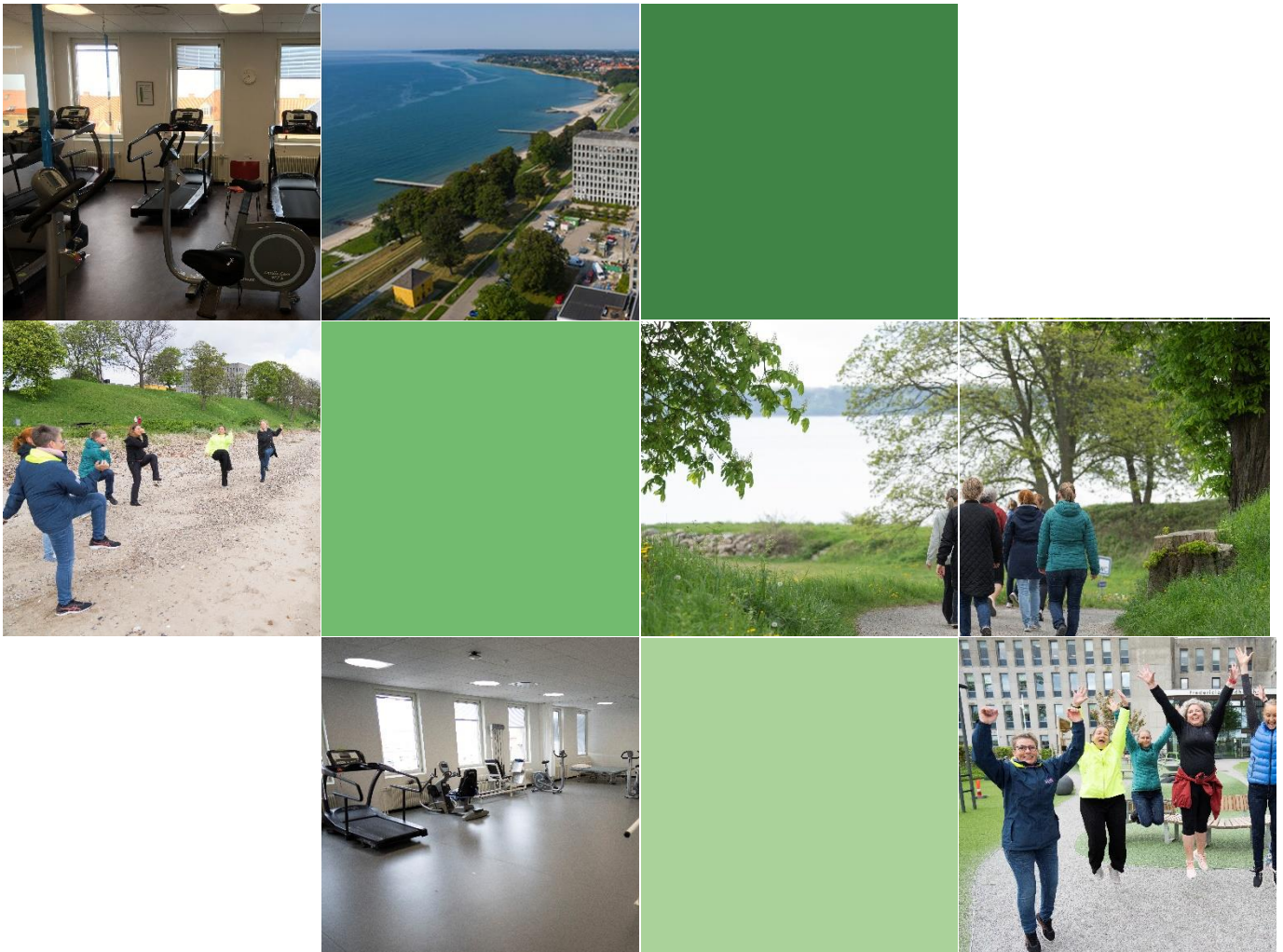


Kvalitetsstandarder for Træning & Forebyggelse, Fredericia Kommune 2023



FORORD

I Træning & Forebyggelse i Fredericia Kommune understøtter vi, at borgerne fortsat forbliver / bliver aktive og ressourcestærke, således at de klarer sig bedst muligt i livet.

Det overordnede formål med genoptræning og rehabilitering, vedligeholdende træning samt sundhedsfremme og forebyggelse er at borgeren

- Så vidt muligt genvinder sit normale funktionsniveau
- Forbliver aktiv og helt eller delvist selvhjulpent længst muligt
- Oplever at mestre livet på egne betingelser, herunder deltagelse i sociale og samfundsrelaterede sammenhænge
- Efterfølgende selv bliver i stand til at vedligeholde det opnåede funktionsniveau ved at genoptage eller øge tidligere aktivitetsniveau – evt. gennem foreningsliv, Idræt i Dagtimerne, på aktivitetscentre eller andre former for aktiviteter.

Genoptræning og rehabilitering, vedligeholdende træning samt sundhedsfremme og forebyggelse tager udgangspunkt i den enkelte borgers egne mål, behov og forudgående forløb. Et forløb vil være målrettet og tidsafgrænset, og aftaler om indsatser bliver altid til på baggrund af konkrete og individuelle faglige vurderinger, hvor borgerens samlede livssituation naturligt indgår.

I det følgende beskrives rammerne for Fredericia Kommunes tilbud om genoptræning og rehabilitering, vedligeholdende træning samt forebyggelse og sundhedsfremme til borgeren.

