

2014

# Kvalitetsstandard for **VEDLIGEHOULDELSESTRÆNING**



VALLENSBÆK  
kommune



Ishøj Kommune



## **Politiske målsætninger**

Formålet med Træningscentret er at tilbyde fagprofessionel træning til dig, der har brug for hjælp til at vedligeholde din funktionsevne.

Målsætningen er, at vi til enhver tid kan tilbyde velkvalificeret træning ved autoriserede fysio- og ergoterapeuter, som er opdaterede med den nyeste viden, og som arbejder målrettet sammen med dig, for at du kan vedligeholde dit funktionsniveau.

Træningscentrene har gode træningsredskaber og har gode beliggenheder.

Det er kommunens mål, at du skal føle dig tryk og tilfreds med den træning, du modtager.

## **Hvad er formålet med vedligeholdelsestræningen?**

Formålet med vedligeholdelsestræningen er at yde en helhedsorienteret indsats med tilbud afpasset dit behov.

Formålet er også at fastholde dit hidtidige funktionsniveau med udgangspunkt i dine behov og aktive formåen og forhindre, at du får funktionstab. Dette sker gennem en målrettet træning.

Ligeledes lægger vi vægt på, at du gennem forløbet erkender og udvikler dine egne ressourcer med henblik på at klare dig bedst muligt i dagligdagen.

## **Hvem kan tildeles vedligeholdelsestræning?**

Vi kan tilbyde dig træning, hvis du som borger ikke er i stand til selv at vedligeholde dit funktionsniveau (hvis dit funktionsniveau er blevet svækket pga. kronisk sygdom eller alderdomssvækkelse).

Vedligeholdelsestræning tilbydes dig, hvis der ikke er andre former for træning, herunder også din egen træningsindsats, der kan vedligeholde dit funktionsniveau.



### **Hvordan tildeles du vedligeholdelsestræning?**

Du kan selv udskrive et ansøgningsskema på [www.ishoj.dk](http://www.ishoj.dk) eller du kan få et ansøgningsskema ved henvendelse til Træningscentret. Din læge eller dine pårørende må gerne hjælpe med dette, men du skal selv underskrive ansøgningen på bagsiden.

Det udfyldte ansøgningsskema sender du eller afleverer til Træningscenter Syd.

Omsorgspersonalet kan på dine vegne udfylde en ansøgning gennem omsorgssystemet.

Når vi har modtaget din/personalets ansøgning, foretager vi en visitation på Træningscentret, hvor vi beslutter, hvad vi kan tilbyde dig. Herefter vil vi kontakte dig telefonisk eller du vil modtage et brev med din afgørelse.

Hvis du har været indlagt, kan hospitalet ved udskrivelsen vælge at orientere os om, at du kan have behov for vedligeholdelsestræning.

Visitationen på Træningscentret vil på baggrund af denne henvendelse tage kontakt til dig og sammen lægge en plan, hvor andre også kan blive inddraget.

### **Hvordan vil dit træningsforløb foregå?**

Du kommer til en indledende samtale, hvor terapeuten vurderer dit træningsbehov, og I udarbejder sammen dine mål for forløbet. Dette kan du altid se i journalsystemet.

Træningen kan efter behov bestå af træning hos fysioterapeut og/eller ergoterapeut samt egen træning efter vejledning.



### **Træningen kan være i form af:**

1. træning på hold i træningscentrene
2. individuel træning i træningscentrene, i dit eget hjem eller nærmiljø
3. samtræning
4. selvtræning med opfølgning/instruktion ved ergo/fysioterapeut.

### **Træningen kan indeholde:**

Undersøgelser

Vurderinger

Test

Vejledning og undervisning

Fysisk træning

ADL-træning (træning i daglige færdigheder)

Kognitiv træning (f.eks. hukommelse, koncentration, planlægning).

Dit træningsbehov vil altid blive vurderet konkret ud fra dit individuelle behov. Individuel træning/samtræning vil som udgangspunkt være maksimalt 1-2 gange om ugen ved ergoterapeut og/eller fysioterapeut. Holdtræning vil være 1-2 gange om ugen.

Dette gælder dog ikke ved ophold på døgnafsnittet.

Terapeuten kan – efter dit samtykke – bede om, at din pårørende skal deltage i en træningsgang, og du kan også bede om, at din pårørende deltager i enkelte træningsgange.



### **Hvilke forventninger har vi til dig, når du går til træning?**

Vi forventer, at du deltager aktivt i træningen og samarbejder omkring de aftalte mål for dit træningsforløb.

Hvis du pga. sygdom eller andre årsager er forhindret i at komme, forventer vi, at du melder afbud. Mere end 2 afbud, som ikke skyldes sygdom eller lignende, kan medføre, at dit træningsforløb afsluttes.

Hvis du udebliver fra træning uden afbud mere end 2 gange, kan dette ligeledes medføre, at dit træningsforløb afsluttes eller revurderes.

Du skal møde op til træning i upåvirket tilstand. Dette er af hensyn til din egen og andres sikkerhed.

Hvis du modtager fysioterapeutisk/ ergoterapeutisk træning andre steder, kan du ikke samtidig modtage samme slags træning i kommunalt regi.

