

# Kvalitetsstandarder for Genoptræning, Vedligeholdende træning og Vedligeholdelse af færdigheder på Dagcentret 2024

## Genoptræning og vedligeholdende træning

### Tekst:

Formålet med et træningsforløb er, at du kan bevare eller genskabe et aktivt og uafhængigt liv ved at styrke dine færdigheder i dagligdagen. Et træningsforløb er for dig, der har mistet færdigheder og styrke på grund af skade eller sygdom, der ikke er relateret til en sygehusindlæggelse.

Et træningsforløb har til formål at gøre dig bevidst om dine ressourcer, og hvordan du bedst udnytter dem, så du bliver i stand til at træne selv, og er mindst muligt afhængig af andres hjælp. Et træningsforløb kan også have til formål at støtte dig i at fastholde dine ressourcer og dermed forebygge, at du mister evnen til at udføre daglige opgaver, som at købe ind, støvsuge osv.

Indsatserne består af Genoptræning, Vedligeholdende træning og Vedligeholdelse af færdigheder på Dagcentret efter Serviceloven § 86.

Sagsbehandlingstiden fra du ansøger om indsatserne til du modtager en afgørelse er fra to og op til seks uger.

## Genoptræning

Hvad er formålet med støtten?

### Tekst:

- At du opnår din tidligere funktionsevne eller bedst mulige funktionsevne.
- At forebygge yderligere funktionsstab.
- At du genvinder flest mulig ressourcer, så du kan klare dagligdagens aktiviteter.

Hvad omfatter støtten?

### Tekst:

Genoptræningsforløb er altid tidsafgrænsede indsatser og kan bestå af:

1. En kortvarig indsats, der består af en terapeutisk vurdering og udredning på op til fire gange.
2. Et længerevarende genoptræningsforløb på op til 24 gange. Forløbets længde og hyppighed afhænger af en terapeutfaglig vurdering. Forløbet kan fx indeholde:
  - Terapeutfaglige undersøgelser, test og vurderinger
  - Fysisk træning, eksempelvis styrke-, konditions- og koordinationstræning
  - Træning i dagligdagsaktiviteter
  - Råd og vejledning
  - Plan for hvordan du efter afsluttet genoptræningsforløb kan vedlige- og fastholde genoptrænede funktioner

Genoptræningsforløbet tilrettelægges med udgangspunkt i dine funktioner, aktivitetsmål og ønsker.

Terapeuten vurderer i samråd med dig om genoptræningsforløbet skal foregå på hold eller som individuel træning, samt om træningen skal foregå i træningslokale, i lokalmiljøet eller hjemme hos dig.

Genoptræningsforløbet afsluttes, når målet er nået, eller når det vurderes, at du har opnået den bedst mulige funktionsevne.

Hvad skal du være opmærksom på?

**Tekst:**

- Hvis du er ude af stand til at komme til og fra genoptræning ved egen hjælp, er der mulighed for transport, og det aftales med terapeuten.
- Der er ikke frit valg af leverandør. Det er ergoterapeuter og fysioterapeuter i Rødovre Kommunes Genoptræning, der står for din genoptræning.

Du kan dog ikke få støtten, hvis du

- har en genoptræningsplan fra hospitalet jævnfør Sundhedslovens § 140, hvor dit genoptræningsbehov er dækket af genoptræningsplanen
- modtager samme træningsaktivitet eller et lignende tilbud
- selv er i stand til at forbedre dine funktioner ved for eksempel selvtræning eller selv kan opsøge og deltage i andre tilbud, som for eksempel træningsforeninger, fitnesscentre og private fysioterapiklinikker.

Hvad skal du selv sørge for?

**Tekst:**

- Kom motiveret - vi får de bedste resultater sammen, når du er motiveret for genoptræning.
- At du eller dine pårørende siger til, hvis der er forhold eller ændringer, der har betydning for din træningsindsats.

Hvor ofte kan du få støtte?

**Tekst:**

- Genoptræningen leveres fortrinsvis på hverdage og i dagtimerne.
- 1-2 gange om ugen efter terapeutens vurdering.

### **Vedligeholdende træningsforløb via Genoptræningen**

Hvad er formålet med støtten?

**Tekst:**

- At du vedligeholder og bevarer dine færdigheder bedst muligt, både socialt og aktivitets- og bevægelsesmæssigt.
- At du forebygger tab af færdigheder så længe som muligt, så du kan leve et så selvstændigt og meningsfuldt liv som muligt.

Hvad omfatter støtten?