Efterfølgende vil kvalitetsstandarderne for de enkelte områder være listet op.

INDLEDNING

Der tilbydes forskellige typer indsatser i forhold til genoptræning og rehabilitering, vedligeholdende træning samt forebyggelse og sundhedsfremme.

Fredericia Kommune tilbyder forløb til borgere, der har behov for det, f.eks. på grund af sygdom, skader, nedsat funktionsevne eller efter en operation.

Nedenfor fremgår, hvilke lovgivninger og paragraffer vi arbejder efter:

- Genoptræning efter Sundhedsloven §140 og §119 eller Serviceloven §86, stk. 1
- Vedligeholdende træning efter Serviceloven §86, stk. 2
- Sundhedsfremme og forebyggelse efter Sundhedsloven §119
- Vederlagsfri træning efter Sundhedsloven §140a

GENOPTRÆNING

Formålet med genoptræning

Det overordnede formål med et genoptræningsforløb er, at du helt eller delvist genvinder tabte færdigheder – fysisk, kognitivt, psykisk og socialt – således at du i videst muligt omfang kan leve et aktivt liv, og det liv, der giver mening for dig.

Genoptræningsforløbet rettes mod at du:

- Genvinder eller forbedrer dit funktionsniveau
- Udvikler nye færdigheder
- Bliver bevidst om dine ressourcer, og hvordan du bedst udnytter dem
- Bliver mindre afhængig af hjælp fra andre.

Indholdet i et genoptræningsforløb

Alle genoptræningsforløb indledes med en individuel forundersøgelse og afklarende samtale. Her vurderes dit genoptræningsbehov og sammen med fysio- eller ergoterapeuten sætter du mål for forløbet samt lægger en plan. Undervejs vil mål og/eller plan løbende blive evalueret – og det tilpasses ved behov.

Undervejs eller i slutningen af dit forløb, vil du blive hjulpet til at finde et vedvarende træningstilbud, der passer til dine behov, hvis du er motiveret for at fortsætte træningen.

REHABILITERING

Rehabiliteringsforløb kendetegnes blandt andet ved, at der udover genoptræning, kan være et særligt behov for koordinering af flere forskellige indsatser for at opnå et øget funktionsniveau, selvstændighed og mulighed for at leve et meningsfuldt liv.

I et rehabiliteringsforløb foregår den ergo- og fysioterapeutiske indsats i et tæt samarbejde med f.eks. plejepersonale, sygeplejersker, visitation, hjerneskadekoordinator og evt. læger samt øvrige relevante samarbejdspartnere.

Der sættes fælles mål for rehabiliteringsforløbet i samarbejde med dig og evt. dine pårørende.

VEDLIGEHOVDENDE TRÆNING

Formålet er at du fastholder dine muligheder for at kunne leve et så aktivt og værdigt liv som muligt. Træningsforløbet rettes mod at du:

- Får mulighed for at vedligeholde dine nuværende dagligdags funktioner og færdigheder.
- Bliver bevidst om dine ressourcer, og hvordan disse bedst udnyttes

- Bliver mindre afhængig af hjælp fra andre.

Træningen tilrettelægges ud fra dine ressourcer og behov – og i samarbejde med dig og evt. dine pårørende.

I tilrettelæggelsen af træningsforløbet vil det blive vurderet, hvor ofte og hvilken type træning du har behov for. Du kan maksimalt modtage et vedligeholdende træningstilbud i Fredericia Kommune en gang årligt, hvor du træner en gang om ugen i 12 uger.

I forlængelse af et træningsforløb hjælper vi med vejledning om, hvor i Fredericia du kan træne videre.

FOREBYGGELSE OG SUNDHEDSFREMME - SUNDHEDSLOVENS §119

I samarbejde med regionen er der udarbejdet forløbsprogrammer for borgere med KOL, Type 2-diabetes, Hjertekarsygdomme, Kræft, Mental sundhed samt Lænde- og ryglidelser.

Hvis du har en af ovenstående kroniske lidelser, kan du efter en individuel vurdering få tilbudt rehabilitering i kommunen. Ved den individuelle vurdering vurderes det i fællesskab med den sundhedsfaglige, hvilke indsatser der er behov for, og der lægges en målrettet plan for forløbet.

Forløbet kan indeholde træning, vejledning, undervisning på hold eller individuelt.

Er du ryger eller afhængig af nikotin tilbyder vi individuelt tilrettelagte rygestopkurser.

VEDERLAGSFRI FYSIOTERAPI

Vederlagsfri fysioterapi gives til borgere med diagnoser, der berettiger til vederlagsfri fysioterapi. Se "Vejledning om adgang til vederlagsfri fysioterapi" fra Sundhedsstyrelsen på <https://www.sst.dk/da/udgivelser/2021/vejledning-om-adgang-til-vederlagsfri-fysioterapi>

Henvi sning til vederlagsfri fysioterapi skal fornyes årligt hos egen læge. Du kan vælge at få din vederlagsfri fysioterapi hos en privatpraktiserende fysioterapeut med ydernummer eller du kan få den hos Træning & Forebyggelse i Fredericia Kommune, hvis du har et svært fysisk handicap på baggrund af en neurologisk lidelse.

