

Den 29 januari anordnade temagruppen fysisk aktivitet en workshop på temat "FaR på habiliteringen". Intresset för dagen var så stort att alla som ville delta inte fick plats. Dagen innehöll föredrag utifrån olika perspektiv och cafédiskussioner baserat på angelägna frågeställningar.

Under förmiddagen berättade Helena Holmgren som är handläggare på handikappförningarnas samarbetsorgan (HSO) i Stockholms län, engagerat om hälsa, fysisk aktivitet och habiliteringens möjligheter ur perspektivet delaktighet. Nanna Byström, som är överläkare och specialist i psykiatri på Neuropsykiatriska teamet Danderyds sjukhus, fördjupade våra kunskaper om fysisk träning vid neuropsykiatriska tillstånd. Sist ut på förmiddagen var Karin Olsson Sandberg, samordnare särskilda satsningar på idrottsförvaltningen i Stockholms Stad, som gav goda exempel på hur man hittar träning utanför habiliteringen, från samarbetet mellan idrottsförvaltningen Stockholms Stad och PUFFA Träningscenter.

På eftermiddagen fångades patient- och brukarperspektivet upp av Jennifer Mayer, en ung kvinna med ADHD, som berättar om hur hon upplever att det är att leva med sitt funktionshinder. Både de förtjänster och de svårigheter som funktionshindret fört med sig. Därefter berättade Åsa Llinares Norlin hur viktigt det är med ett aktivt liv, hur viktigt det är att få möjligheten att prova och att man kan klara många fysiskt krävande strapatser trots omfattande fysiska funktionshinder.

Därefter blandades kreativt mingel och nätverkande med cafédiskussioner rörande följande teman: "Vilket stöd behöver brukarna för att få till fysisk aktivitet? Tillgänglighet och hinder för aktivitet", "Förutsättningar för att lyckas med fysisk aktivitet/FaR inom habiliteringen", "FaR på habiliteringen?" och "Vilket behov av utbildning finns?".

Dagen avslutades med applåder och har vid utvärdering fått följande omdöme:

Röster från några av deltagarna

*...dagen var välplanerad med bra föreläsare och intressant upplägg av gruppdiskussionerna.*

*Mycket bra att denna målgrupp för uppmärksamhet för att få samma möjligheter som övriga i samhället till FaR.*

*Bra blandning av föreläsningar, workshops och erfarenhetsutbyte.*

*Mycket bra att ni tog perspektivet från patientens sida.*

*Det fanns mycket kunskap och erfarenheter i gruppen som var där. Mer tid till gruppdiskussioner och erfarenhetsutbyte hade inte skadat.*

*För att få en gedigen start på arbetet med FaR inom habiliteringen kan liknande workshops med fördel genomföras i ett mer lokalt sammanhang!*

*Synd att lokalen inte räckte till...Om resurser finns vore det bra att bearbeta de synpunkter som kom fram och ev. göra en actionsplan för hur gå vidare - och ordna en uppföljningskonferens?*

På temagruppens hemsida hittar du presentatörernas powerpointbilder och minnesanteckningar från cafédiskussionerna.