**Tekst:**

Den vedligeholdende træning via Genoptræningen omfatter

- Fysisk træning
- Koordinationstræning
- Træning af kognitive og mentale færdigheder
- Træning i dagligdagsaktiviteter
- Råd og vejledning

Terapeuten vurderer i samråd med dig, om den vedligeholdende træning skal foregå på hold eller som individuel træning, samt om træningen skal foregå i dit hjem, i lokalmiljøet eller i et træningslokale.

#### **Overskrift i fold ud:**

Hvad skal du være opmærksom på?

#### **Tekst:**

- Hvis du er ude af stand til at komme til og fra det vedligeholdende træningsforløb ved egen hjælp, er der mulighed for transport, som aftales med terapeuten i Genoptræningen.
- Der er ikke frit valg af leverandør. Det er ergoterapeuter og fysioterapeuter i Rødovre Kommunes Genoptræning, der står for din genoptræning.
- Du kan ikke få støtten, hvis du allerede modtager samme eller lignende træningsaktivitet, eller hvis du selv er i stand til at vedligeholde dine færdigheder og/eller selv kan opsøge og deltage i andre tilbud, såsom lokale træningsfællesskaber og foreninger.

Hvad skal du selv sørge for?

#### **Tekst:**

- At du eller dine pårørende meddeler, hvis der er forhold eller ændringer, der har betydning for din træningsindsats.
- Kom motiveret - vi får de bedste resultater sammen, når du er motiveret for at træne.

Hvor ofte kan du få støtte?

#### **Tekst:**

- Vedligeholdende træning via Genoptræningen er en tidsafgrænset indsats på op til 24 gange efter en vurdering fra terapeuten i Genoptræningen.
- Indsatsen leveres fortrinsvis på hverdage og i dagtimerne.

#### **Vedligeholdelse af færdigheder på Dagcentret**

Hvad er formålet med støtten?

#### **Tekst:**

- At du vedligeholder og bevarer dine færdigheder bedst muligt, både socialt og aktivitets- og bevægelsesmæssigt.
- At du forebygger tab af færdigheder så længe som muligt, så du kan leve et så selvstændigt og meningsfuldt liv som muligt.

#### **Overskrift i fold ud:**

Hvad omfatter støtten?

#### **Tekst:**

Den vedligeholdende træning på Dagcentret omfatter

- Socialt samvær i grupper
- Gruppeaktiviteter, eksempelvis sang, banko, gymnastik, gåture,

- Fællesspisning og udflugter
- Træning i dagligdagsaktiviteter
- Råd og vejledning i forhold til din livssituation

Hvad skal du være opmærksom på?

**Tekst:**

- Du kan ikke få støtten, hvis du bor i plejebolig eller selv er i stand til at vedligeholde dine færdigheder og/eller selv kan opsøge og deltage i andre tilbud, som for eksempel sociale arrangementer, klubber og foreninger.
- Det er tværfagligt sundhedspersonale på Dagcentret, der står for din vedligeholdende træning.
- Der er altid personale til stede, der kan hjælpe dig. Det kan for eksempel være til toiletbesøg, at komme op og stå, skære maden ud eller sætte en samtale i gang med andre.
- Der er mulighed for kørsel mod egenbetaling.
- Du har mulighed for at medbringe din egen mad. Du skal betale for din egen mad i caféen i Dagcenteret.
- Der er egenbetaling for nogle aktiviteter i Dagcenteret eksempelvis for ture ud af huset.
- Du kan læse mere om Dagcentret i pjecen "Hvad er Dagcentret?". Pjecen kan du få ved at komme forbi Dagcentret på Medelbyvej 6 eller ved at kontakte Dagcentret på telefon 36 37 78 80 hverdage mellem kl. 8.00 - 15-00.

Hvad skal du selv sørge for?

**Tekst:**

- At du eller dine pårørende meddeler, hvis der er forhold eller ændringer, der har betydning for dit fremmøde i Dagcentret.

Hvor ofte kan du få støtte?

**Tekst:**

- Forløb på Dagcentret er et længerevarende dags- og aktivitetstilbud, hvor du som udgangspunkt kommer i dagtimerne på hverdage 1-2 gange ugentligt på faste ugedage.

Hvordan søger du støtte?

**Tekst:**

I 'Information om kvalitetsstandarder' kan du læse, hvordan du søger om støtte og andre nyttige forhold omkring støtten. Du kan også læse, hvordan du klager over en afgørelse.

Kontaktoplysninger

**Tekst:**

Du kan kontakte Visitationen alle hverdage fra 8.30 til 14.00. Fredage til 13.00 på telefon 36 37 74 00.

I dagtimerne kan du kontakte Dagcentret på telefon 36 37 78 80 eller Genoptræningen på telefon 36 37 81 60.