PRAKTISKE OPLYSNINGER

Ventetidsgaranti for borgere med Genoptræningsplan fra sygehus

Hvis du har fået en Genoptræningsplan (GOP) på sygehuset jf. Sundhedslovens §140 er der en lovgivningsbaseret ventetidsgaranti, der betyder, at du skal kontaktes af Træning & Forebyggelse senest på 4.dagen med henblik på at tilbyde en tid til en afklarende samtale og undersøgelse samt vejledning i opstart af træning senest på 7.dagen.

Vælger du at sige nej tak til den tilbudte tid, kan vi ikke garantere en ny tid inden for de 7 dage, men du vil blive tilbudt den næste ledige tid.

Hvis Træning & Forebyggelse ikke kan tilbyde dig en tid indenfor 7 dage tilbydes du at benytte fritvalgsordningen, hvor du kan kontakte udvalgte privatpraktiserende fysioterapeuter, som kommunen samarbejder med, for en evt. tidligere tid. Hvis dette bliver aktuelt vil du blive vejledt af koordinator i Træning & Forebyggelse

[Hvordan søger du om genoptræning eller vedligeholdende træning efter Servicelovens §86](#)

Hvis du vil søge om genoptræning eller vedligeholdende træning efter Serviceloven, kan du henvende dig til Træning & Forebyggelse i Fredericia Kommune.

Pårørende, praktiserende læge, sygehuset eller andre kan med dit samtykke også kontakte Træning & Forebyggelse på dine vegne. Relevante oplysninger om dit helbred kan være væsentligt for os at have i forbindelse med vurdering og tilrettelæggelse af det rette træningstilbud, hvorfor vi ofte vil bede om dit samtykke til at kontakte din læge.

Du vil blive kontaktet senest 14 hverdage efter modtagelse af henvendelsen. Det tilstræbes at du starter hurtigst muligt, og senest 4 uger efter at henvendelsen er modtaget.

[Hvordan søger du om forebyggende og sundhedsfremmende indsatser efter §119](#)

Din praktiserende læge eller sygehuset kan henvise dig til forebyggende og sundhedsfremmende indsatser med dit samtykke ved at kontakte Træning & Forebyggelse.

Du vil blive kontaktet hurtigst muligt og senest 14 hverdage efter modtagelse af henvendelsen. Vi tilbyder dig en afklarende samtale hurtigst muligt og senest 4 uger efter, at vi har modtaget henvendelsen.

[Hvornår og hvor foregår tilbuddene?](#)

Genoptræning og rehabilitering, vedligeholdende træning samt forebyggelse og sundhedsfremme foregår primært i dagtimerne på hverdage. Mandag til torsdag kl. 7.30-17, fredag kl. 7.30-15.

For at sikre det bedste mulige udbytte af indsatsen er det en forudsætning, at du er motiveret for at yde en aktiv indsats.

Forløbene foregår som udgangspunkt i Fredericia Sundhedshus, men kan også foregå udendørs eller hvis det vurderes nødvendigt i dit eget hjem eller på et plejecenter.

Hvem leverer tilbuddet?

De medarbejdere du møder i forbindelse med et genoptræning- og rehabiliteringsforløb eller forebyggelse og sundhedsfremme har en uddannelse som ergo- eller fysioterapeut, sygeplejerske eller diætist.

Genoptræning og vedligeholdende træning kan uddelegeres til medarbejdere, der er uddannet indenfor social- og sundhedsområdet.

Medarbejderne er omfattet af reglerne i Forvaltningsloven og Offentlighedsloven. Det indebærer blandt andet, at medarbejderne er undergivet reglerne om tavshedspligt, hvad angår fortrolige oplysninger, som de måtte få kendskab til i forbindelse med udførelsen af opgaverne. Tavshedspligten ophører ikke ved den enkelte medarbejders fratræden.

Medarbejderne er forpligtet til at dokumentere de ydelser, der er givet samt dokumentere og videregive sociale og sundhedsmæssige ændringer i din situation til relevante kommunale myndigheder.

Medarbejderne skal kunne yde akut hjælp, herunder om nødvendigt tilkalde hjemmesygeplejerske, læge med flere.

Kørsel

Der er mulighed for at blive visiteret til kørsel, hvis du af helbredsmæssige årsager ikke selv kan komme til Træning & Forebyggelse.

Dette gælder:

- Sundhedslovens §140 – kørsel er gratis, behov vurderes løbende
- Servicelovens §86, stk. 1 – kørsel er gratis, behov vurderes løbende

Der kan ikke bevilges kørsel til

- Servicelovens §86, stk. 2 – egenbetaling for kørsel
- Sundhedslovens §140a Vederlagsfri fysioterapi – egenbetaling for kørsel
- Sundhedslovens §119 – egenbetaling for kørsel.

Genoptræning i hjemmet – Dit hjem er en arbejdsplads

Når du modtager genoptræning i hjemmet, er dit hjem også medarbejdernes arbejdsplads. Det betyder, at arbejdsmiljøet sikkerheds- og sundhedsmæssigt skal være i orden. Derfor kan det f.eks. være nødvendigt at flytte rundt på møbler, fjerne løse gulvtæpper eller lignende.

Medarbejderne må ikke ryge i dit hjem. Fredericia Kommune opfordrer til, at du heller ikke ryger, imens medarbejderne er i dit hjem eller en time før samt lugter godt ud inden medarbejderen kommer.

Hvis der er ændringer i aftalen?

