



# FRÖSUNDA DALAGATAN

Frösunda Dalagatan vänder sig till dig med en förvärvad hjärnskada genom en olycka eller yttre våld.

## Vi vänder oss till dig

På Dalagatan har merparten av kunderna drabbats av olycka eller yttre våld som gett en hjärnskada. Därför är det vanligt att kunden har bekymmer med sitt språk, minne, koncentrationsförmåga, uttrötthet, exekutiva funktioner och perceptionsstörningar.

## Inriktning för verksamheten

Verksamhetens två huvudområden är kreativt skapande och friskvård. För oss är det viktigt att lyfta och stärka varje individs styrkor och resurser. Vi tror att vägen tillbaka till ett aktivt liv är att lära känna sig själv, sina förmågor och begränsningar efter skadan. Hos oss får du möjlighet till olika aktiviteter som syftar till att ta tillvara och utveckla både fysiska och kognitiva funktioner. Samtidigt fyller verksamheten en viktig social funktion genom att ge struktur i vardagen och grupptillhörighet. Du får möta andra med likartade erfarenheter och få stöd i hur du kan hantera vardagliga problem tillsammans med teamet på Dalagatan. Du är själv delaktig i utformandet av ditt schema utifrån dina önskingar, intressen och behov. Schemat är individuellt och aktiviteter genomförs både i grupp och enskilt. Det är viktigt för oss att utgå från dig och dina behov. Om du önskar praktisera på din tidigare arbetsplats eller annan arbetsplats stödjer vi dig i detta arbete genom handledning.

## Antal deltagare

17 platser heltid i enighet med socialstyrelsens tillstånd  
Deltidsplats även möjligt

## Målgrupp

Vuxna inom personkrets 2  
Vägen till oss går via kommunens LSS-handläggare  
Du ska vara berättigad till insatsen Daglig verksamhet

## Avtal

Verksamheten drivs i egen regi  
Frösunda Omsorg ingår i LOV – Lag om valfrihetssystem – eller har ramavtal med ett antal kommuner i Stockholms län  
Individantal förekommer också

## Öppettider

Dagtid måndag–fredag

## Aktiviteter/arbetsuppgifter

Vi har tre huvudområden i vår verksamhet.

- Kreativt skapande
- Kognitiv träning
- Fysisk träning och friskvård

### Kreativt skapande

I vår ateljé flödar skaparglädjen – här kan du prova på olika typer av kreativt skapande som till exempel måleri, teckning, sömnad, luffarslöjd, ulltovning, smyckestillverkning och betonggjutning. Bara fantasin sätter gränserna! Det finns också en verkstad där det man kan arbeta med olika trä- och metallarbeten. I vår mysiga vävstuga vävs bland annat trasmattor och dukar.

### Kognitiv träning

Vi erbjuder också kognitiv träning i aktiviteter som exempelvis data och spel. Här har du möjlighet att stimulera och träna kognitiva funktioner som exempelvis minne, koncentration, språk, uppmärksamhet, samspel och planering.

### Fysisk träning och friskvård

Vi erbjuder vattengymnastik, grupp-gymnastik och enskild träning med fysioterapeut, där vi utgår från dina förutsättningar och mål. Under dessa pass tränas bland annat styrka, balans, gångfunktion och rörlighet. Vi har även friskvårdsaktiviteter såsom boule, bowling, yoga och mindfulness, som man kan delta i. Utöver dessa aktiviteter erbjuds också handträning.

## Våra lokaler

Dalagatan är anpassad efter dig som önskar vara självständigt aktiv med stöd av enhetens personal i vårt aktivitetsutbud.

Enheten består av stora öppna ytor med ateljé och mindre rum anpassade för fysisk träning, verkstad, dataträning, samt ett vilorum.

## Särskild kompetens i personalgruppen och samarbetspartner

I teamet finns fysioterapeut, arbetsterapeut och hantverkspedagoger. Enheten samarbetar med hjärnskadecenter och med andra viktiga personer i ditt nätverk. Vi arbetar tillsammans för att stärka, bibehålla dina förmågor och stöttar dig att hitta din potential.

## Väl inarbetad verksamhet

Dalagatan är en inarbetad och väl fungerande verksamhet med kompetent personal. Individanpassning, personligt engagemang och ett respektfullt bemötande är grunden i vår verksamhet.

## Här hittar du oss

Dalagatan ligger centralt i Stockholm med goda kommunikationer med buss, tunnelbana och tåg. Trottoaren är extra bred och under stor del av året finns där en mindre möbelgrupp. Gångavstånd till Tegnérlunden där vi sommartid spelar boule och fikar.

## Kommunikationer – hur tar man sig hit?

Åker du färdtjänst stannar din bil utanför entrén. Busshållplats finns inom 50 meter. Åker du tunnelbana eller pendeltåg kliver du av vid Odenplan eller Centralstationen, därifrån går det buss som stannar nära enheten.

## Butik och utställningar

På Dalagatan finns en butik som är öppen för allmänheten måndag till fredag dagtid. I butiken säljs det som tillverkats på enheten t.ex. vävda mattor & bordslöpare, sydda, stickade och virkade varor, fågelholkar och betongföremål.

Dalagatan samarbetar med vår dagliga verksamhet AL-Gruppen, under sommaren har enheterna ibland gemensamma aktiviteter.

Enheten har varje år en konstutställning och en julmarknad.



HÄR  
BESTÄMMER  
KUNDEN

### KONTAKT

Verksamhetschef: 010-130 41 43  
Kontor: 010-130 34 54  
E-post: dalagatan@frosunda.se  
Hemsida: frosunda.se/dalagatan

### ADRESS

Frösunda Omsorg  
Dalagatan 6  
111 23 Stockholm

frösunda.  
OMSORG