

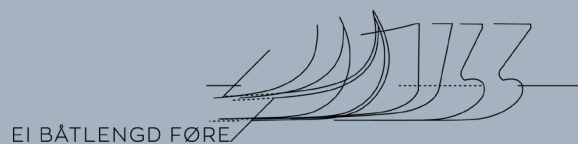
Målgruppe

- Du som opplever utfordringar i kvardagen etter sjukdom/skade
- Du som opplever ein reduksjon i funksjonsnivå, eller har risiko for å miste funksjon
- Du som søker helse- og omsorgstenester for fyrste gong, eller søker om meir teneste
- Du som ønsker å vere aktiv og bu heime
- Du som er motivert til å gjere noko med eigen situasjon og aktivt ta del i utforming av mål for rehabiliteringsperioden
- Du som kan følgje instruksjon og sjølvstendig følgje opp tilpassa eigentreningsprogram
- Trening må kunne utførast i heimen og/ eller i nærmiljøet.

Korleis søker du på tenesta?

Du finn søknadsskjema på Herøy kommune sine heimesider:
www.heroy.kommune.no

Dersom du søker på papir kan skjemaet sendast til:
Avdeling for tenestekoordinerer, ved helse- og omsorgssenteret på Eggesbønes.
Eggesbøvegen 11, 6092 FOSNAVÅG



Kvardagsrehabilitering



Kvardagsrehabilitering

Kvardagsrehabilitering er intensiv og tidsavgrensa trening i daglege gjeremål i eigen heim. Den enkelte sine ressursar, interesser og målsetningar står sentralt.

Eit tverrfagleg team med ergoterapeut, fysioterapeut og sjukepleiar gjer ei systematisk kartlegging, og det blir i samarbeid med deg utarbeida mål som du synes er viktige å meistre i din kvardag. Teamet vil ilag med deg samarbeide om å nå disse måla, ofte saman med heimetenesta.

Teamet består av:

Sjukepleiar/Koordinator:

Elisabeth Strand Slettestøl, tlf. 99210027

Ergoterapeut:

Kathrine Torvik Eikenæs, tlf. 99210026

Fysioterapeut:

Maria Berstad Værnes, tlf: 91332509

Kva kan du forvente av oss?

Vi kjem heim til deg og vil saman med deg trene på det du synest er viktig å meistre i kvardagen.

For å oppnå dette arbeider vi intensivt saman med deg i ei avtalt tidsperiode.

Evaluering av framgang og justering av mål vil skje undervegs.

Kva forventar vi av deg?

Du må vere motivert til å gjere ein innsats for å vinne tilbake aktivitetar du tidlegare meistra, slik at du i størst mogleg grad kan halde fram med å vere aktiv i eige liv - i eigen heim.

Døme på mål for treninga

- Gå utandørs
- Gå trapp
- Kome seg inn og ut av seng
- Lage mat
- Dusje sjølv
- Delta i sosiale aktivitetar

