



Foto: Simen Soltvedt

SLIK SØKER DU OM KVARDAGSREHABILITERING

Du finn søknadsskjema på
bjornafjorden.kommune.no/kvardagsrehabilitering

For meir informasjon, kontakt kvardagsrehabiliteringsteamet
på telefon 46 86 04 40 (måndag–fredag kl. 8–15.30)



KVARDAGS- REHABILITERING



AKTIV I EIGE
LIV – I EIGEN HEIM

Helsefremming
og rehabilitering

**BJORNA
FJORDEN**



KOMMUNE

Helsefremming
og rehabilitering

**BJORNA
FJORDEN**



KOMMUNE



Foto: Varde Film AS

KVA ER KVARDAGS-REHABILITERING?

- Kvardagsrehabilitering er eit av tiltaka Bjørnafjorden kommune har sett i verk for å bidra til god helse og aktiv alderdom for innbyggjarane.
- Kvardagsrehabilitering er tidsavgrensa rehabilitering der opptrenning i daglege gjere mål skjer heime hos deg.
- Kvardagsrehabilitering er eit gratis tilbod
- for å auke evna til å meistre daglege aktivitetar i kvardagen som tar utgangspunkt i kva som er viktig for deg å meistre som er tidsavgrensa i fire veker
- som blir gitt av eit tverrfagleg team sett saman av sjukepleiar, ergoterapeut, fysioterapeut og heimetreinar

KVIFOR KVARDAGSREHABILITERING I HEIMEN?

I heimen din kan vi trene på daglege aktivitetar som er viktige for deg å meistre. Det kan vere trappa du skal gå i, lage mat på kjøkkenet ditt, gå trygt inne eller utendørs, dusje sjlv, kome deg inn og ut av senga, kunne gå til butikken eller vere i stand til å delta i sosiale samanhengar

KVA KAN DU FORVENTE AV OSS?

Vi kjem heim til deg og ønsker å bidra til at du når dine mål for kva som er viktig for deg å meistre i din kvarlag. For å oppnå dette trenar vi saman med deg i ein treningsperiode på fire veker

KVA FORVENTAR VI AV DEG?

Du er motivert til å gjere ein innsats for å trene deg opp igjen, slik at du i størst mogleg grad kan klare deg sjlv i kvardagen

KVEN KAN FÅ KVARDAGSREHABILITERING?

- Du er over 18 år
- Du bur heime
- Du har fått redusert funksjon og vanskar med daglege aktivitetar
- Du ønsker å vere mest mogeleg aktiv og sjølvstendig

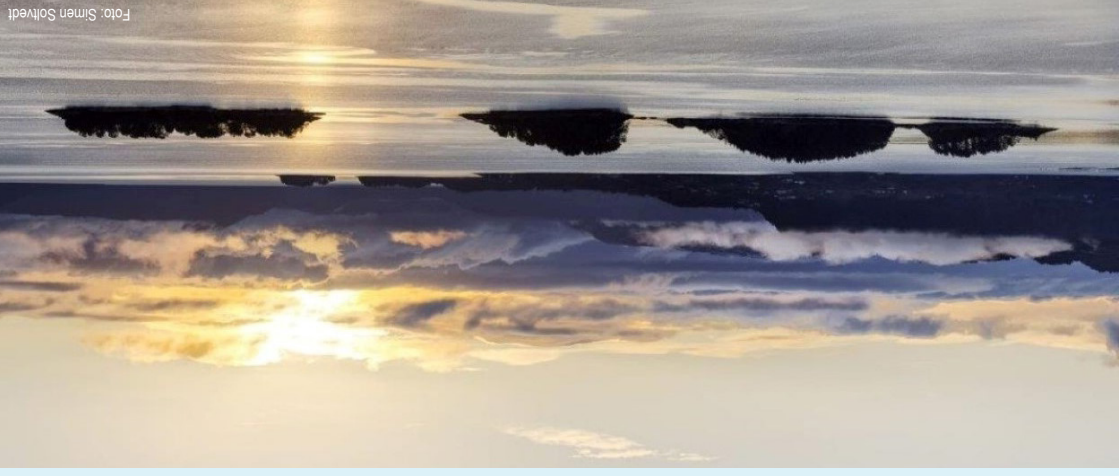


Foto: Simen Solvold

