

Egna anteckningar

Välkommen att kontakta oss!



Johanna Sjöstrand
Leg. arbetsterapeut
010-354 74 33



Ulrika Lundqvist
Leg. sjukgymnast
010-354 74 75

Arbetssterapi och fysioterapi för dig med psykisk funktionsnedsättning



Psykisk ohälsa

Psykisk ohälsa kan påverka din förmåga att ta hand om dig själv, att umgås med andra och att arbeta, studera eller delta i aktiviteter. Att få ihop vardagen på ett tillfredsställande sätt kan vara en utmaning.

I Mörbylånga kommun finns arbetsterapeut och fysioterapeut som kan ge stöd för dig med psykisk funktionsnedsättning. Vi kan besöka dig i din bostad för att bedöma ditt behov av insatser. Insatsen är kostnadsfri.

Hur kan vi stötta dig?

- Kartlägga dina vanor, rutiner och aktiviteter i din vardag och hitta vad som fungerar bra och vad som kan fungera bättre.
- Ge förslag på hur du får balans mellan dina aktiviteter.
- Tillsammans med dig arbeta fram strategier och rutiner för en bättre fungerande vardag.
- Hjälper dig att prova ut hjälpmedel, exempelvis tids- eller minneshjälpmedel.
- Hjälpa dig att hitta sätt för hur du kan hantera eventuell oro.
- Kartlägga fysisk aktivitet, sömnvanor och hälsa.
- Ge individuella råd och information om fysisk aktivitet utifrån dina förutsättningar.
- Skriva intyg till ansökan om bostadsanpassningsbidrag.
- Förebygga fall.
- Behandling efter akut skada, tex fraktur eller stroke.
- Bedömning och behandling av smärta

