

RULLSTOLSSKOLA

Har du precis fått en manuell rullstol förskrivnen, 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** utskrivnen 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 Hösten 2026 med start den 22:e september.**

Du kan påbörja din träning när som helst under hösten. Hoppa in under pågående termin är Välkommet.

HÖSTENS SCHEMA

22 September	Uppstart och presentation. Genomgång av stolen. Grundläggande rullteknik.
29 September	Utomhus om vädret tillåter
6 Oktober	Ha rullstolskontroll, manövrera, köra baklänges
13 Oktober	Lutningar, uppåt, nedåt, sida och kanter
20 Oktober	Snabbt, sakta, bromsa, svänga och manövrering.
27 Oktober	Stängt p.g.a Höstlov
3 November	Dina frågor vad vill du träna? Mecka med rullstol, resa med rullstol?
10 November	Teknik, manövrering och kontroll
17 November	Saker i knät, köra med en hand?
24 November	Vi besöker köpcenter, testar rullband och rulltrappa
1 December	Avslutning

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

 **PARASPORT**
/VÄSTRA GÖTALAND

 **VÄSTRA
GÖTALANDSREGIONEN**