Hvis det undtagelsesvist er nødvendigt at ændre tidspunktet for en planlagt aftale, får du telefonisk eller skriftlig besked fra Træning & Forebyggelse.

Hvis du må aflyse aftalen?

Det er vigtigt, at du husker at melde afbud senest dagen før eller hurtigst muligt, hvis du er forhindret i at deltage i din aftale, så tiden kan komme en anden til gavn. (Se kontaktoplysninger på næste side).

Træning & Forebyggelse sørger gerne for, at du får en SMS-påmindelse om din aftale 24 timer før aftalen finder sted, hvis du ønsker det. Såfremt du udebliver fra forløbet to gange eller har mange aflysninger, kan forløbet afsluttes.

Forventninger til dig

Træning & Forebyggelse opfatter forløbet som en samarbejdsproces, og det er vores hensigt at skabe et velfungerende samarbejde med dig.

For at opnå størst mulig effekt af forløbet forventer vi, at du:

- Er motiveret for at træne eller ændre adfærd og samarbejder om at nå de mål, som er sat for forløbet
- Tager ansvar for forløbet og for at holde dig i gang i hverdagen
- Har et kontinuerligt fremmøde, og møder op til det aftalte tidspunkt

Det er en forudsætning for forløbet, at du ikke har indtaget alkohol eller euforiserende stoffer inden dine aftaler.

Hvis du ønsker at klage?

Hvis du er utilfreds med det tilbud om genoptræning og rehabilitering, vedligeholdende træning eller forebyggelse og sundhedsfremme, du modtager, har

du mulighed for at klage. Du kan både klage over det tilbud, du modtager efter Serviceloven, og det tilbud du modtager efter Sundhedsloven.

Træning & Forebyggelse ønsker som udgangspunkt at forebygge klager via dialog. Du er derfor velkommen til at kontakte Træning & Forebyggelse for nærmere drøftelse eller vejledning i forbindelse med en eventuel klagesag.

Hvis du er utilfreds med den tildelte ydelse, kan du kontakte Lederen af Træning & Forebyggelse. Lederen kontakter herefter de involverede parter og får deres redegørelse. Skønnes klagen berettiget, er Træning & Forebyggelse forpligtet til umiddelbart at bringe de påklagede forhold i orden.

Hvis klagen vedrører den sundhedsfaglige indsats eller tilsidesættelse af patientrettigheder, er der formel klageadgang til Styrelsen for Patientklager. Klager over kommunens afgørelser om befordring og befordringsgodtgørelse kan også påklages til Styrelsen for Patientklager.

Du finder adresser på de forskellige klageinstanser under kontaktoplysninger nedenfor.

KONTAKTOPLYSNINGER

Træning & Forebyggelse

Fredericia Kommune
Fredericia Sundhedshus
Dronningensgade 97
7000 Fredericia

Tlf.: 7210 6050

Træffetid: mandag til fredag kl. 7.30–9.30 og 12.30-13.30

Sikker mail: (via link)

Styrelsen for patientklager

Oluf Palmes Allé 18H
8200 Aarhus N

Tlf. 7233 0500

<https://stpk.dk/>

De enkelte kvalitetsstandarder kommer her udspecificeret

Genoptræning efter Sundhedslovens §140

Lovgrundlag og baggrundsmateriale

Sundhedslovens § 140

- "Bekendtgørelse nr. 918 af 22. juni 2018 om genoptræningsplaner og om patienters valg af genoptræningstilbud efter udskrivning fra sygehus"
- Sundheds- og Ældreministeriet og Børne- og Socialministeriet Vejledning nr. 9538 af 02/07/2018 om genoptræning og vedligeholdelsestræning i kommuner og regioner
- "Sundhedsaftalen 2019 – 2023 mellem Region Syddanmark og de 22 kommuner"

Hos borgere, som er visiteret til pleje, kan indsatsen suppleres med Hverdagsrehabilitering efter Servicelovens § 83a eller Trænende hjemmehjælp efter Servicelovens § 83.

Målgruppe

Borgere, som har et lægefagligt begrundet behov for almen genoptræning efter et hospitalsophold eller -undersøgelse og som henvises med en genoptræningsplan.

Formål med indsatsen

- At borgeren i videst muligt omfang genvinder sin funktionsevne med udgangspunkt i de problemstillinger, som genoptræningsplanen retter sig mod
- At borgeren støttes i at genoptage hverdagslivet, fritidsinteresser og/eller sit arbejde, samt at fremme borgerens livskvalitet.

Kvalitetsmål

- Senest 4 dage efter udskrivelsen fra sygehuset kontaktes borgeren med henblik på, hvor og hvornår genoptræningen påbegyndes
- Træningen påbegyndes senest 7 kalenderdage efter udskrivelsesdagen, som er dag 0
- Borgeren kan vælge at modtage den almene genoptræning hos en privat leverandør, som KL har indgået en aftale med, hvis den kommunale genoptræning ikke - inden for 7 kalenderdage efter udskrivning fra sygehus eller i henhold til de opstartstider, der fremgår af genoptræningsplanen - kan tilbyde opstart af genoptræningen
- Den private leverandør skal kunne tilbyde opstart af genoptræning senest samtidig med kommunens tilbud
- Hvis borgeren selv ønsker at udsætte opstart af genoptræningen til et senere tidspunkt end det af kommunen tilbudte, indkaldes borgeren til den første ledige tid herefter
- Borgere i midlertidigt ophold på Hannerup Pleje og Rehabiliteringscenter starter genoptræningen 1. hverdag efter ankomsten og tilbydes genoptræning i hverdagene.

