



KVALITETSSTANDARD

Haderslev Kommune
**Genoptræning efter
sygdom og
vedligeholdende træning**

Overordnede rammer

Denne kvalitetsstandard indeholder en beskrivelse af Haderslev Kommunes tilbud om genoptræning efter sygdom og vedligeholdende træning, begge efter serviceloven. Træningen varetages i Haderslev Kommune af Træning.

I Haderslev Kommune ønsker vi at møde dig med respekt, nysgerrighed og empati. Den støtte du får, skal tage udgangspunkt i det, der er mest værdifuldt for dig. Vi ved, at langt de fleste mennesker ønsker at bestemme over deres eget liv, og leve uafhængigt af kommunal støtte.

Vi er dog opmærksomme på, at det ikke altid kan lade sig gøre. Vi vil derfor støtte og vejlede dig til fortsat at kunne klare hverdagens opgaver.

Med denne kvalitetsstandard ønsker Træning at give et indblik i den støtte, du kan få i forbindelse med genoptræning/vedligeholdelsestræning. I kvalitetsstandarden kan du læse om;

- Hvilken vejledning og støtte du kan forvente at modtage.
- Hvilke krav og forventninger du kan stille til Haderslev Kommune.
- Hvilke krav og forventninger Haderslev Kommune kan stille til dig, når du modtager genoptræning og vedligeholdende træning.
- Serviceniveauet på det specifikke område

Hvad er formålet med tilbuddene?

Formålet med genoptræningen efter sygdom er at tilbyde træning til afhjælpning af midlertidig fysisk funktionsnedsættelse forårsaget af sygdom, der ikke behandles i tilknytning til en sygehusindlæggelse.

Tilbuddet er til dig som ikke længere kan klare det i hverdagen du kunne inden sygdommen.

Vores genoptræningstilbud indgår sammen med kommunens øvrige tilbud i en samlet indsats for at bringe dig tilbage til eller så tæt på det du kunne inden sygdommen opstod. Tilbuddet om genoptræning skal desuden ses i sammenhæng med tilbud efter servicelovens regler om vedligeholdelsestræning

Formålet med vedligeholdende træning er at tilbyde midlertidig støtte og træningsvejledning til at vedligeholde dine fysiske, sociale eller psykiske færdigheder og som på grund af forskellige udfordringer har behov herfor.

Tilbud om vedligeholdelsestræning henvender sig til dig, som har brug for en individuel tilpasset indsats med henblik på at kunne vedligeholde fysiske eller psykiske færdigheder. Vedligeholdende træning har også et forebyggende sigte med henblik på at undgå yderligere forværring af din tilstand i det længere perspektiv.

Målet med begge tilbud er, at du i størst muligt omfang bliver i stand til at klare dig selv i hverdagen.

Træningstilbuddet skal gøre en positiv forskel og vores mål er, at dit samarbejde med os støtter dig til fortsat at leve et selvstændigt, meningsfuldt og værdifuldt liv, der tager udgangspunkt i dine ønsker og behov med henblik på at:

- Du opnår samme funktionsniveau som tidligere. Alternativt bedst mulige funktionsniveau med udgangspunkt i det vi sammen vurderer du kan opnå
- Du får hjælp til selvhjælp
- Du bliver mindre afhængig af andres hjælp, hvor det er muligt

Træningen er derudover en målrettet og tidsafgrænset samarbejdsproces mellem dig, eventuelt pårørende og personale.

Da begge tilbud er af midlertidig karakter, er der et særligt fokus på, at du bliver i stand til at kunne varetage træningen selv efterfølgende, evt. med hjælp fra venner, familie osv. Derudover at vi sammen undersøger mulighederne for, at du kan blive en del af et aktivt fællesskab i kommunen efter forløbet, hvis du har lyst. Fx en aktiv forening eller motionscenter, som kan hjælpe dig med at fastholde dine resultater fra forløbet hos os.

