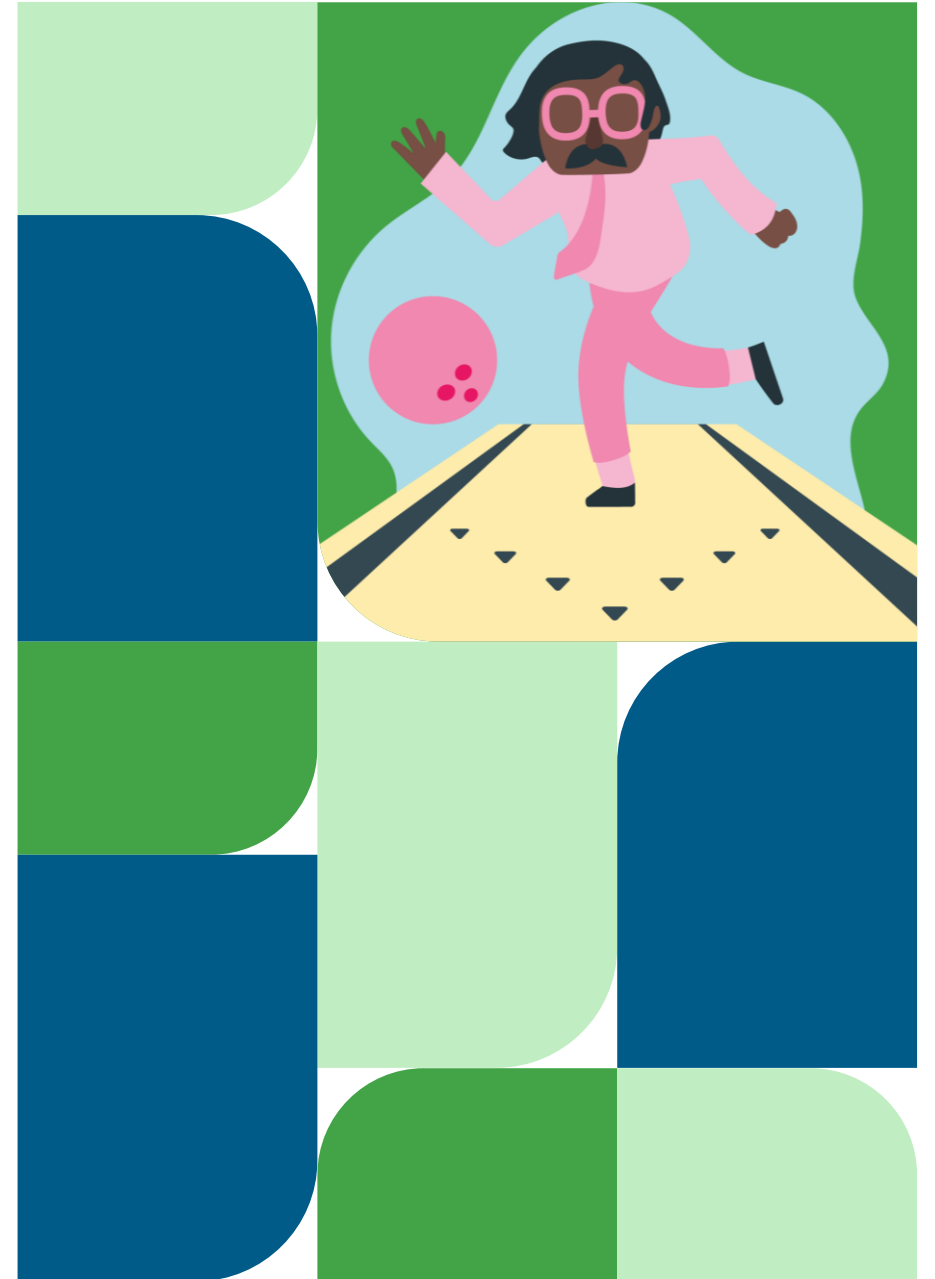


Information om Centrum för fysisk aktivitet

– för rehabkoordinatorer i primärvård

2025-04-01



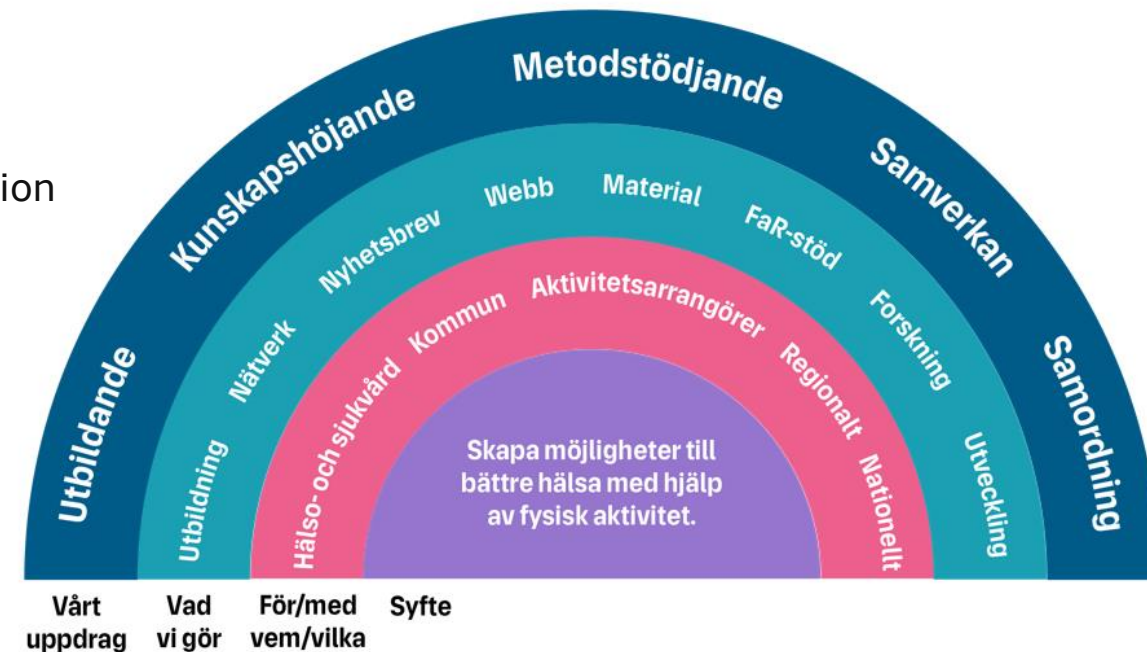
Centrum för fysisk aktivitet – ett kunskapscentrum

Uppdrag

Utgöra en **utbildande, kunskapshöjande, metodstödjande** funktion, samt att **stödja samverkan** och medverka i regionalt och nationellt **utvecklingsarbete** kring fysisk aktivitet. Det innebär bland annat att:

- samarbeta med alla offentliga och privata vårdenheter i Västra Götaland samt skolhälsovården
- utbilda i metoden FaR och fysisk aktivitet som behandling
- utveckla stödmaterial för förskrivare samt patientinformation
- samverka med friskvård, föreningsliv, kommun och region för att främja fysisk aktivitet hos invånarna
- beforska metoden FaR

