@parasport.se)  
Mer information om Västra Götalands Parasportförbund och Rehabakademin/IOP hittar du på: [www.parasportvg.se](http://www.parasportvg.se)