



Genoptræning og vedligeholdelsestræning

Efter servicelovens § 86, stk. 1 og 2

Kvalitetsstandard

1. Kvalitetsstandard for genoptræning

(Efter Servicelovens § 86 stk. 1)

Denne del af kvalitetsstandarden beskriver Horsens Kommunes serviceniveau for tilbud om genoptræning.

Hvad er formålet med genoptræning?

Formålet med genoptræning er at afhjælpe fysisk funktionsnedsættelse forårsaget af fx sygdom eller en ulykke, der ikke behandles i tilknytning til en sygehusindlæggelse.

Hvem kan modtage træning?

Du kan modtage genoptræning, hvis:

- din fysiske funktionsevne er påvirket i en sådan grad, at du har vanskeligt ved at udføre ét eller flere daglige gøremål (fx at rejse dig fra stolen eller gøre rent i dit hjem), og du ikke behandles for denne nedsatte funktionsevne i sygehusregi
- du har en sygdom, der bevirker, at din fysiske funktionsevne er nedsat. Der skal være tale om en sygdom, som du ikke er i behandling for på sygehuset
- din egen træningsindsats ikke er tilstrækkelig til at forbedre din funktionsevne mest muligt
- du har mulighed for at forbedre dine fysiske færdigheder
- du har behov for støtte og guidning i træningssituationen af en fagperson.



Du kan ikke bevilliges træning alene, fordi du ikke har økonomi til selv at betale for træning, eksempelvis fysioterapi.



Hvilke aktiviteter indgår i træningen?

Din træning tager udgangspunkt i dine mål, som du udarbejder sammen med en terapeut/træningsassistent. Herefter lægger vi sammen en plan for dit træningsforløb.

Træningen kan bl.a. omfatte følgende:

- Styrketræning af konkrete muskelgrupper
- Konditionstræning
- Træning af kognitive færdigheder (fx hukommelse og overblik)
- Deltagelse i aktiviteter
- ADL træning (træning i at kunne udføre daglige gøremål)
- Deltagelse i samfundslivet
- Træning i brug af bevilgede hjælpemidler
- Træning med hjemmeplejen (simple digitale træningsøvelser i hjemmet med programmet DigiRehab).

Under hele genoptræningsforløbet bliver du inddraget i justeringen af mål, samt i hvordan du fastholder og udvikler de færdigheder, du har opnået.

Vi bevilger altid genoptræning efter en konkret, individuel vurdering.

Det betyder, at vi i særlige tilfælde kan gøre undtagelser fx i forhold til hvor og hvor ofte, du træner.

Hvor skal jeg træne?

Træningen foregår så vidt muligt som holdtræning på lokalcenter. Kan din træning ikke varetages via holdtræning, vil du blive tilbudt individuel træning i dit eget hjem.

Hvor ofte kan jeg træne?

Træningen foregår i udgangspunktet 2 gange ugentligt.

Genoptræningen er tidsmæssigt begrænset til den periode, hvor funktionsniveauet fortsat kan forbedres gennem målrettet træning.

Terapeuten/træningsassistenten vurderer løbende, om du fortsat er i målgruppen.

Træning med hjemmeplejen foregår to gange om ugen af 20 minutters varighed i 12 uger.

Du er aktivt deltagende

I Horsens Kommune vil vi gerne gøre tingene *sammen med* dig i stedet for at gøre tingene *for* dig, når det kan lade sig gøre. Det kalder vi rehabiliterende tankegang.

Målet er at støtte dig til at få et godt og meningsfuldt liv, hvor du bliver mere selvhjulpnen i din dagligdag og bevare et aktivt liv længst muligt.

Hvilke aktiviteter indgår ikke?

Eksempler på aktiviteter, der ikke indgår i træningen:

- Træning, der er dækket af andre igangværende indsatser i kommunalt eller regionalt regi.
- Manuel behandling (fx massage og akupunktur).
- Transport til og fra træningsstederne.

Hvad koster træningen?

Træningen er gratis, men der kan forekomme udgifter til træningsartikler. Træningsartiklerne vil oftest kunne købes i sportsbutikker og lignende. Er det ikke muligt for dig at erhverve dig disse, giver vi mulighed for at tilkøbe gennem os. Du har ret til at takke nej til at tilkøbe træningsartikler.

Hvem leverer træningen?

Fysioterapeuter, ergoterapeuter og træningsassistenter ansat i Horsens Kommune.

Hvordan søger jeg om træning?

Udfyld og indsend ansøgningskema på horsens.dk/traening

Eller ring til:

Strakskoordinationen, Vital Horsens:
Tlf.nr. **76 29 38 03**
Mandag, onsdag og fredag kl. 8.30-9.30

Hvornår får jeg svar på min ansøgning?

Du kan forvente at få en skriftlig afgørelse på din ansøgning senest 3 uger efter, at vi har modtaget din ansøgning.

Du kan forvente, at din træning opstartes indenfor 3 uger efter din bevilling. Du bliver kontaktet senest 7 dage efter din bevilling med nærmere information.