Der lægges en plan for genoptræningsforløbet, som borgeren samtykker til.

Effekten af borgerens genoptræning vurderes ud fra borgerens funktionsevne i hverdagen, kombineret med relevante undersøgelsesredskaber, som anvendes ved genoptræningens start og afslutning.

Visitations- og bevillingsgrundlag

Med baggrund i "Bekendtgørelsen om genoptræningsplaner" vil borgeren blive tilbudt genoptræning på basalt eller avanceret niveau. Henviøningsteamet ved Træning & Forebyggelse vurderer, om borgeren har behov for genoptræning på et basalt eller avanceret niveau, samt visiterer til indsatsens indhold og omfang.

Genoptræningsplan basalt niveau

Genoptræningen ydes på basalt niveau, hvis borgeren har enkle og afgrænsede funktionsevnenedsættelser og behandlingsforløbet på sygehuset har været uden komplikationer af betydning for funktionsevne og/eller genoptræningsindsats. Genoptræningen kan oftest varetages af sundhedspersoner med generelle kompetencer inden for deres fagområde

Genoptræningsplan avanceret niveau

Genoptræningen ydes på avanceret niveau, hvis borgeren har omfattende funktionsevnenedsættelser, der har betydning for flere livsområder. Det kan ligeledes handle om eventuelle komplikationer i behandlingsforløbet, der har betydning for funktionsevne og / eller genoptræningsindsats. Genoptræningen varetages af sundhedspersonale med særlige kompetencer inden for deres fagområde.

Procedure

- Borgeren stratificeres til genoptræning på basalt eller avanceret niveau og dette journalføres
- Borgeren indkaldes til en forundersøgelse, som indebærer en afdækning af funktionsevnen, undersøgelse og test samt en vejledning / instruktion og justering / progression af træningsprogram. I samarbejde med borgeren udarbejdes en målsætning for genoptræningsforløbet
- Der er fokus på helhedsperspektivet, herunder KRAM faktorerne. Der spørges til rygning, alkohol, kost og motion
- I samarbejde med borgeren foretages der løbende revurdering af plan og tidsramme
- Indsatsen ydes til målet er nået, eller til der ikke længere ses fremskridt i funktionsevnen eller det vurderes at borgeren selv kan varetage den fortsatte træning
- Alle genoptræningsforløb afsluttes med en evaluering af forløb og mål i samarbejde med borgeren. Der udarbejdes en skriftlig status over opnået funktionsniveau og evt. videre foranstaltninger. Denne status tilgår borgeren, hvis dette ønskes.

Med borgerens samtykke videregives status til bl.a. egen læge og henvisende sygehus

- Ved afslutning af genoptræningen bliver borgeren vejledt i muligheder for vedligeholdelse og/eller fortsat styrkelse af de opnåede færdigheder, gerne i samarbejde med private / frivillige tilbud.

Hvilke ydelser kan indgå

Træningen kan foregå individuelt, på hold, som vejledningsforløb, selvtræning eller ved en kombination af disse. Dette tager udgangspunkt i genoptræningsplanen samt den enkelte borgers ressourcer, behov og motivation.

Træning & Forebyggelse anvender velfærdsteknologi som fx træning over video og apps, der kan understøtte træningen.

Med udgangspunkt i genoptræningsplanen fastlægges, hvilke indsatser der skal indgå i genoptræningen, som fx:

- Fysiske funktioner
 - Styrke- og stabilitetstræning
 - Kredsløbstræning
 - Bevægelighedstræning
 - Balancetræning
 - Aktivitetstræning
 - Funktionstræning
- Mentale funktioner
 - Kommunikation
 - Hukommelsestræning
 - Træning af koncentration / opmærksomhed
 - Træning i problemløsning
 - Træning i energiforvaltning
- Hverdagens aktiviteter
 - Træning i hverdagens gøremål og fysiske aktiviteter
 - Struktur / planlægning af hverdagsaktiviteter
 - Rådgivning og vejledning i ergonomi i hjemmet og evt. på arbejdspladsen
 - Færden med kollektive transportmidler
 - Indkøb

Træning & Forebyggelse har derudover stort fokus på evt. behov for rådgivning og vejledning i forhold til livsstilssygdomme samt hensigtsmæssig livsstil og adfærd.

Ydelsens omfang

Indsatsen er tidsbegrænset og forløbets længde vurderes efter borgerens behov og ressourcer.

Genoptræning efter Servicelovens §86 stk. 1

Lovgrundlag og baggrundsmateriale

Sundhedslovens § 86 stk. 1

Kommunen skal tilbyde genoptræning til afhjælpning af fysisk funktionsnedsættelse forårsaget af sygdom, der ikke behandles i tilknytning til en sygehusindlæggelse.

Hos borgere som er visiteret til pleje, kan ydelsen suppleres med Hverdagsrehabilitering efter Servicelovens § 83a eller Trænende hjemmehjælp efter Servicelovens § 83.

Målgruppe

Ældre borgere, der efter sygdom, som ikke er behandlet i sygehusregi, er midlertidig svækket. Tilbuddet om genoptræning kan f.eks. være relevant for en ældre borger, som er svækket efter længere tids sengeleje i hjemmet på grund af influenza eller efter et fald.

