



FaR-mottagning

Vi hjälper dig att hitta en
motionsform och aktivitetsnivå
som passar just dig!



**VÅREN
2020**





Dalheimers hus

www.goteborg.se/dalheimershus

Bad, gym och gruppträning.

SLOTTSSKOGSGATAN 12

Hpl: Jaegerdorffsplatsen,
Mariaplan, Mötesplats 930

9 11 90 Flex



Angered Arena

www.goteborg.se/angeredarena

Bad, gym och gruppträning.

HÖGAFFELSGATAN 15

Hpl: Angered Centrum, Mötesplats 104

4 8 9 40 71 73-77 401 Flex



Slottsskogsvallens idrottscentrum

www.goteborg.se/slottsskogsvallen

Gym och gruppträning.

LARS ISRAEL WAHLMANS VÄG 32

Hpl: Marklandsgatan (600 m gång),
Mötesplats 1084

1 2 3 7 8 16 45 82
84 95 758 ROSA BLÅ Flex



Ruddalens idrottscentrum

www.goteborg.se/ruddalen

Gym och gruppträning.

MUSIKVÄGEN 55

Hpl: Musikv. (700 m gång),
Mötesplats 1214

1 7 8 Flex



Lundbybadet

www.goteborg.se/lundbybadet

Bad gym och gruppträning.

LANTMANNAGATAN 5

Hpl: Rambergsvallen, Mötesplats 1823

5 6 10 24 Flex



Friskis&Svettis Johanneberg

www.friskissvettis.se/goteborg/tranahar/johanneberg

[tranahar/johanneberg](http://www.friskissvettis.se/goteborg/tranahar/johanneberg)

Gym, gruppträning och barnpassning.

GIBRALTARGATAN 3

Hpl: Kapellplatsen, Ålandsgatan,
Vidblicksgatan, Mötesplats 2735

7 10 16 18 19 55 753 Flex



Kärrens simhall

www.goteborg.se/karrasimhall

Bad och gym.

KÄRRA CENTRUM 20

Hpl: Kärrens Centrum,
Mötesplats 2130

40 46 ROSA Flex



Friskis&Svettis Valhalla

www.friskissvettis.se/goteborg/tranahar/valhalla

[tranahar/valhalla](http://www.friskissvettis.se/goteborg/tranahar/valhalla)

Bad och gym.

VALHALLAGATAN 3

Hpl: Scandinavium, Mötesplats 795

2 6 8 13 Flex

- ✓ I upp till 6 månader erbjuds du stöd och vägledning av fysioterapeut.
- ✓ Du får hjälp att komma igång med aktivitet som passar just dig.
- ✓ Du väljer själv var du vill träna och vara aktiv – i din hemmiljö, hos en förening eller på en friskvårdsanläggning.





WEBBOKNING

www.vgregion.se/fargoteborg
Klicka på *FaR-mottagning* och sedan
Boka tid. Ha ditt Bank-ID redo.



TELEFONBOKNING

031-346 06 40

Inför ditt besök

Ta med ditt FaR, ditt recept på fysisk aktivitet.

Du behöver inte vara ombytt första gången vi ses.

Om du får förhinder: ring 031-346 06 40 eller avboka via 1177.se.

Vad kostar det? Stödet från FaR-mottagningen är kostnadsfritt.
Beroende på vilken aktivitet du väljer står du för eventuella kostnader
för träningskort eller medlemskap. Högkostnadsskydd gäller ej.

Finns det tolk? Ja, om du bokar din tid via telefon kan du även boka tolk.

Bra att känna till om FaR-mottagningen. Du behöver inte börja träna
på den anläggning där FaR-mottagningen finns. I Aktivitetskatalogen på
www.vgregion.se/fargoteborg kan du hitta en aktivitet som passar dig.

Väljer du att börja träna där vi finns, ska du kunna träna på egen hand
eller med hjälp av ledsagare. Har du några skade- eller sjukdomstillstånd
bör dessa vara utredda inom sjukvården innan ditt besök. För information
om tillgänglighet: Besök Tillgänglighetsdatabasen och sök på aktuell
FaR-mottagning, eller ring till telefonbokningen.

*FaR-mottagningarna är en verksamhet inom friskvården. Du som har kontakt med FaR-
mottagningarna eller tränar på de anläggningar där vi finns, är inte försäkrad mot skador
eller olyckor. Vi uppmanar våra besökare att ha en egen skade- och olycksfallsförsäkring.
På FaR-mottagningarna arbetar legitimerad personal och de dokumenterar därmed
besöken i din patientjournal.*