Hvordan klager jeg?

Hvis du er utilfreds med din afgørelse, kan du klage enten skriftligt eller mundtligt på følgende måder:

- Udfyld og indsend en elektronisk klage via selvbetjeningsløsning på horsens.dk/traening
- Send en skriftlig klage til:
Strakskoordinationen
Nørrebacken 1, 8700 Horsens
- Ring til Strakskoordinationen på telefon: 76 29 38 03

Klagefristen er 4 uger efter modtagelsen af afgørelsen.

Borgerrådgivere

Du kan også kontakte Horsens Kommunes borgerrådgivere.

Du kan læse mere om borgerrådgiverne og deres træffetider på:

[Borgerrådgiverne - Horsens Kommune](#)

Er du pårørende?

- få en samtale med vores pårørendekonsulenter

Vores pårørendekonsulenter tilbyder samtaler både pr. telefon eller i form af en personlig samtale hjemme hos dig, eller på pårørendekonsulenternes kontor, hvor I sammen kan vende bekymringer, tanker og muligheder.

Pårørendekonsulenterne kan også hjælpe dig i forbindelse med dialog og samarbejde med medarbejdere i kommunens tilbud.

Kontakt pårørendekonsulenterne:

Kirsten Kirk Ladefoged - telefon: **20 20 59 64**

Susanne Bollerup Overgaard - telefon: **40 38 29 30**

2. Kvalitetsstandard for vedligeholdende træning

(Efter Servicelovens § 86 stk. 2)

Denne del af kvalitetsstandarden beskriver Horsens Kommunes serviceniveau for tilbud om vedligeholdende træning.

Hvad er formålet med vedligeholdende træning?

Formålet med træningen er at afhjælpe væsentlige følger af din nedsatte funktionsevne og fastholde dit hidtidige funktionsniveau.

Hvem kan modtage vedligeholdende træning?

Du kan modtage vedligeholdende træning, hvis:

- du på grund af en nedsat fysisk eller psykisk funktionsevne eller særlige sociale problemer vurderes at have behov for vedligeholdelsestræning
- du kan fastholde din fysiske, psykiske eller sociale funktionsevne ved at indarbejde træning i aktiviteter og i dagligdagen.
- din egen træningsindsats ikke er tilstrækkelig til, at du kan vedligeholde din funktionsevne
- du har behov for støtte og guidning i træningssituationen af en fagperson
- du er motiveret for vedligeholdelsestræning.



Hvilke aktiviteter indgår i træningen?

Din træning tager udgangspunkt i dine mål, som du udarbejder sammen med en terapeut/træningsassistent. Herefter lægger vi sammen en plan for dit træningsforløb.

Du tilbydes træning med henblik på, at du fortsat kan udføre aktiviteter i hverdagen. Du kan også få støtte til at begynde i andre tilbud i foreninger mm.

Træningen kan bl.a. omfatte følgende:

- Bassintræning
- Fysisk træning
- Deltagelse i aktiviteter
- Deltagelse i samfundslivet
- Træning med hjemmeplejen (simple digitale træningsøvelser i hjemmet med programmet Digi-Rehab).

Under hele forløbet bliver du inddraget i justeringen af mål, samt i hvordan du fastholder og udvikler de opnåede færdigheder.

Vi bevilger altid vedligeholdelsestræning efter en konkret, individuel vurdering.

Det betyder, at vi i særlige tilfælde kan gøre undtagelser fx i forhold til hvor og hvor ofte, du træner.

Hvilke aktiviteter indgår ikke?

Eksempler på aktiviteter, der ikke indgår i træningen:

- Træning, der er dækket af andre igangværende indsatser i kommunalt eller regionalt regi.
- Manuel behandling (fx massage og akupunktur).
- Transport til og fra træningsstederne.

Hvor skal jeg træne?

Træningen foregår enten som holdtræning på lokalcenter eller individuelt i dit eget hjem.

Hvor ofte kan jeg træne?

Træningen foregår sædvanligvis én gang om ugen.

Vedligeholdende træning er tidsmæssigt begrænset til den periode, hvor du har behov for træningen. Terapeuten/træningsassistenten vurderer løbende, om du fortsat har behov for vedligeholdende træning

Du er aktivt deltagende

I Horsens Kommune vil vi gerne gøre tingene *sammen med* dig i stedet for at gøre tingene *for* dig, når det kan lade sig gøre. Det kalder vi rehabiliterende tankegang.

Målet er at støtte dig til at få et godt og meningsfuldt liv, hvor du bliver mere selv-hjulpnen i din dagligdag og bevare et aktivt liv længst muligt.

Hvad koster træningen?

Træningen er gratis, men der kan forekomme udgifter til træningsartikler. Træningsartiklerne vil oftest kunne købes i sportsbutikker og lignende.

Er det ikke muligt for dig at erhverve dig disse, giver vi mulighed for at tilkøbe gennem os. Du har ret til at takke nej til at tilkøbe træningsartikler.

Hvem leverer træningen?