Ud over målgruppen vil også andre voksne i begrænset omfang kunne omfattes af kommunal træning efter § 86, stk. 1.

Eksklusion:

- Borgere, som vurderes at være i stand til at forbedre funktionsevnen enten selv eller via andre tilbud.
- Borgere, der i stedet for genoptræning har behov for isoleret fysioterapeutisk behandling.
- Borgere, der henvises til kommunal genoptræning på baggrund af dårlig økonomi.

Formål med indsatsen

At borgeren opnår samme grad af funktionsevne som tidligere eller bedst mulig funktionsevne – såvel bevægelses- og aktivitetsmæssigt, kognitivt, emotionelt som socialt, herunder træning i de færdigheder, som borgeren har brug for i sine daglige gøremål.

Kvalitetsmål

Effekten af træningsforløbet vurderes ud fra borgerens funktionsevne i hverdagen, kombineret med relevante undersøgelsesredskaber og tests, som anvendes ved genoptræningens start, løbende evalueringer og ved afslutning.

Procedure

- Borgeren indkaldes til en forundersøgelse, som indebærer en afdækning af funktionsevne og i samarbejde med borgeren udarbejdes en målsætning for træningsforløbet. Målene formuleres i borgerens plan for indsats.
- Træningen kan foregå individuelt, på hold, ved selvtræning eller ved en kombination af disse. Træning & Forebyggelse gør endvidere brug af forskellige velfærdsteknologiske løsninger som for eksempel videotræning. Dette tager udgangspunkt i henvisningen samt den enkelte borgers ressourcer, behov og motivation.



- Der er fokus på KRAM faktorerne. Der spørges til rygning, alkohol, kost og motion.
- I samarbejde med borgeren foretages der løbende revurdering af mål, plan og tidsramme.
- Træning & Forebyggelse lægger stor vægt på tværgående samarbejde, for eksempel med plejen, med henblik på at bidrage til og koordinere borgerens samlede rehabilitering, så indsatserne understøtter hinanden på tværs i kommunen.
- Træning & Forebyggelse lægger i forbindelse med afslutning af forløbet stor vægt på samarbejde med private / frivillige tilbud med henblik på at understøtte, at borgeren kan fastholde og evt. udvikle funktionsevnen.
- Alle træningsforløb afsluttes med en evaluering af forløb og mål i samarbejde med borgeren.
- Der udarbejdes en skriftlig status over opnået funktionsniveau og evt. videre foranstaltninger. Denne status tilgår borgeren, hvis dette ønskes. Med borgerens samtykke videregives status til egen læge.
- Status er elektronisk tilgængelig for samarbejdspartnere internt i kommunen med adgang til KMD Nexus-journalsystem.

Hvilke ydelser kan indgå

Med udgangspunkt i borgerens funktionsevne fastlægges, hvilke ydelser der skal indgå i genoptræningen, som fx:

- Fysiske funktioner
 - Styrke- og stabilitetstræning
 - Kredsløbstræning
 - Bevægelighedstræning
 - Balancetræning
 - Aktivitetstræning
 - Funktionstræning
- Mentale funktioner
 - Kommunikation
 - Hukommelsestræning
 - Træning af koncentration / opmærksomhed
 - Træning i problemløsning
 - Træning i energiforvaltning
- Hverdagens aktiviteter
 - Træning i hverdagens gøremål og fysiske aktiviteter
 - Rådgivning og vejledning i ergonomi i hjemmet og evt. på arbejdspladsen
 - Struktur / planlægning af hverdagsaktiviteter samt indkøb
 - Færden med offentlige / kollektive transportmidler

Træning & Forebyggelse har derudover stort fokus på evt. behov for rådgivning og vejledning i forhold til livsstilssygdomme samt hensigtsmæssig livsstil og adfærd.

Ydelsens omfang

Indsatsen er tidsmæssigt begrænset til den periode, hvor funktionsniveauet fortsat kan forbedres gennem yderligere træning.

Vedligeholdende træning efter Servicelovens §86 stk. 2

Lovgrundlag og baggrundsmateriale

Sundhedslovens § 86 stk. 2

stk. 2 Kommunen skal tilbyde hjælp til at vedligeholde fysiske eller psykiske færdigheder til personer, som på grund af nedsat fysisk eller psykisk funktionsevne eller særlige sociale problemer har behov herfor.

Hos borgere som er visiteret til pleje, kan ydelsen suppleres med Hverdagsrehabilitering efter Servicelovens § 83a eller Trænende hjemmehjælp efter Servicelovens § 83.

”Vejledning om genoptræning og vedligeholdelsestræning i kommuner og regioner” udgivet af Ministeriet for Sundhed og Forebyggelse, 2018.

<https://www.retsinformation.dk/eli/retsinfo/2018/9538>

Målgruppe

Ældre borgere, som har en varig funktionsnedsættelse, og som følge heraf har problemer med at opretholde et meningsfyldt liv.

Funktionsnedsættelsen kan skyldes nedsat fysisk eller psykisk funktionsevne eller særlige sociale problemer.

Eksklusion:

- Borgere, som vurderes at være i stand til at vedligeholde eller forbedre funktionsevnen på egen hånd eller via andre tilbud, for eksempel i det frivillige foreningsliv
- Borgere som i forvejen modtager et tilsvarende tilbud om vederlagsfri fysioterapi.

