

Aleris Rehab Station har över 35 års erfarenhet av rehabilitering av personer med betydande funktionsnedsättning. Vi fokuserar framför allt på diagnosgrupperna ryggmärgsskador, förvärvade hjärnskador, MS och ortopediska skador.

För mer information om våra kurser, program och litteratur samt hur du hittar hit, se vår hemsida [www.aleris.se/rehabstation](http://www.aleris.se/rehabstation)

Aleris Rehab Station är kvalitetscertifierade enligt ISO 9001 och miljöcertifierade enligt ISO 14001

**En förebild för framtidens rehabilitering**



PÅ UPPDRAG AV  
REGION STOCKHOLM

## Kontakta oss

Lena Salomonsson  
Operativ chef  
Tel 08-555 44 125  
[lena.salomonsson@aleris.se](mailto:lena.salomonsson@aleris.se)

Aleris Rehab Station  
Frösundaviks allé 4  
169 89 Solna

Tel 08-555 44 000  
Fax 08-555 44 151

[www.aleris.se/rehabstation](http://www.aleris.se/rehabstation)



# Aleris Rehab Station Aktiv

Intensivträning för vuxna med medfödd eller tidigt förvärvad rörelsenedsättning samt personer med rörelsenedsättning pga senare förvärvad hjärnskada



## Aleris Rehab Station Aktiv ger dig möjlighet till en intensivträningssperiod om 6-8 veckor per år med 3-16 träningstimmar per vecka.

Vid första besöket träffar du en fysioterapeut och en arbetsterapeut som gör en första funktionsbedömning. Tillsammans med dig upprättas sedan en individuell rehabplan där dina mål, förutsättningar och behov är styrande.

Efter en träningsperiod finns det möjlighet att fortsätta med ytterligare 20 gruppstillfällen samt två uppföljningsbesök.

Träningen utgörs främst i grupp men även individuellt och fokuserar på:

- Kondition
- Styrka
- Balans
- Rörlighet och koordination
- Avspänning och kroppskänedom
- Förflyttning
- Aktiviteter i dagliga livet
- Kognitiv förmåga

Till din hjälp har du fysioterapeut, arbetsterapeut och rehabinstruktör.

Du behöver ingen remiss till Aleris Rehab Station Aktiv. Våra kontaktuppgifter hittar du på baksidan.

Det övergripande målet med Rehab Station Aktiv är att du bibehåller eller förbättrar din funktion och förmåga och därmed får ett förbättrat hälsotillstånd, ökad livskvalité och en bättre fungerande vardag!

### Var finns vi?

Aleris Rehab Station ligger beläget i närhet till natursköna Hagaparken och Brunnsviken i Frösundavik, Solna.



En förebild  
för framtidens  
rehabilitering

