

## Förberedelse inför din rehabilitering hos oss

När du kommer till oss för rehabilitering gör vi tillsammans med dig en individuell rehabiliteringsplan. Det är viktigt att det är dina mål och dina förväntningar som styr din rehabilitering.

Därför är det bra om du förbereder dig genom att du funderar på och skriver ner mål och svårigheter innan du kommer. Ta hjälp av rutorna nedan.

Vad jag vill klara av att göra i min vardag
Svårigheter eller hinder i min vardag
Mina styrkor
Reflektion från närstående