



Driftnämnden för ADH
Region Halland
Box 517
30180 Halmstad

Till den det berör

Jag skriver till er för jag vill göra er uppmärksamma på den fina vård Vintersol på Teneriffa har gett mig och många andra som vistas där.

Jag har pratat med många och diskuterat hur man skulle kunna ge feedback på den friskvård vi fått. Med friskvård menar jag känslan att som funktionshindrad få vistas i en miljö som gör oss friskare till kropp och själ.

Mina resultat efter 4 veckor är för mig helt otroliga, jag kommer att göra allt för att upprätthålla och utveckla mina funktioner, för att kunna leva ett så självständigt liv som möjligt.

Bifogar ett brev som jag skrivit om vistelsen på Teneriffa Vintersol.

Falkenberg 4 jan. 2017

Med vänlig hälsning

Annika Dahlström

Prångvägen 8
311 43 Falkenberg
070-5380928
info@adecotextile.se

Hej,

Jag vill på detta sätt tacka för att jag fick möjlighet att vistas på Vintersol på Teneriffa under 4 veckor i november 2016.

Mina förväntningar var försiktigt optimistiska innan jag åkte. Efter min ryggmärgsskada som debuterade i februari 2014, har jag både i oktober 2014 och ungefär samma tid 2015 haft en tillbakagång som varat över hela vinterperioden och det har bägge åren dröjt ända till framåt maj året därpå innan en vändning kommit och under sommarmånaderna har jag sakta klättrat uppåt till samma nivå som hösten innan.

Nu har jag fått en sådan positiv upplevelse och jag hoppas kunna förvalta detta så att vinterhalvåret inte skall bli så tungt och att jag under detta år kan uppvisa framgång.

Anläggningen Vintersol är en professionell rehabiliteringsklinik, med ett stort antal fysioterapeuter, arbetsterapeuter, sjuksköterskor, läkare och assister som alla samverkar på ett mycket positivt sätt. Jag har haft ett gediget schema med dagliga behandlingar som anpassats till mig. I mitt fall har det varit individuell träning med fysioterapeut 5 gånger/vecka. Individuell bassängräning i 34 graders saltvattenpool med fysioterapeut 3 ggr/vecka. Gruppträning sittgrupp 5 ggr/vecka, mattgruppsträning 5 ggr/vecka. Till detta har jag i mån av tid och ork haft egenträning i stå-fälla, stå- och sittövningar i barr, rullstolspromenader, deltagit i gruppträningar såsom avslappnings, rullstolsteknik, tøjning/stretchgrupp. Olika föreläsningar har jag också varit med på.

Efter kl. 17:00 på vardagar har det varit olika frivilliga aktiviteter som anordnats av en fritidsledare såsom boule, kubb, bordtennis, Quiz etc. På helgerna har utflykter på Teneriffa arrangerats.

Det har alltså varit 4 veckor av ett aktivt liv som aldrig hade kunna uppnås på hemmaplan eftersom jag bott på anläggningen, fått mat på regelbundna tider och inte behövt ägna mig åt något annat än min träning. (Städning och bäddning har jag sluppit också)

En annan mycket viktig sak är den dagliga sociala kontakten med personer i samma situation. Vi träffas vid de schemalagda frukostarna, luncherna, fikarasterna och middagarna varje dag. Vi umgås i gruppträningar och vid såväl arrangerade som spontana fritidsaktiviteter. Vi får då möjligheter att utbyta både positiva och negativa erfarenheter.

Anläggningen som sådan är unik och ligger på en plats som har ett perfekt klimat. Den är spaciös och är smakfullt utformad med reception, gym, behandlingsrum, avskilda gruppträningsutrymmen utomhus, två tempererade saltvattenspooler. Allt

är anpassat till personer med nedsatt rörlighet. Eftersom Vintersol funnits så länge i Arona kommunen (51 år!), har den bildat skola för Arona kommunen och den intilliggande Adeje kommunen när det gäller tillgänglighet (mera känt är kanske byarna los Cristianos och Playa las Americas). Bara det vore värt ett studiebesök för kommuner och landsting (och kanske även svenska staten). Det går att ta sig fram överallt med rullstol. Ett exempel är den fria service som Arona kommunen tillhandahåller på en av stränderna. De har en service varje dag mellan 11:00-17:00 där de utan kostnad hjälper den som har behov att ta sig ner i havet och upp igen efter badet. En strand som f.ö. har fått inte bara blå flagg utan även ett certifikat för tillgänglighet.

VINTERSOL tilldelades en AAA (Arona Accessibility Awards) för det tillgängliga Kanariska företaget den 2 december 2016.
<http://www.festivalcapacidades.com/premios-aaa>.

Med min bakgrund inom vården som sjukvårdsbiträde, undersköterska sjuksköterska, företagssjuksköterska med arbetserfarenhet av akutvård, äldrevård, företagshälsovård och rehabvård (jag har även arbetat på en liknande anläggning som sjuksköterska på Centro de Termalismo, Benicasim, Spanien) så har jag även dessa "glasögon" på när jag ser på anläggningen.

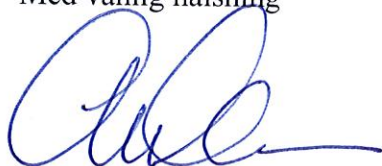
De senaste nästan tre åren har jag som rullstolsburen med oklar ryggmärgsskada även erfarenhet av olika inrättningar och rehab insatser.

Jag har som vårdpersonal eller patient inte träffat på någon liknade anläggning som ger denna möjlighet till återgång till aktivt dagligt liv. Det är en kombination av professionell personal, bra mat, värme, sol och i en miljö som ger energi och att det är lätt att träna.

Jag vill tacka för denna erfarenhet och hoppas att det ges möjlighet till fler och flera tillfällen för oss som har behov för att få ett liv med livskvalitet.

Falkenberg 4 jan. 2017

Med vänlig hälsning



Annika Dahlström
Prångvägen 8
31143 Falkenberg

070-5380928

info@adecotextile.se