



Almen genoptræning

Ydelsesområde	Sundhedsloven § 140 eller Serviceloven § 86		
Målgruppe	Borgere med generelt funktionstab	Omfang	Vurderes individuelt
Kriterier for at deltage	Borger skal: <ul style="list-style-type: none"> • Være henvist med en genoptræningsplan eller visiteret via Center for Ældre. • Kunne forstå og følge en instruktion. • Være motiveret og tage ansvar for egen træning. 		
Kontakt	Ved modtagelse af genoptræningsplan kontaktes borger indenfor 5 hverdage, og genoptræning starter efter aftale.		
Mødested	Afd. Genoptræning Sønderbo, Curdslunden 2, 3700 Rønne, eller Afd. Genoptræning, Nørremøllecentret, Paradisvej 68, 3730 Nexø og samt i Sundhedscenter Bornholm, Torvet 3, 3720 Åkirkeby og Torvegade 4, 3700 Rønne. Træningen kan også foregå i borgers hjem.		
Genoptræning	<p>Ved første møde foretages en fysioterapeutisk undersøgelse, indeholdende test målrettet vurdering af gangfunktion, generel styrke, udholdenhed og balance. Efter undersøgelsen sættes der sammen med borger mål for træningsforløbet. Terapeuten vurderer, om borger skal træne på hold eller individuelt samt om træningen skal foregå på træningscenter eller i hjemmet.</p> <p>Holdtræningen foregår 2 gange ugentligt á 1 times varighed.</p> <p>Genoptræningen er altid tilrettelagt ud fra borgerens behov, men vil oftest indeholde konditions- og styrketræning samt øvelser for bevægelighed og balance.</p> <p>Træning gives med det formål, at borgeren genvinder så højt funktionsniveau som muligt og efterfølgende fortsætter vedligeholdende træning selvstændigt.</p> <p>Øvelserne vil kunne udføres siddende, stående, gående, liggende eller i maskiner – tilpasset den enkelte. Træningen vil løbende blive justeret i det tempo der er muligt.</p> <p>Træningsforløbet afsluttes med test og samtale og der udfærdiges en slutstatus.</p> <p>I det omfang det vurderes relevant for borgerens træning kan der tages kontakt til læge, hjemmepleje og andre samarbejdspartnere.</p>		
Ønsket virkning og resultat	Formålet er at øge funktionsniveau og fastholde borgerens selvhjulpethed ved at tilstræbe et meningsfyldt aktivt liv.		