Formål med indsatsen

At borgeren opnår en forbedring af funktioner, en vedligeholdelse af funktioner eller udskyder forringelsen af funktioner:

- At vedligeholde færdigheder, som er nedsatte eller er i risiko for at blive det på grund af nedsat fysisk eller psykisk funktionsevne eller særlige sociale problemer
- At borgeren opretholder et meningsfuldt hverdagsliv til trods for en nedsat funktionsevne både bevægelses- og aktivitetsmæssigt, kognitivt, emotionelt og socialt
- At forebygge, at der opstår behov for eksempelvis sygehusindlæggelse eller øget hjælp i form af andre tilbud efter Lov om Social Service.

Kvalitetsmål

Effekten af træningsforløbet vurderes ud fra borgerens mål for træningsforløbet, kombineret med relevante undersøgelses- og testredskaber, som anvendes ved træningens opstart og afslutning.

Procedure

- Borgeren indkaldes til en forundersøgelse, som indebærer en afdækning af funktionsevne og i samarbejde med borgeren udarbejdes en målsætning for



træningsforløbet. Målene er relateret til hverdagslivet og beskriver enten en udvikling eller en fastholdelse af færdigheder.

- Træningen foregår som udgangspunkt på hold.
- Træning i hjemmet tilbydes undtagelsesvist som kortvarig indsats.
- I samarbejde med borgeren foretages der løbende revurdering af mål.
- Træning & Forebyggelse lægger stor vægt på tværgående samarbejde, for eksempel med plejen, med henblik på at bidrage til og koordinere borgerens samlede rehabilitering, således at indsatserne understøtter hinanden på tværs i kommunen.
- Der udarbejdes en skriftlig status over opnået funktionsniveau og evt. videre foranstaltninger. Denne status tilgår borgeren, hvis dette ønskes. Med borgerens samtykke videregives status til egen læge.
- Status er elektronisk tilgængelig for borgeren samt samarbejdspartnere internt i kommunen med adgang til KMD Nexus-journalsystem.

Hvilke ydelser kan indgå

- Vurdering, udredning og afprøvning af funktionsevne og på baggrund heraf evt. udarbejdelse af mål relateret til hverdagslivet.
- Vejledning i at opretholde et aktivt hverdagsliv.
- Vejledning i at finde et relevant træningstilbud i nærmiljøet, for eksempel i det frivillige foreningsliv.
- Instruktion i selvtræning i hjemmet efter individuelt tilrettelagt træningsprogram.
- Instruktion og vejledning af plejen i at understøtte træning i hjemmet for at borgeren får et aktivt hverdagsliv
- Fysisk træning, med udgangspunkt i borgerens funktionsevne og mål for træningen, som for eksempel styrke- og stabilitetstræning, kredsløbstræning, bevægelighedstræning, balancetræning, aktivitetstræning samt funktionstræning.

Ydelsens omfang

Vedligeholdende træning tilbydes i maksimalt 12 uger, 1 gang ugentligt.

Behovet for fortsat træning vurderes løbende.

Tilbuddet kan bevilges 1 gang årligt.

Sundhedsfremme og forebyggelse efter Sundhedslovens §119

Lovgrundlag og baggrundsmateriale

Sundhedslovens §119

Kommunalbestyrelsen har ansvaret for ved varetagelsen af kommunens opgaver i forhold til borgerne at skabe rammer for en sund levevis.

Stk 2. Kommunalbestyrelsen etablerer forebyggende og sundhedsfremmende tilbud til borgerne.

Målgruppe

Borgeren kan som udgangspunkt få forebyggelsestilbud fra de er 18 år. Særlige tilbud, eksempelvis rygestop, kan tilbydes unge under 18.

Fredericia Kommunes forebyggelsestilbud består af:

- Forebyggelsestilbud for alle ift. nikotinafhængighed
- Forebyggelsestilbud for specifikke målgrupper, ift. kræft, type 2-diabetes, lungelidelser, hjerte-kar-sygdom, kroniske rygproblemer. Let- til moderat depression, osteoporose samt gigt

Det er en sundhedsprofessionel, der vurderer, om du opfylder kriterierne for at få forebyggelsestilbud målrettet specifikke målgrupper.

Formål med indsatsen

Formålet med forebyggelsestilbud er, at borgeren opnår eller vedligeholder bedst mulig funktionsevne, mestringsevne og livskvalitet.

Kvalitetsmål

Vi tilbyder afklarende samtale hurtigst muligt efter aftale med borgeren og senest 4 uger efter, at vi har modtaget henvendelsen.

Procedure

- Borgeren indkaldes til en sundhedssamtale, som blandt andet indebærer en afdækning af behovet beskrevet i henvisningen og i samarbejde med borgeren udarbejde en målsætning for forløbet
- I samarbejde med borgeren foretages der løbende revurdering af mål, plan og tidsramme
- I forløbet indgår aktiviteter og øvelser, som er rettet mod at fremme borgerens mestring og egenomsorg i hverdagen
- Træning & Forebyggelse har fokus på samarbejde med private / frivillige tilbud med henblik på at understøtte at borgeren kan fastholde og evt. udvikle målene
- Ved afslutning evalueres mål og forløb i samarbejde med borgeren
- Der udarbejdes en skriftlig status over opnåede niveau og evt. videre foranstaltninger. Denne status tilgår borgeren, hvis dette ønskes
Med borgerens samtykke videregives status til egen læge.

Hvilke ydelser kan indgå

Forebyggelsestilbud starter med en afklarende sundhedssamtale.

