



Indsatsområde:	Vedligeholdende træning
Lovgrundlag	<p>Lov om Social Service §86 stk. 2</p> <p><i>Målgruppen for vedligeholdelsestræning er alle personer, som på grund af nedsat fysisk eller psykisk funktionsevne eller særlige sociale problemer vurderes at have behov herfor.</i></p> <p><i>Vedligeholdelsestræning omfatter også træning af personer med kroniske lidelser, i det omfang disse personer har brug for en individuel træningsindsats med henblik på at kunne vedligeholde fysiske, psykiske og sociale færdigheder.</i></p> <p><i>Tilbud om vedligeholdelsestræning skal ses i sammenhæng med tilbud om genoptræning. Ofte vil der i forlængelse af et afsluttet genoptræningsforløb, efter både sundhedsloven og serviceloven, være behov for vedligeholdende træning med henblik på at fastholde den erhvervede funktionsevne.</i></p>

Funktionsniveau for bevilling af indsatsen	
Hvem kan få/målgruppe	<p>Borgere der:</p> <ul style="list-style-type: none">• Har væsentlig nedsat funktionsevne• Har et potentiale til at fastholde tidligere funktionsniveau eller i væsentlig grad forhale/forebygge tab af funktionsevne i forhold til hverdagens gøremål.• Har behov for at træningen finder sted under terapeutfaglig vejledning fordi de ikke kan vedligeholde funktionsevnen ved andre tiltag f. eks selvtræning, træning i andet regi, deltagelse i almindelige daglige aktiviteter, gåture, fællesaktiviteter på et plejecenter.• Er i stand til at deltage aktiv og motiveret i træningen.• Ikke modtager genoptræning efter §140 eller §86 stk. 1 for sammen funktionsevnenedsættelse.• Ikke modtager vederlagsfri fysioterapi §140a for sammen funktionsevnenedsættelse.



Særlige kvalitetsmål	<ul style="list-style-type: none">• Terapeuten og borgeren fastlægger i samarbejde den konkrete målsætning for træningsforløbet• Træningen retter sig mod problemer i forhold til kroppens funktioner, samt aktivitets- og deltagelsesbegrænsninger.• Borgere der skal træne på kropsniveau stratificeres Jf. Retningslinje for Holdtræning.• Ved afslutning vejledes borger, evt. pårørende og plejepersonale i hvordan det opnåede resultat kan vedligeholdes.
-----------------------------	---

Indsatsområder Beskrivelse	<p>Der kan bevilges følgende ydelser;</p> <ul style="list-style-type: none">• Vedligeholdende træning• Råd og vejledning om træning <p><u>Vedligeholdende træning</u> Vedligeholdende træning indeholder:</p> <ul style="list-style-type: none">• Opstartssamtale• Terapeutfaglig undersøgelse/ Test af funktionsevnen• Vedligeholdende træning• Afsluttende samtale med vejledning ifht. fortsat selvtræning <p><u>1. Opstartssamtale</u> Foregår på træningscentret. Kan undtagelsesvis foregå i hjemmet for at afklare omgivelsesmæssige faktorer af betydning for træningsforløbet, eller hvis funktionsevne fysisk eller mentalt er nedsat i en grad, der hindrer transport til et træningscenter.</p> <p><u>2. Terapeutfaglig undersøgelse/Test af funktionsevnen</u> Foregår ved opstart og afslutning af træningen. Kan foregå punktvis for at revurdere og tilpasse træningsforløbet.</p> <p><u>3. Vedligeholdende træning</u> Kan foregå på krops, aktivitets- og deltagelsesniveau.</p> <p><i>Træning på kropsniveau</i> f.eks muskelstyrke, balance, kondition, udholdenhed, eller kognitive funktioner.</p> <ul style="list-style-type: none">• Foregår på Aktivitetscentret i Ølgod, Carolineparken i Varde Helle plejecenter, Poghøj plejecenter. Kan undtagelsesvis foregå i eget hjem, hvis funktionsevne fysisk eller mentalt er nedsat i en grad, der hindrer transport til et træningscenter
--------------------------------------	--



- Foregår på hold med ca. 3 – 8 deltagere. Kan undtagelsesvis foregå som sam- eller individuel træning, hvis funktionsevnen fysisk eller mentalt er nedsat i en grad, så holdtræning ikke er en mulighed.

Træning på Aktivitets- og deltagelsesniveau f. eks at færdes, at komme i og af sengen, personlige og praktiske gøremål samt brug metoder og hjælpemidler hertil.

- Foregår typisk individuelt og i eget hjem
- Kan også foregå individuelt eller på hold på Aktivitetscentret i Ølgod eller på Carolineparken i Varde.

