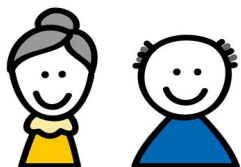


Kven kan søkja?

Er det aktivitetar du har likt å gjera og du kunne tenkt deg å ta opp igjen (heime, nærmiljøet, foreiningar, arrangement e.l)? Kanskje har du vore sjuk og må ha hjelp til ting i det daglege? Er det noko av det du får hjelp til i dag som du ynskjer å trenar på for å få til sjølv igjen? Da kan kanskje kvardagsrehabilitering vera aktuelt for deg!



Du kan søkja gjennom pleie-og omsorgstenesta.

Ta kontakt med Etne/Skånevik Omsorgssenter for søknadskjema, eller gå inn på kommunen si heimesida "søknad om helse-og sosialtenester"
<http://www.etne.kommune.no/skjema-aa.4744949-152532.html>

Etne Omsorgssenter tlf: 53 75 81 40

Skånevik Omsorgssenter tlf: 53 75 85 50

Team for kvardagsrehabilitering i Etne Kommune



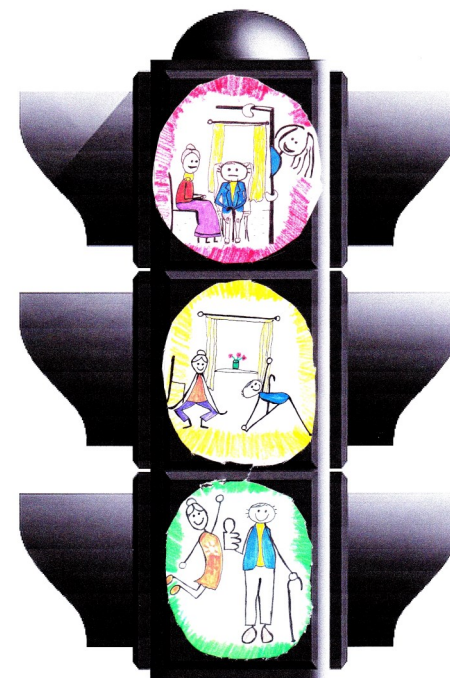
AVDELINGSLEIAR/ SJUKEPLEIAR DOREEN HALLELAND
ERGOTERAPEUT ANITA SØRHEIM
FYSIOTERAPEUT SYLVIA THÖR
HEIMETRENAR ANETTE BACKASCH
HEIMETRENAR SABINE WITTEK



Etne kommune

me gjere de' i Etne!

Kvardagsrehabilitering



Aktiv i kvardagen

Det er aldri for seint å byrja å trenar og vera aktiv. Ein 80-åring er like trenbar som ein 30-åring

KVA ER KVARDAGSREHABILITERING?

Dei aller fleste eldre ynskjer å bu heime og vera mest mogleg sjølvhjulpne.

Etne kommune har difor fokus på kva som er viktige aktivitetar i livet ditt nå og meistring av kvardagen i eigen heim.

For å meistra kvardagen din betre kan du få tilbod om kvardagsrehabilitering med støtte og trening i staden for tradisjonelle helse- og omsorgstenester.

Saman med deg set me mål for treninga di med utgangspunkt i din kvardag, dine daglege gjeremål, dine behov og ressursar. Det handlar om livskvalitet.



Det folk tilskriver alderen, er i realiteten ofte følger av inaktivitet.»
Peter F. Hjort

For å finna ut kva du ynskjer, spør me:

- * kva er viktige aktivitetar i livet ditt nå?
- * saknar du å gjera aktivitetar du tidlegare dreiv med?
- * kva skal til for at du skal kunna gjenoppta aktivitetar?

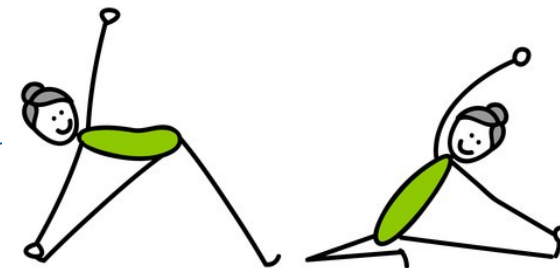


Me vegleiar og støttar deg i å utføra kvardagslege aktivitetar sjølv, i staden for at me gjer det for deg.

Målet er at du etter avslutta kvardagsrehabilitering skal kunna klara deg sjølv og oppretthalda funksjonsnivået ditt gjennom ein meir aktiv kvardag.



Dersom du ikkje klarar deg sjølv, får du den hjelpa du har behov for.



Kven er team kvardagsrehabilitering?

Eit tverrfagleg team sett saman av ergoterapeut, fysioterapeut, sjukepleiar og heimetrenarar som ynskjer å bidra til at du kan nå dine mål.



Visste du at eldre kan halda seg i form gjennom kvardagslege aktivitetar som å handla, klippa plen og stella hus og hage?

