

Tildelingskontoret og Hverdagsrehabiliterings-teamet i Sauda Kommune samarbeider om vurdering av aktuelle brukere og tildeling av tjenesten.

Ta kontakt:

Ingrid/Helene tlf. 480 22 340 mand, torsd og fredager

Tildelingskontoret tlf. 52 78 60 50



Aktiv i egen hverdag!

Hverdagsrehabilitering



Foto: Torbjørn Olsen

Rehabilitering og forebygging mens

du bor i eget hjem



Sauda kommune

Hva er hverdagsrehabilitering?

- Hverdagsrehabilitering er en tidsavgrenset innsats for deg som opplever at hverdagsaktiviteter begynner å bli utfordrende. Noen eksempler på hverdagsaktiviteter kan være: gå på butikken og handle, dusje på egenhånd, kle på seg selv.
- Hverdagsrehabiliteringstilbudet utføres i hjemmet av et tverrfaglig team bestående av fysioterapeut, ergoterapeut, hjemmetrener og sykepleier. En fra teamet kommer hjem til deg opptil fire ganger i uken i flere uker.
- Vi tar utgangspunkt i hva som er viktig for deg når det gjelder å mestre hverdagslige aktiviteter, og sammen med deg jobber teamet mot dine mål.

Hvem er hverdagsrehabilitering for?

- Deg som ønsker å klare deg mest mulig i eget hjem.
- Deg som søker helsetjenester for første gang.
- Deg som har hatt et nylig fall i funksjon, som gjør at du ikke klarer hverdagen din som tidligere.
- Deg som kommer fra sykehus- eller rehabiliteringsopphold, og har behov for videre oppfølging/opptrening.

Hva forventer vi av deg?

Du er motivert til å gjøre en innsats i treningsperioden for å prøve å gjenvinne det du tidligere mestret, slik at du i størst mulig grad kan klare deg selv i dagliglivet igjen.

Hva kan du forvente av oss?

- Første hjemmebesøk vil være en samtale der vi sammen kartlegger din funksjon og livssituasjon.
- Sammen med deg setter vi konkrete mål for hva du ønsker å mestre i din hverdag.
- Videre vil vi lage en plan på hva du skal trene på for å nå målene dine.

Hvorfor hverdagsrehabilitering hjemme?

- Når treningen gjøres i hjemmet får du trent spesifikt på det du har vansker med, eller kan hjelpes til å finne trygge alternative måter å utføre oppgaver i hjemmet på.
- Teamet får anledning til å se de utfordringene du har i hverdagen og hvem du har rundt deg. Da kan vi på en bedre måte hjelpe deg til å nå dine mål.

Aktiv deltagelse i eget liv kan bedre din livskvalitet!



Sauda kommune