

Är du intresserad av att delta?

Anmäl intresse till din behandlare på Habiliteringen barn och ungdom, skicka meddelande på 1177 eller kontakta habiliteringens reception på 0470-58 87 00.

Titta gärna på verktyget Vardagboken som används under gruppbehandlingen för att registrera och analysera vardagens aktiviteter.

Följ länken eller skanna QR-koden:

<https://vardagboken.everydayanalytics.se/>



Bild: Helena Lunding Hultqvist

ReDO Familj

Undervisning och stöd i vardagsförändring

Kaos i livet – behov av balans

ReDO® Familj är en grupp för dig som är vårdnadshavare till ett barn med särskilda behov. Här får du kunskap och stöd för att skapa en mer fungerande och balanserad vardag, med fokus på hela familjen.

Syfte och mål

Syftet med gruppen är att få syn på vardagens aktiviteter och hur de påverkar hälsan och välbefinnandet. Detta skapar förutsättningar för att skapa förändringar i aktiviteter och balans i vardagen. Målet är att hjälpa dig som förälder att hitta och skapa nya rutiner för en hållbar vardag.

Inför deltagande

Inför deltagande genomförs en intervju med familjens vårdnadshavare. Vid detta tillfälle får ni mer information och vi tar tillsammans ställning till om det är möjligt för er att delta.

Föräldrarna behöver inte vara sammanboende för att delta. Vi ser gärna att nya partners deltar.

ReDO Familj pågår under ett år

ReDO Familj är uppbyggd kring tre faser, fördelat på 12 kurstillfällen. De tre faserna kan fördelas över 12 månader. Det blir 4-5 tillfällen per fas med 8-10 veckors paus mellan varje fas.

Förändring tar tid särskilt när det gäller vardagsvanor och livsmönster. Därför är det viktigt med tid för reflektion, träning och anpassning. ReDO Familj innebär att ni kommer få sätta tydliga mål och fokus ligger på det som är meningsfullt för er. Genom hela processen kommer ni ha stöd av habiliterings arbetsterapeuter.



Bild: Helena Lunding Hultqvist