



ET MERE AKTIVT OG SELVSTÆNDIGT LIV

Rehabiliteringsforløb

FREDERIKSSUND
KOMMUNE

LIVSKVALITET ER NØGLEORDET

Mennesker vil gerne kunne klare sig selv. Rehabilitering handler først og fremmest om livskvalitet, om at holde sig aktiv og om at være så uafhængig af andre som muligt. Rehabilitering giver dig frihed til at kunne bestemme over din egen tid og dit eget liv.

HVORDAN KAN VI STØTTE DIG?

Måske er det første gang, du henvender dig om hjemmehjælp. Måske får du allerede hjælp til gøremål i dagligdagen. Uanset hvad, vil vi gerne forsøge at støtte dig, så du igen kan leve et så selvstændigt liv som muligt.

Arbejdet med at genvinde muligheden for selv at kunne klare sine daglige gøremål kaldes rehabilitering.

I et rehabiliteringsforløb tager vi udgangspunkt i netop din situation, dine ressourcer/begrænsninger og dit ønske om at kunne mere.

HVAD ER ET REHABILITERINGSFORLØB?

Et rehabiliteringsforløb:

- Tilrettelægges ud fra fælles mål, som er aftalt med dig og eventuelt dine pårørende sammen med de sundhedsfaglige medarbejdere.
- Er et tidsafgrænset forløb – typisk mellem 4 og 12 uger.
- Involvere typisk flere sundhedsfaglige personer (f.eks. Ergoterapeut, social og sundhedsuddannet hjemmehjælper, sygeplejerske, fysioterapeut)

HVORDAN SER ET TYPISK FORLØB UD?

Opstart

Du taler med en visitator fra Frederikssund kommune og fortæller, hvad du ønsker at kunne selv. Sammen formulerer I et formål med rehabiliteringsforløbet, som tager

udgangspunkt i dine ønsker, din situation og dine muligheder for at blive helt eller delvis selvhjulpent.



Foto: Kenneth Jensen

Hjemmeplejen modtager herefter en besked om dine ønsker og formålet. Du kontaktes pr. telefon og I aftaler et første besøg.

Første besøg

Første besøg i rehabiliteringsforløbet kan være et besøg, hvor du modtager den hjælp, du har behov for. Det kan også være et "snakkebesøg", hvor du og fagpersonen sammen får skabt klarhed over hvilke mål der arbejdes hen imod samtidig med, at jeres forventninger til hinanden afstemmes.

Arbejdet undervejs

Undervejs i forløbet kan du opleve at skulle ændre den måde, du udfører daglige gøremål på.

"I starten kunne jeg ikke selv tage bad. Så forsøgte jeg mig med en badebænk, en badebørste og tog min morgenkåbe på efter badet. Nu kan jeg selv klare det igen!"

En borger i Frederikssund

Det handler om at gøre tingene på en måde, så du bliver mere selvstændig i hverdagen. Det kan f.eks. være:

- At lære at bruge et hjælpemiddel.
- At lære metoder, som gør dig i stand til at klare daglige gøremål igen og derved blive fysisk aktiv hver dag.
- At øve sig og derigennem genvinde dagligdagsfærdigheder.
- At få vejledning i at blive selvhjulpnen med eksempelvis øjendryp eller selv at hælde din medicin op.

Du bliver fulgt tæt i begyndelsen af forløbet. Efterhånden som du klarer flere og flere ting selv, vil hjemmehjælpen/støtten blive tilpasset dit aktuelle behov.

”Det er rart ikke at skulle vente på, at nogen skal komme og hjælpe mig med at tage tøj på. Jeg er glad for, at jeg nu kan klare det selv”

En borger i Frederikssund

Afslutning

Ved afslutningen af forløbet vil du sammen med den forløbsansvarlige gøre status i forhold til dine oprindelige ønsker og formål.

Hvis du selv kan klare de daglige gøremål, slutter forløbet.

Hvis du fortsat har behov for hjælp/støtte, vil Myndighed vurdere, hvilken støtte du kan tilbydes efter gældende lovgivning.



Foto: Kenneth Jensen

Praktiske oplysninger

Vil du høre mere om tilbuddet, kan Myndighed kontaktes på telefon 47 35 19 00 eller på sikker mail via [Borger.dk](mailto:borger@frederikssund.dk)

Du kan træffe os alle hverdage mellem kl. 9.00 – 12.00

**CENTER FOR
VOKSENSTØTTE OG
REHABILITERING**

Myndighed
Torvet 2, 3600 Frederikssund
3600 Frederikssund

www.frederikssund.dk