



Nå dine mål, med oss på laget



Kvardagsrehabilitering i Sogndal kommune

Kva er kvardagsrehabilitering?

Kvardagsrehabilitering er tidsavgrensa rehabilitering der opptrening i daglege gjeremål skjer heime hjå deg.

Personale frå kommunen utførar systematisk kartlegging, og i samarbeid med deg utarbeidast det mål for kva **du** synast er viktig å meistre i din kvardag.

Kvardagsrehabilitering er:

- Ei teneste for å auke evna til å meistre daglege aktivitetar i kvardagen
- Ei teneste som tek utgangspunkt i kva som er viktig for deg
- Ei teneste som er tidsavgrensa

Kvifor rehabilitering i heimen?

Folk flest ynskjer å være aktive og bu heime lengst mogleg. Dei ynskjer å kunne utføre dei meiningsfulle, kvardagslege aktivitetane og delta i sosiale samanhengar. Aktiv deltaking styrkar livskvaliteten og helsa.

Målgruppa er:

Du som bur heime, men ikkje lenger har same funksjon som før, samt har vanskar med å meistre daglege gjeremål som t.d. personleg stell, matlaging eller andre aktivitetar.

Kven er vi?

Fysioterapeut, ergoterapeut, sjukepleiar, helsefagarbeidar og andre tilsette i pleie og omsorgstenesta i kommunen som ynskjer å bidra til at du kan nå dine mål.

Kva kan du forvente av oss?

Vi kjem heim til deg og hjelper deg med å trene på dine mål. Vi trenar i lag med deg på det som er viktig for at du skal klare deg sjølv i dagleglivet. For å oppnå dette arbeidar vi intensivt med deg i ein avtalt tidsperiode. Evaluering av framgang og justering av mål vil skjer undervegs.

Kva forventar vi av deg?

Du er klar til å gjere ein innsats for å nå dine mål, slik at du i størst mogleg grad kan klare deg sjølv i dagleglivet.

Kontaktinformasjon:

Du kan søkje på tenesta via søknadsskjema for helse og omsorgstenester i kommunen. Skjema finn du på kommunen sine heimesider: www.sogndal.kommune.no

Skjema sendast til:

Sogndal kommune
Postboks 153
6851 Sogndal

Om spørsmål ta kontakt med tenesta
Tlf: 57629800