### **Hvornår afslutter du dit træningsforløb og hvad sker der?**

Dit træningsforløb afsluttes, når terapeuten vurderer, at det ikke længere er nødvendigt med fagprofessionel træning, for at du kan vedligeholde funktionsevnen.

Som hovedregel vil du få vejledning i, hvordan du selv fortsætter træningen, og hvad du kan gøre for at fastholde dit aktivitetsniveau.

Ved afslutning af forløbet laver terapeuten en slutstatus, som Træningscentret sender til din egen læge.

Hvis du tidligere har modtaget et træningstilbud og har fået et betydeligt funktionsfald, kan du ansøge om at få bevilliget et fornyet træningstilbud. Du kan tidligst ansøge om et fornyet tilbud 5 måneder efter afslutning.

### **Hvad er prisen?**

Træningen er gratis.

### **Kan jeg blive kørt?**

Hvis det vurderes at du har behov for kørsel, ydes dette gratis med den kommunale kørselsordning til og fra træningsstedet.

Det er kommunens mål, at ud- og hjemkørsel inklusiv ventetid højst må tage 1 time hver vej.

### **Hvad er lovgrundlaget for vedligeholdelsestræning?**

§ 86, stk. 2 og § 88, stk. 3, i Lov om Social Service.

### **Svarfrister vedr. ansøgning om vedligeholdelsestræning**

Du vil altid modtage en skriftlig afgørelse på din ansøgning om træning. Hvis du bliver visiteret til et træningsforløb, er det kommunens mål, at du modtager din afgørelse med besked om tid og sted senest 10 hverdage efter, at vi har modtaget din ansøgning.

Hvis du bliver visiteret til at få afslag på din ansøgning om træning, er det kommunens mål, at du modtager en skriftligt begrundet afgørelse indenfor 15 hverdage.

### **Hvis du vil klage over en afgørelse**

Hvis du vil klage over en afgørelse skal du aflevere din skriftlige klage til Træningscenter Syd inden 28 dage efter modtagelsen af afgørelsen. Vi ser din klage igennem og vurderer, om vi har truffet den rigtige afgørelse. Vi har 28 dage til genvurderingen. Hvis vi fastholder afgørelsen, sender vi dine og vores papirer til Ankestyrelsen, som herefter behandler sagen.



# Træningscentret:

Telefon: **61 14 60 40**

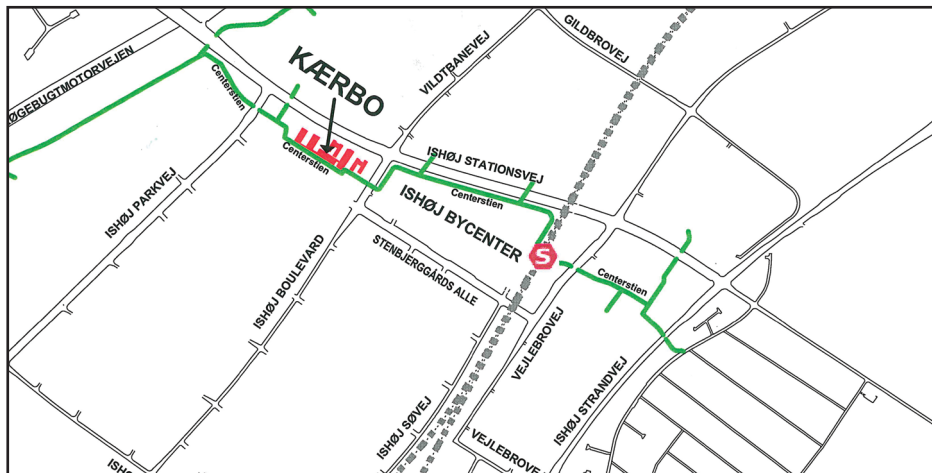
Træffetid: Hverdag kl. 8-9.

Der kan lægges besked på telefonsvareren.

E-mail: [traening@ishoj.dk](mailto:traening@ishoj.dk)

Fax: 43 54 17 55

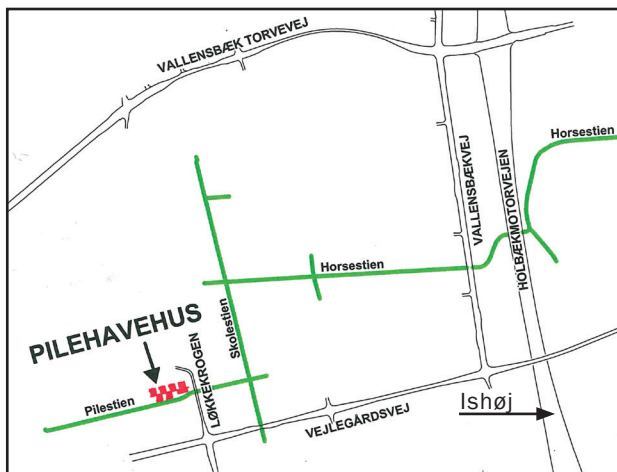
## Træningscenter Syd • Ishøj Boulevard 2A, 2. sal • 2635 Ishøj



Bus 127 stopper lige ved Træningscenter Syd

— Stisystem

## Træningscenter Nord • Løkkekrogen 3 • 2625 Vallensbæk • Telefon 51 53 12 91



Bus 143 stopper tæt på Træningscenter Nord

— Stisystem