Fysioterapeuter, ergoterapeuter og træningsassistenter ved Vital Horsens.

Hvordan søger jeg om træning?

Udfyld og indsend ansøgningskema på horsens.dk/traening

Eller ring til:
Strakskoordinationen, Vital Horsens:
Tlf.nr. **76 29 38 03**
Mandag, onsdag og fredag
kl. 8.30 – 9.30

Hvornår får jeg svar på min ansøgning?

Du kan forvente at få en skriftlig afgørelse på din ansøgning senest 3 uger efter, at vi har modtaget din ansøgning.

Du kan forvente, at din træning opstartes indenfor 3 uger efter din bevilling. Du bliver kontaktet senest 7 dage efter din bevilling med nærmere information.

Hvordan klager jeg?

Hvis du er utilfreds med din afgørelse, kan du klage enten skriftligt eller mundtligt på følgende måder:

- Udfyld og indsend en elektronisk klage via selvbetjeningsløsning på horsens.dk/traening
- Send en skriftlig klage til:
Strakskoordinationen
Nørrebakken 1, 8700 Horsens
- Ring til Strakskoordinationen på telefon: **76 29 38 03**
Mandag, onsdag og fredag
kl. 8.30-9.30

Klagefristen er 4 uger efter modtagelsen af afgørelsen.

Borgerrådgivere

Du kan også kontakte Horsens Kommunes borgerrådgivere.

Du kan læse mere om borgerrådgiverne og deres træffetider på:

[Borgerrådgiverne - Horsens Kommune](#)

Er du pårørende?

- få en samtale med vores pårørendekonsulenter

Vores pårørendekonsulenter tilbyder samtaler både pr. telefon eller i form af en personlig samtale hjemme hos dig, eller på pårørendekonsulenternes kontor, hvor I sammen kan vende bekymringer, tanker og muligheder.

Pårørendekonsulenterne kan også hjælpe dig i forbindelse med dialog og samarbejde med medarbejdere i kommunens tilbud.

Kontakt pårørendekonsulenterne:
Kirsten Kirk Ladefoged - telefon: **20 20 59 64**
Susanne Bollerup Overgaard - telefon: **40 38 29 30**

LOVGRUNDLAG

Serviceovens § 86 stk. 1

Kommunalbestyrelsen skal tilbyde genoptræning til afhjælpning af fysisk funktionsnedsættelse forårsaget af sygdom, der ikke behandles i tilknytning til en sygehusindlæggelse.

Kommunalbestyrelsen skal tilbyde genoptræning til voksne efter en konkret individuel vurdering af træningsbehovet.

Serviceovens § 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

Serviceovens § 88

Kommunalbestyrelsen skal træffe afgørelse om tildeling af personlig hjælp og pleje m.v. efter dette kapitel. Kommunalbestyrelsen skal behandle anmodninger om hjælp efter § 83 ved en konkret, individuel vurdering af behovet for hjælp til de opgaver, som modtageren ikke selv kan udføre. Ved vurderingen af behovet for hjælp skal kommunalbestyrelsen tage stilling til alle anmodninger om hjælp fra ansøgeren.

Stk. 2. Tilbud efter § 86 gives efter en konkret, individuel vurdering af træningsbehovet. Genoptræningstilbud efter § 86, stk. 1, gives

med henblik på så vidt muligt at bringe personen op på det funktionsniveau, som den pågældende havde inden sygdommen. Tilbud efter § 86, stk. 2, gives til personer, som har brug for en individuel træningsindsats med henblik på at kunne vedligeholde fysiske eller psykiske færdigheder.

Serviceovens § 89

I forbindelse med afgørelsen efter dette kapitel skal ansøgeren skriftligt oplyses om, hvilken hjælp der er bevilget. Kommunalbestyrelsen kan ved mindre, begunstigende justeringer i hjælpen undlade at fremsende en ny skriftlig oplysning herom til borgeren.

Serviceovens § 90

Hjælp efter §§ 83 og 86 skal leveres i overensstemmelse med den afgørelse, kommunalbestyrelsen har truffet efter §§ 88 og 89. Kommunalbestyrelsen skal sørge for, at den tildelte hjælp efter § 83 leveres inden for en rimelig frist, hvis leverandøren ikke kan overholde de aftaler, der i forbindelse med afgørelsen efter § 88, stk. 1, er indgået om levering af hjælpen.

Stk. 2. Kommunalbestyrelsen skal i forbindelse med afgørelsen om hjælp efter § 83 oplyse modtageren af hjælpen om, hvor hos myndigheden denne kan rette henvendelse, hvis den tildelte hjælp ikke leveres i overensstemmelse med afgørelsen.

Har du brug for yderligere oplysninger?

Kontakt:

Strakskoordinationen

Vital Horsens – Træning og Rehabilitering

Telefon: 76 29 38 03

Mandag, onsdag og fredag kl. 8.30-9.30

Kvalitetsstandarden er godkendt i Sundheds-, Forebyggelses- og
Psykiatriudvalget den 22. januar 2025