Tilgang

I skabelsen af en værdifuld hverdag for dig, arbejder Haderslev Kommune med det dobbelte KRAM i samarbejdet mellem dig og fagperson. Den dobbelte KRAM beskriver forudsætninger for at kunne tackle modstand og belastninger i livet ved at kunne (gen)skabe mening og sammenhæng i hverdagen, fx efter alvorlig sygdom eller ulykke. Det handler om:

- at have **K**ompetencer til at håndtere sygdom og udfordringer,
- at have gode **R**elationer til venner og familie,
- at kunne **A**ceptere tingenes tilstand omkring det, man umuligt kan gøre noget ved eller ændre
- at have udviklet hensigtsmæssige og virksomme **M**estringsstrategier.

Serviceniveau og kvalitetskrav

Træningen vil i videst muligt omfang være baseret på kliniske retningslinjer og, når det ikke findes, være baseret på erfaring for hvad der virker bedst.

Det fastsatte serviceniveau er politisk bestemt og tager udgangspunkt i, hvad du kan forvente af genoptræningen og den vedligeholdende træning. Serviceniveauet kan fraviges i særlige tilfælde ud fra en faglig vurdering i de tilfælde, hvor dine behov nødvendiggør det.

Træning og Hjælpemidler bruger kvalitetsstandarderne som et arbejdsredskab til at træffe afgørelser og i tilrettelæggelsen af de enkelte forløb. Vi bruger således kvalitetsstandarderne som en ramme for de træningsindsatser, vi leverer til dig.

Kvalitetsstandard for genoptræning efter sygdom

Mål

- At yde en helhedsorienteret indsats målrettet dine behov og mål.
- At skabe et sammenhængende og koordineret træningsforløb for dig.
- At genoptræningen forebygger, at der opstår behov for øget hjælp eller sygehusindlæggelse
- At genoptræningen bidrager til et mere aktivt liv
- At du får viden om kommunens og nærområdets forskellige tilbud og muligheder samt understøttes i brugen af tilbuddene.

Hvem kan modtage genoptræningen

Du kan modtage et forløb, hvis du:

- Bor i eget hjem eller på plejecentrene
- Hvis du har et midlertidig ikke kan klare det samme (fysisk eller psykisk) forårsaget af sygdom eller ulykke, som ikke behandles i tilknytning til sygehusophold. Du har fx været sengeliggende på grund af sygdom og kan herefter ikke selv klare at komme i bad eller handle ind, som du plejede.
- Hvis du ikke kan forbedre din evne til at klare hverdagen ved egen træningsindsats, eller er i stand til at benytte andre træningstilbud f.eks. i en aktiv forening, i et kulturtilbud eller motionscenter.

Vores forventninger til samarbejdet

Når du er blevet henvist til genoptræning, skal du være i stand til og kunne motiveres til aktivt at gøre en indsats for at genvinde så meget af det du kunne før og bevare de resultater du får.

For at opnå de bedste resultater sammen med dig, forventes det ligeledes, at du deltager aktivt i samarbejdet omkring genoptræningen med bl.a. fastsættelse af relevante mål for genoptræningen og evaluering af disse, samt at du udfører den træning, som din terapeut har instrueret dig i.

Haderslev Kommune ønsker at sikre personalet en røgfri arbejdsplads. Du og dine pårørende må derfor ikke ryge i hjemmet, mens terapeuten træner med dig i hjemmet. Der skal ligeledes luftes ud, inden arbejdet påbegyndes. Hvis du har et aktivt misbrug, som gør at du ikke er i stand til at udføre træningen eller aktiviteten, kan du som udgangspunkt i ikke modtage et forløb i den periode.

Henvisning og opstart

Du behøver ikke en henvisning fra egen læge. Du kan derfor henvende dig til vores koordinerende terapeuter med henblik på at søge som et forløb. Kan du ikke selv henvende dig, er andre velkommen til at hjælpe dig (familie mv.) ved at kontakte os. Husk at dette forudsætter samtykke fra dig.

Det vil efter en konkret vurdering blive afgjort, om du er berettiget til genoptræning i henhold til kvalitetsstandarderne. Vi vil kontakte dig med en afgørelse af sagen senest 10 hverdage efter at du har henvendt dig.