4. Afsluttende samtale med vejledning i forhold til fortsat selvtræning

- Selve samtalen foregår indenfor de sidste uger af træningsforløbet. Der udleveres evt. selvtræningsprogram og borger, pårørende og plejepersonale vejledes ifht. Tiltag der kan opretholde det opnåede niveau
- Allerede når træningsforløbet starter op, begynder dialogen om, hvilke tiltag der ved afslutning skal sættes i stedet for det kommunale genoptræningsforløb.
- For forankring af den videre selvtræning, kan afslutningen i enkelte tilfælde suppleres med afprøvning af eks træning i nærområdet, privat fitness, træning i naturen. Dette foregår som del af træningen.

Det vedligeholdende træningsforløb afsluttes

- Når målene ud fra en terapeutfaglig vurdering er nået, dog senest ved bevillings udløb.
- Hvis borgeren gentagne gange melder afbud eller udebliver fra træningen.
- Hvor terapeuten vurderer, at borgeren ikke længere er indenfor målgruppen, fordi:
 - Målene kan nås ved andre tiltag såsom selvtræning, træning i andet regi, deltagelse i almindelige daglige aktiviteter, gåture eller fællesaktiviteter.
 - Borgeren ikke længere har behov for tæt terapeutfaglig vejledning i træningen.
 - Målene ikke kan nås og der ingen udvikling sker i træningen.
 - Borgeren ikke deltager aktivt og motiveret i træningen.
 - Borgeren tildeles et genoptræningsforløb, eller vederlagsfri fysioterapi for samme funktionsevne nedsættelse.



	<p>Råd og vejledning om træning</p> <p>Bevilges, hvis det er mindre end et år siden sidste vedligeholdende træningsforløb blev afsluttet.</p> <p>Råd og vejledning kan indeholde:</p> <ul style="list-style-type: none">•Opfølgning på tiltag igangsat i forbindelse med sidste vedligeholdende træningsforløb•Justering og tilpasning af program•Vejledning af pårørende og plejepersonale <p>Råd og vejledning foregår som udgangspunkt på træningscentret. Det kan foregå i hjemmet, hvis der er behov for afprøvninger mm. på aktivitetsniveau. Eller hvis funktionsevnen fysisk eller mentalt er nedsat i en grad, at det hindrer transport til et træningscenter.</p> <p>Generelt</p> <p>Ved markant tab af funktionsevne f.eks i forbindelse med fald eller sygdom, kan der bevilges et genoptræningsforløb jf.§ 86 stk. 1.</p>
Forventninger til borgeren:	<ul style="list-style-type: none">• Borgeren skal være motiveret for træning, tage medansvar og medvirke aktivt for at nå målene for træningen, hvilket også kan betyde selvtræning i eget hjem• Hvis borgeren er forhindret i at modtage træning på det aftalte tidspunkt, gives der besked hurtigst muligt og senest dagen før træningen.
Dette er ikke indeholdt i indsatsområdet	<p>Manuelle behandlinger såsom ultralyd, varme, laser og massage, med mindre det er en lille del af forløbet og er nødvendig for at muliggøre gennemførelse af træningen.</p> <p>Genoptræning efter indlæggelse, efter fald eller efter sygdom uden indlæggelse f. eks lungebetændelse eller influenza.</p>
Kørsel	<p>Borgeren skal selv sørge for transport til og fra træningsstedet.</p> <p>Som for eksempel</p> <ul style="list-style-type: none">• Benytte Flextransport• Få køreledighed• Tage bussen• Benytte eget køretøj• Gå



Beskrivelse af indsatspakker/blokke på indsatsområdet	
Hyppighed og leveringstidspunkt	<p>Vedligeholdende træningen</p> <ul style="list-style-type: none">•Maximalt 20 x træning incl. opstarts og slutkonsultation <p>Råd og vejledning om træning.</p> <ul style="list-style-type: none">•Maximalt 3 x råd og vejledning incl. opstart og afslutning
Levering af opgaven	<ul style="list-style-type: none">• Der er ikke frit valg af leverandør.• Vedligeholdende træning udføres af terapeuter ansat i "Træning og Rehabilitering" en afdeling under Social og Sundhedsafdelingen i Varde Kommune.• Træningen leveres 1 – 3 x ugentlig i op til 3 mdr.• Træning 3 x ugentlig foregår udelukkende hvor der er behov for både ergo- og fysioterapeut.• Ydelserne leveres i dagtimerne på hverdage.• Holdtræning foregår på bestemte dage og tidspunkter• Det konkrete forløb, sted og metode, for såvel et "vedligeholdende træningsforløb" og "opfølgning på træningen" fastlægges af terapeuten ud fra overvejelser om hvordan borgeren bedst, billigst og hurtigst opnår målene for træning og kan afsluttes.• Indsatsen skal iværksættes inden for 6 uger efter modtagelse af bevillingen.• Indsatsen skal kunne iværksættes straks eller efter behov i situationer hvor træningen er afgørende for at forebygge kompenserende indsats.
Udarbejdet af Senest revideret af	Social og Sundhedsafdelingen, oktober 2017 Godkendt i Social og Sundhedsudvalget d.