



Sommarsol

rehab & rekreation

Sommarsol i samarbete med Alla kan har härmed nöjet att inbjuda dig till:

Alla Kans Rullstolsutbildning

På utbildningen får du lära dig hur man som rullstolsanvändare får grunderna till ett aktivare liv. Rullstolen i fokus och möjligheterna som hör därtill. Under kursens tid kommer ni att få möjligheten att få insyn i hur det är att vara rullstolsanvändare genom att själv få sitta i rullstol under dagarna. Träningen kommer att bedrivas både teoretiskt och praktiskt både genom inomhus och utomhusutbildning. I denna träning kommer vi även att prova på att ta oss till olika mötesplatser genom att använda allmänna kommunikationer. Vi kommer även att mecka med rullstolen och göra enklare inställningar på stolen för att få uppleva det optimala sittandet.

Målgrupp: Kursen vänder sig till dig som är arbetsterapeut, sjukgymnast, lärare, tekniker, assistent samt övriga som i sin yrkesroll arbetar nära rullstolsanvändare. Kursen vänder sig även till de personer som använder rullstol i vardagen.

Bestäm själva när ni vill ha en utbildning så skraddarsyr vi för er. Minst 4 personer för att utbildningen ska kunna genomföras. Central utbildning kommer att ske 1-2 oktober.

Kostnad beroende på val (se sida 2 för innehåll):

1 dag, 2000 kr/person inkl. förmiddagskaffe, lunch och eftermiddagskaffe

2 dagar, 4000 kr/person inkl. helpension

3 dagar, 6000 kr/person inkl. helpension

Plats: Sommarsol, Haragårdsvägen 27, 266 54 VEJBYSTRAND

Kursintyg efter avslutad utbildning

För mer info kontakta: allakan@mmarsol.se eller 0431-443100

www.sommarsol.se eller www.facebook.com/allakan.idrottforalla



Innehåll för respektive val.

1-dags utbildning:

Rullstolsteori

Lär känna rullstolen, praktiskt pass

Rullstolsmekning

Rullstolsteknik, trappa och kanter i olika miljöer

Rullstolsidrott

2-dagars utbildning:

Rullstolsteori

Ergonomi

Lär känna rullstolen, praktiskt pass

Rullstolsmekning

Rullstolsteknik, trappa och kanter i olika miljöer

Rullstolsidrotter

Kondition/intervallträning

Styrketräning i rullstol

3-dagars utbildning:

Rullstolsteori 1+2

Rullstolsteknik 1+2

Rullstolsmekning

Rulle på stan

Kondition/Intervallträning

Ergonomi

Middag

Trapp och backträning

Stadspass

Styrketräning

Förflyttningar

