

# Utvecklingskurs – Tema tetraplegi

## Praktisk information

### Självständighet

RG vill inspirera till ökad självständighet. På många av våra kurser läggs därför tid på att träna på personlig ADL (aktivitet i dagligt liv). För personer med tetraplegi är behovet ofta extra stort att bli bättre på förflyttningar, påklädning och personlig hygien. Om du använder dig av assistenter i vardagen är du varmt välkommen att ta med en assistent. Assistenterna kommer också att få möjlighet att utbyta erfarenheter och förbättra sina kunskaper i hur man kan assistera för att stötta brukarens självständighet. Om du inte vill eller kan ta med en assistent kommer du att få den assistans du behöver av våra duktiga engagerade resursledare som hjälper till och guidar inom all ADL under kursen.

### Resa

Resan till och från kursen behöver du själv ordna med. Det är bra att boka så tidigt som möjligt oavsett om du väljer flyg, tåg eller söker färdtjänst. Tips! Har du ett giltigt färdtjänststillstånd i din hemkommun kan du ansöka om utomlänsbiljetter för planerade resor på annan ort. Du kan också söka riksfärdtjänst men då bör du ange att det gäller rekreation, fritidsverksamhet eller en annan enskild händelse.

### Avgiften

Om man har svårt att betala avgiften är ett tips att man söker bidrag från sin region/landsting. Ta kontakt med kuratorn hos din vårdgivare. Vissa söker även medel från sitt försäkringsbolag, alt. från fonder och stiftelser. Vi kan även komma överens om en räntefri avbetalningsplan. Kontakta kurskoordinator om du vill veta mer.

### Kostnad för assistent

Kostnad för assistent på denna kurs är 3500 kr. Detta är den faktiska kostnaden för kost och logi för hela kursen. Glöm inte att meddela om specialkost behövs, samt namn på din assistent. Faktura för assistent skickas ut i samband med att kursdeltagarens faktura. Meddela om fakturan skall skickas till specifik mottagaradress.

### Avbokningsregler

Avbokning ska göras senast **30 dagar** innan kursstart. Vid senare avbokning eller utebliven avbokning debiteras hela kursavgiften. För att slippa debitering måste sjukintyg uppvisas.

Avbokning ska göras via e-post eller telefon till RG:s kurskoordinator.

[ann-louise.carlsson@rgaktivrehab.se](mailto:ann-louise.carlsson@rgaktivrehab.se)

### **Boende & måltider**

I kursavgiften ingår boende med helpension. Man bor i handikappvänliga dubbelrum med dusch och toalett på rummet. Deltagare och förebildsledare bor ofta tillsammans. Sängkläder och handduk finns på rummen. Alla måltider serveras i bufféform som serveras 3 ggr/dag + kvällsfika.

### **Kurs anläggning**

Våra utvecklingskurser genomförs i en naturnära och inspirerande idrottsmiljö på Riksidrottsförbundets Utvecklingscentrum Bosön på Lidingö utanför Stockholm. Där finns stora träningsytor både inom- och utomhus.

### **Hjälpmedel**

RG tillhandahåller duschstolar och duschpallar i olika modeller. Mobil lyft kan ordnas vid behov. OBS! viktigt att meddela kurschef om mobil lyft behövs senast en vecka innan kursstart. Övriga behov av hjälpmedel bör man se till att ta med sig.

### **Försäkring**

RG kan tyvärr inte teckna olycksfallsförsäkring så se över din egen. Din hemförsäkring brukar vara tillräcklig.

### **Sjukdom**

Om du blir sjuk under kursvistelsen och behöver åka hem tidigare kan vi tyvärr inte återbetala delar av kursavgiften.

### **Kontakt**

Ann-Louise Carlsson, Kurskoordinator

Tfn: 08-54 54 72 05

E-post: [ann-louise.carlsson@rgaktivrehab.se](mailto:ann-louise.carlsson@rgaktivrehab.se)