Varighed og omfang

Det enkelte forløb tilrettelægges sammen med dig med udgangspunkt i en terapeutfaglig vurdering og det fælles mål der bliver opstillet ved start. Dit genoptræningsforløb afslutter, når målet er nået og terapeuten sammen med dig vurderer, at du ikke længere har brug for vores støtte og vejledning.

Dit forløb kan midlertidigt pauseres eller afsluttes, hvis der fagligt vurderes et behov for dette. Fx hvis det på et givent tidspunkt ikke vurderes muligt at opnå resultater i træningen, eller du er i stand til at fastholde dine resultater i en forening, motionscenter eller lignende.

Indhold i genoptræningen

Genoptræningen vil være målrettet det du ikke længere kan klare i hverdagen, Træningen foregår individuelt eller på hold, på hverdage og som udgangspunkt i dagtimerne. De præcise tidspunkter aftales løbende med din terapeut. Holdtilbud kan være fastlagt på bestemte tidspunkter og ugedage.

Træning arbejder med velfærdsteknologi, herunder app løsninger og skærmtræning, og nogle af vores ydelser vi kan tilbyde kan/vil omfatte disse træningsformer.

Dit forløb indeholder en start og slut-undersøgelse/vurdering samt fysisk træning indeholdende f.eks. styrke, udholdenhed, kondition, bevægelighed, balance, stabilitet og funktioner, som du måske kender fra din dagligdag.

Der opsættes desuden individuelle mål, der arbejdes målrettet efter i forløbet.

Indsatser og delmål tilpasses løbende og du kan forvente, at din terapeut løbende vil have en dialog med dig herom.

Ved afslutningen af forløbet laves i samarbejde med dig afsluttende vurdering og status på opnåelse af mål og funktionsevne samt en vurdering af behov for fremadrettet støtte og vejledning.

Hvor leveres genoptræningen og af hvem?

Genoptræningen foregår enten på vores egne eller dertilhørende lejede træningsmatrikler og/eller i dit hjem. Træningen kan også foregå online via skærm.

Genoptræningen leveres af fysio- eller ergoterapeuter og eventuelt af træningsassistenter under vejledning af terapeuterne.

I forbindelse med dit genoptræningsforløb vil du få tilknyttet en personlig kontaktperson (typisk din terapeut), som du kan kontakte direkte, hvis du har brug for det undervejs i forløbet.

Dokumentation

Terapeuterne i Træning har pligt til at føre journal og registrere oplysninger om dit genoptræningsforløb. Som udgangspunkt vil denne dokumentation altid foregå sammen med dig.

Oplysningerne bliver gemt elektronisk for at sikre dokumentation for planlagt og udført genoptræning. Ifølge persondataloven har du ret til at få indsigt i de registrerede oplysninger.

Hvad koster genoptræningen?

Genoptræningen er gratis.

Befordring

Der ydes ikke befordringsgodtgørelse eller befordring til og fra tilbuddet.

Frivillige fællesskaber

I Haderslev Kommune findes hjemmesiden "Haderslevpaletten" ([Haderslevpaletten - Haderslev Kommune](#)). Her er det muligt for alle borgere selv at være undersøgende på mulighederne for at finde ind i nye fællesskaber. Udbuddet varierer, og foreningerne i kommunen sørger selv for løbende at opdatere med deres tilbud.

Klageadgang

Hvis klagen vedrører os eller den udførte opgave, kan det være en god ide i første omgang at tage dialogen med os. Du er også meget velkommen til at sende din klage skriftligt til: traening@haderslev.dk, hvorefter vi vil genvurdere sagen.

Hvis klagen vedrører den sundhedsfaglige indsats, eller tilsidesættelse af dine patientrettigheder, er der en formel klageadgang til Styrelsen for Patientklager på følgende hjemmeside: www.stpk.dk

Har du spørgsmål?

Har du spørgsmål, kan du altid kontakte os på:

Træning
Varbergvej 11, 1.sal
6100 Haderslev
Tlf. [74 34 29 32](tel:74342932)
traening@haderslev.dk

De koordinerende terapeuter har telefontid mandag til fredag fra kl. 08.00 -11.00.

Vi glæder os til at se dig og til et forhåbentligt godt forløb.