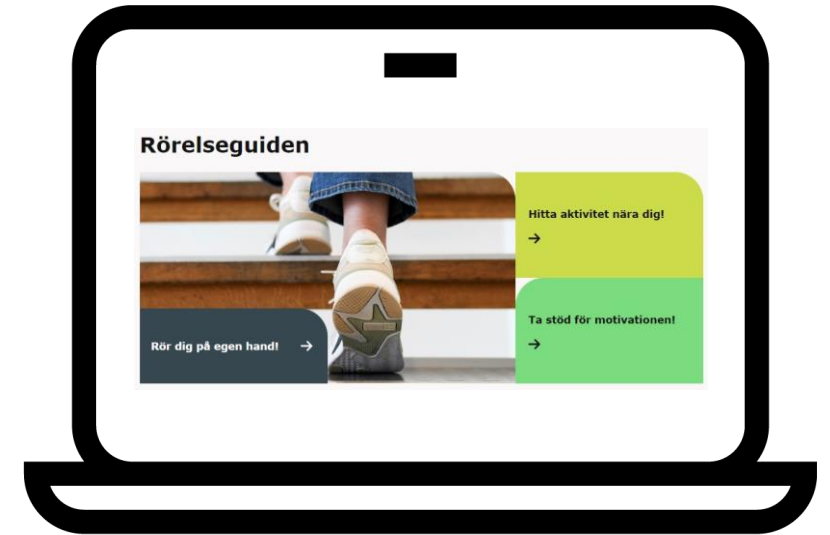
[Centrum för fysisk aktivitet - Västra Götalandsregionen](#)



Rörelseguiden

www.vgregion.se/rorelseguiden

- För **invånare**
- Verktyg för medarbetare
- Tips om
 - Rörelse på egen hand
 - Aktiviteter i närområdet med en trygg start
 - Motivationsstöd



Vårdgivarstöd – fysisk aktivitet & FaR

www.vgregion.se/fysiskaktivitet

- Utbildningar
- Material
- Nyhetsbrev
- Riktlinjer
- Forskning
- Statistik



FaR-mottagning online

www.vgregion.se/far-mottagning

- För **personer som fått FaR** och som behöver extra stöd för att komma igång
- Fysioterapeuter ger personlig vägledning för att hitta en hållbar aktivitetsnivå.
- Besöken sker digitalt med videobesök
- Kostnadsfritt





**VÄSTRA
GÖTALANDSREGIONEN**

Centrum för fysisk aktivitet

www.vgregion.se/cffa

rh.cffa@vgregion.se