

Leva med Parkinson

Leva med Parkinson är ett rehabiliteringsprogram som riktar sig till dig som börjat känna av begränsningar i vardagen på grund av Parkinsons sjukdom. Du erbjuds olika former av träning i syfte att optimera dina förutsättningar att leva ett så aktivt liv som möjligt.

Du tränar under åtta veckor, tre halva dagar/vecka. Alla pass är i grupp tillsammans med andra personer som har Parkinsons sjukdom.

Tyngdpunkten i programmet läggs på fysisk aktivitet/träning men du får också tillfälle att träna din handmotorik och din tal- och röstförmåga.



Exempel på fysisk träning är stavgång, rörlighetsövningar specifika för Parkinsons sjukdom, gym/styrketräning och avspänning/MediYoga.

I programmet ingår även Nationella parkinsonskolan som är ett koncept utvecklat för personer med Parkinsons sjukdom och deras närstående med syfte att öka möjligheten att hantera sjukdomen i det dagliga livet.

Nationella parkinsonskolan är framtagen i samarbete mellan representanter för patientorganisationen, forskare, läkare, sjuksköterskor och fysioterapeuter med lång erfarenhet av Parkinsons sjukdom.

Grupp

För bästa sammansättning av gruppdeltagare kommer vi kalla dig till ett första bedömningsbesök. Där får du träffa två personer från teamet och tillsammans kommer ni överens om vilken typ av rehabilitering som passar dig bäst.

Kostnad

Vi följer Region Stockholms taxa. Frikort gäller.

Kontakt

Ring vår samordnare på telefon 08-400 29 139.

REMISS
Du behöver en remiss
från din
husläkare/neurolog för
att kunna söka till
programmet

Målsättningen på vår rehabiliteringsklinik är att ge dig behandling och träning som leder till största möjliga självständighet och livskvalitet. Rehabiliteringen är ett lagarbete med dig i centrum vilket förutsätter din medverkan i mån av förmåga.

S STORA
SKÖNDAL