Efterfølgende kan forebyggelsestilbuddet bestå af vejledning i:

- Tobaks- og nikotinafvænning
- Sygdomsmestring
- Fysisk træning
- Ernæringsindsats
- Mental sundhed
- Vaneændring i forhold til overforbrug af alkohol
- Sygdomme, adfærd samt hensigtsmæssig livsstil.

Forebyggelsestilbud leveres primært som holdindsatser. Hvis borgeren ud fra en faglig vurdering ikke kan deltage i et holdtilbud, vil borgeren og den sundhedsprofessionelle aftale rammerne for et afgrænset individuelt forløb. Alternativt kan den sundhedsprofessionelle vejlede borgeren om øvrige tilbud, der bedre matcher borgerens behov. Eksempelvis muligheden for deltagelse i aktiviteter samt sociale og frivillige tilbud i lokalområdet.

Forebyggelsestilbud kan foregå ved fremmøde, via telefon eller som digital vejledning.

Ydelsens omfang

Indsatsen er tidsbegrænset og forløbets længde vurderes efter borgerens behov.

Vederlagsfri Fysioterapi efter Sundhedslovens §140a

Lovgrundlag og baggrundsmateriale

Sundhedslovens § 140a

Stk. 1. Kommunalbestyrelsen tilbyder vederlagsfri behandling hos fysioterapeut i praksissektoren efter lægehenviisning.

Stk. 2. Kommunalbestyrelsen kan herudover tilbyde vederlagsfri behandling hos en fysioterapeut efter lægehenviisning ved at etablere tilbud om fysioterapi på egne institutioner eller ved indgåelse af aftaler herom med andre kommunalbestyrelser eller private institutioner.

Fredericia Kommune har oprettet vederlagsfri fysioterapi som holdtræning til voksne borgere med svært fysisk handicap på baggrund af en neurologisk lidelse.

Målgruppe

For at modtage Fredericia Kommunes eget tilbud om vederlagsfri fysioterapi, skal borgeren kunne deltage i et holdtilbud og opfylde nedenstående:

Svært fysisk handicap på baggrund af neurologisk lidelse.

- Hvis borgeren ikke kan klare sig indendørs i døgnets 24 timer uden hjælp eller hjælpemidler.
- Tilstanden skal være varig. En tilstand defineres som værende varig, når der er udsigt til, at den vil vare mindst 5 år.

Formål med indsatsen

- At borgeren opnår en forbedring af funktioner, en vedligeholdelse af funktioner eller udskyder forringelsen af funktioner
- Indsatsen hos fysioterapeuten skal rettes mod den aktuelle funktionsnedsættelse, som er en følge af svært fysisk handicap.

Kvalitetsmål

Effekten af træningsforløbet vurderes ud fra borgerens funktionsevne i hverdagen, kombineret med relevante undersøgelsesredskaber og tests, som anvendes ved genoptræningens start, løbende evalueringer og ved afslutning.

Procedure

- Borgeren indkaldes til en forundersøgelse samt sundhedssamtale, som blandt andet indebærer en afdækning af funktionsevne og i samarbejde med borgeren udarbejdes en målsætning for træningsforløbet
- I samarbejde med borgeren foretages der løbende revurdering af mål, handleplan og tidsramme
- I træningen indgår aktiviteter og øvelser, som er rettet mod at fremme borgerens mestring og egenomsorg i hverdagen.
- Træning & Forebyggelse lægger stor vægt på tværgående samarbejde, for eksempel i forhold til Plejen, med henblik på at bidrage og koordinere til borgerens

samlede rehabilitering, således at indsatserne understøtter hinanden på tværs i kommunen.

- Træning & Forebyggelse har fokus på samarbejde med private / frivillige tilbud med henblik på at understøtte, at borgeren kan fastholde og evt. udvikle funktionsevnen.
- Ved afslutning evalueres mål i samarbejde med borgeren.
- Der udarbejdes en skriftlig status over opnået funktionsniveau og evt. videre foranstaltninger. Denne status tilgår borgeren, hvis dette ønskes. Med borgerens samtykke videregives status til egen læge.
- Status er elektronisk tilgængelig for borgeren samt samarbejdspartnere internt i kommunen med adgang til KMD Nexus-journalsystem.

Hvilke ydelser kan indgå

Med udgangspunkt i henvisningen fastlægges, hvilke ydelser der skal indgå i træningen, som fx:

- Fysiske funktioner
 - Styrke- og stabilitetstræning
 - Kredsløbstræning
 - Bevægelighedstræning
 - Balancetræning
 - Aktivitetstræning
 - Funktionstræning

Træning & Forebyggelse har derudover stort fokus på evt. behov for rådgivning og vejledning i forhold til livsstilssygdomme samt hensigtsmæssig livsstil og adfærd.

Ydelsens omfang

- Træning på hold 1 x ugentligt á 1 times varighed
- Der foretages undersøgelse / test af borgeren funktionsevne i forbindelse med opstart af træningen og ved afslutningen
- Ved behov kan der i specielle tilfælde tilkobles indsatser efter Servicelovens § 86 stk 1, fx ergoterapi
- Det kan aftales at holde pause med træningen i perioder
- Lægehenvielsen gælder ifølge lovgivningen for ét år. Ved behov for fornyelse af henvisning sendes en skriftlig status til lægen med beskrivelse af borgerens funktionsnedsættelse og mål for fortsat indsats.