

## Genoptræning efter sygehusindlæggelse, komplekse indsatser

### Tilbuddet indeholder:

- Individuel fysio- og/eller ergoterapeutisk forundersøgelse
- Målsætning for genoptræningsindsatsen, bestemmes i et samarbejde mellem dig og terapeuten
- Træningen foregår med et individuelt træningsprogram på hold med ca. 3 – 8 deltagere. Hvis din funktionsevne fysisk eller mentalt er nedsat i en grad, så holdtræning ikke er en mulighed, tilbydes undtagelsesvis individuel træning på træningscentret eller eventuelt i dit hjem
- Tidsafgrænset indsats der foregår 2-4 gange i ugen, afhængigt af om der både er en ergo- og fysioterapeut tilknyttet
- Afsluttende samtale/undersøgelse, med henblik på tilrettelæggelse af dit videre træningsforløb på egen hånd eller ved, at vi hjælper dig med at finde et privat træningstilbud i kommunen
- Tilbuddet kan indeholde vejledning og støtte til pårørende og andet sundhedsfagligt personale i forløbet, når det er relevant

### Formålet er:

At genoptræningen skal hjælpe dig med at komme tilbage til dagligdagen igen, at du genvinder tidligere funktionsevne eller opnår den bedst mulige funktion igen efter din indlæggelse på sygehuset.

Genoptræningen kan fx indeholde genoptræning af gangfunktion og balance, funktioner i hjemmet som fx at lave mad eller købe ind, men genoptræningen kan også rette sig mod følelsesmæssige eller sociale udfordringer i din hverdag.

### Sted for aktivitet:

Genoptræningen foregår som udgangspunkt i et af Center for Træning og Rehabiliterings træningslokaler, men kan hvor det vurderes relevant foregå i borgers eget hjem.

### Tilmelding:

Kræver henvisning fra sygehus.

Du bliver kontaktet af Center for Træning og Rehabilitering, efter de har modtaget din genoptræningsplanen fra sygehuset.