

# GRÖN REHABILITERING PÅ REMISS FRÅN DIN VÅRDCENTRAL



**CAHOM**  
Coachad Av Häst Och Människa  
[www.cahom.se](http://www.cahom.se)

## Grön Rehabilitering i Halmstad

Hos CAHOM deltar du i rehabiliteringen 2 gånger i veckan i 12 veckor.

Måndagar och torsdagar 9-13

Tisdagar och Fredagar 9-13

Onsdagar Studiebesök

### En dag på Grön Rehabilitering

Vi börjar med samling och fika där du också får ta del av dagens erbjudande.

Därefter är det egen tid på din favoritplats.

När du är redo är du välkommen att ta del av dagens aktiviteter efter din förmåga och dina behov. Det kan vara att medverka i arbetet med hästarna, åka häst och vagn, naturpromenad, laga mat eller baka i köket eller så, plantera, skörda i rehabträdgården. I skolan finns vår skapande verkstad.

Kanske du väljer att stanna på din favoritplats och bara vara.

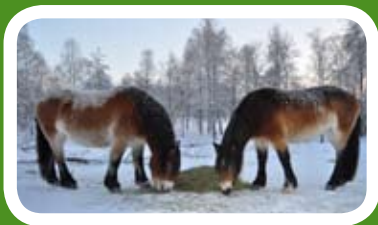
Vi återsamlas för reflektion av dagen och intar måltid gemensamt. Du för din egen aktivitetsdagbok så du kan följa din vistelse på CAHOM under rehabiliteringen. Därefter avslutas dagen med hemfärd.

### *Några tips för att ta vara på rehabtiden!*

Boka läkarbesök/ aktiviteter andra dagar än rehabdagarna. Oavsett hur då mår på morgonen är det bra att komma. Deltagare brukar må bättre av att närvara på rehaben. Ömma kläder efter väder.

Du möter Christel Carlsson, hälsopedagog. Möjlighet att samåka från Halmstad med personalen. Fler i teamet som du möter: Ylva Aurell, Leg. läkare.

Henrika Jormfeldt, specialistsjuksköterska och docent i omvårdnad, forskare, OHI-certifierad ridterapeut.



CAHOM erbjuder aktiviteter till deltagare med lätt till medelsvår depression, ångest eller stressrelaterat tillstånd.

Grön Rehabilitering är ett komplement till rehabiliteringsplanen som deltagare genomför via sin vårdcentral. Kostnadsfritt för deltagare, alla aktiviteter och måltider ingår.

Målet är att deltagare ska öka sin hälsa och återfå sin arbetsförmåga, för att kunna vara kvar eller återgå i arbete/studier eller annan samsättning.



CAHOM följer Etisk kod för Hästunderstödda Insatser, HUI. Denna etiska kod syftar till känslighet och förståelse, inte till faktakunskap.

CAHOM förbinder sig att:

Respektera och iaktta tystnadsplikt. Inhämta klientens samtycke till alla former av vetenskaplig forskning. Forskning bedrivs i hästunderstödd verksamhet på CAHOM via Högskolan i Halmstad. Ansvara för att säkerhetsrutiner finns och efterlevs.

Mer information om den etiska koden på [ww.cahom.se/Grön Rehabilitering](http://ww.cahom.se/Grön_Rehabilitering)  
Mer information och bilder från Grön Rehabilitering på [www.cahom.se/blogg](http://www.cahom.se/blogg)

**GRÖN REHABILITERING  
PÅ REMISS FRÅN DIN VÅRDCENTRAL  
Deltagare deltar kostnadsfritt**

**CAHOM  
Coachad Av Häst Och Människa**



För mer information kontakta:

Christel Carlsson

Skallinge Gård 810

313 97 Simlångsdalen

0760 072 047

0702 354 701

[www.cahom.se](http://www.cahom.se)



**CAHOM**  
COACHAD AV HÄST OCH MÄNNISKA

Christel Carlsson  
0702 354 701  
[cahom.aag@gmail.com](mailto:cahom.aag@gmail.com)  
[www.cahom.se](http://www.cahom.se)



**Vårdavtal med  
Region Halland**