

KVALITETSSTANDARD FOR TRÆNING 2025



**Holbæk
Kommune**
ÆLDRE OG SUNDHED

Hvad er formålet med indsatsen?

Formålet med indsatsen er at støtte dig i at fastholde dit funktionsniveau eller forhindre, at du mister yderligere fysisk og/eller psykisk funktionsevne. Formålet er også at sikre, at du selv kan tage ansvar for dine aktiviteter og træning i hverdagen ved hjælp af råd, vejledning og information.

Hvilket behov dækker indsatsen?

Indsatsen omfatter at vejlede og instruere dig og tilbyde dig træning, der vedligeholder din funktionsevne.

Hvem er i målgruppen?

Du er i målgruppen for at få træning, der vedligeholder dine færdigheder og forebygger, at du taber flere færdigheder, når du:

- Bor i Holbæk Kommune
- Har gennemført et forløb med genoptræning eller rehabilitering og har behov for støtte til at træne, så du kan fastholde det funktionsniveau, du har opnået
- Har nedsat funktionsniveau, der gør, at du har behov for støtte til at træne for at fastholde dine færdigheder.

Hvad og hvor meget indeholder indsatsen?

Vi inviterer dig til en samtale, hvor vi sammen afklarer dine behov. Ved hjælp af en række funktionstest vurderer vi dit træningsbehov og planlægger og sætter mål for din genoptræning.

Vi tilbyder træning en gang om ugen i en periode på op til tre måneder.

Træning kan være selvtræning, holdtræning på et kommunalt træningssted, individuel træning eller træning i dit hjem.

Forløbet slutter med funktionstests for at vurdere om, du har nået målene. Resultatet af funktionstesten danner grundlag for de faglige anbefalinger til din videre træning.

Træningen kan være:

- Instruktion og vejledning af dig og dine pårørende eller netværk
- Holdtræning eventuelt som skærmtræning
- Selvtræning efter et træningsprogram
- Individuel træning eventuelt som skærmtræning
- Træning via ExorLive, et digitalt redskab med øvelser på video målrettet til dig.

I forbindelse med din træning kan du få hjælp til nødvendige personlige behov som for eksempel toiletbesøg.

Du kan blive ledsaget til og fra træning, når du bor i en ældrebolig i tilknytning til et træningssted, hvis du ikke selv kan transportere dig.

Du kan få kørsel til og fra træning, hvis dit helbred forhindrer dig i at køre i egen bil eller med offentlig transport.

Hvad indeholder indsatsen ikke?

Vi tilbyder ikke:

- Træning, hvis du har ret til gratis fysioterapi for samme lidelse eller funktionsnedsættelse
- Træning, hvis du kan benytte forenings- og klubtilbud, frivillige tilbud i de lokale Aktive Centre eller tilbud om behandling hos en privatpraktiserende fysioterapeut
- Hjælp til bad og omklædning i forbindelse med træningen
- Bassintræning eller behandling som for eksempel massage, el-terapi og smertebehandling.

Hvem leverer Indsatsen?

Indsatsen leveres af terapeuter og træningsassistenter, der er ansat til at varetage træning. Hvis du får daglig hjælp fra hjemmeplejen, kan medarbejdere herfra varetage træningen ved hjælp af et træningsprogram fra ExorLive målrettet til dig.

Ambulantræning efter serviceloven § 86 er ikke omfattet af frit leverandørvalg.

Hvordan følger vi op på indsatsen?

En terapeut eller træningsassistent følger med en afsluttendefunktionstest op på, om du har nået dit mål.

Hvad koster indsatsen?

Træning er gratis. Du skal selv betale for kørsel.

Kørsel til og fra træning koster 50 kroner pr. dag, du er til træning. Du vil modtage en regning for kørslen én gang om måneden.

Vi kan efter en konkret individuel vurdering bevilge dig transport.

Hvilke hensyn er vigtige?

Du skal melde afbud til både transport og træningssted senest samme dag, hvis du er forhindret i at komme. Du kan se i indkaldelsesbrevet, hvornår du kan ringe.

Vi opfordrer dig til at have tøj på, som du kan bevæge dig i.

Hvornår begynder indsatsen?

Træningsstedet skal kontakte dig senest fem hverdage efter de har modtaget bevillingen, og du skal være begyndt med træningen senest fire uger, efter de har modtaget bevillingen.

Hvis vi giver dig afslag på din ansøgning, vil du inden for tre uger få et brev fra os med begrundelse for det og en vejledning, hvis du vil klage.

Lovgrundlaget

Lov om social service § 86 stk. 2

§ 86.

Stk. 2. Kommunalbestyrelsen 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.



ÆLDRE OG SUNDHED

Kanalstræde 2,
4300 Holbæk
72 36 36 36