

# Kvalitetsstandarder fra Servicebeskrivelsen for træning og rehabilitering, som endnu ikke har været forelagt udvalget.

## 5.4 Faldforebyggelse

---

### Formål

Formålet med faldforebyggelse er, at:

- støtte borgere til at handle forebyggende for at undgå fald- eller nærfaldsepisoder
- øge funktions- og vidensniveau for forhold der nedsætter faldrisiko

---

### Målgruppe

Borgere over 18 år [med fast bopæl](#) i Gribskov Kommune som har faldtendens eller er i risiko for at falde.

---

### Kriterier for tildeling

Det er er forudsætning for visitation til faldforebyggelse at:

- borgeren i en "Rejse-Sætte sig-test" scorer = eller < 8
- borger er motiveret for at deltage i forløbet.

Derudover skal borgeren opfylde mindst ét af nedenstående [kriterier](#);

- Borger har oplevelse af faldrisiko/ beskrevet faldepisode der har betydning for borgers aktiviteter i dagligdagen
- Kendte problemstillinger ift syn, ernæring, svimmelhed, medicinering, boligindretning eller hjælpemidler som kræver indsats udover normal praksis, fx i samarbejdet mellem visitator og egen læge.

Dialog om fremtidig fastholdelse af funktionsniveau indgår som vigtigt element fra første samtale, og er

---

---

gennemgående i alle forløb.

---

**Indsatsen kan omfatte** Indsatsen for faldforebyggelse indeholder både træning på hold og teoretisk undervisning.

Undervisningen indeholder 8 moduler:

- Modul 1: Kom i gang efter fald
- Modul 2: Bo sikkert
- Modul 3: Sov godt om natten
- Modul 4: Motion
- Modul 5: Væske
- Modul 6. Den rigtige medicin
- Modul 7: Kost
- Modul 8: Lokalt tilbud i Gribskov Kommune – hvordan fastholder vi funktionsniveau.

---

**Levering og omfang** Forløb med faldforebyggelse foregår på hold 2 gange om ugen i 1½ time, i 8 uger. Faldforebyggelsesforløb foregår i hverdage i dagtimerne mellem kl. 7-17 på et genoptræningscenter.

Der kan som udgangspunkt ikke finde revisitation sted.

---

**Egenbetaling** Faldforebyggelse er gratis for borgerne.

Kørsel kan visiteres efter gældende regler for kørsel til genoptræning i Gribskov kommune.

---

**Lovgrundlag** Sundhedsloven § 119, sundhedslovens § 140 og Serviceloven §86, stk 1

---



## 5.6 Rehabilitering - KOL, diabetes 2 og hjertekar

---

### Formål

Formålet med rehabiliteringsforløbet er, at:

- understøtte borgeren med kronisk sygdom i aktiv livsførelse og udnyttelse af egne ressourcer.
- øge borgerens motivation for at følge anbefalinger for kost, rygning, alkohol, motion og eventuel medicinsk behandling.

### Målgruppe

Borgere over 18 år med fast bopæl i Gribskov Kommune som har en følgende kroniske sygdomme: KOL, type 2 diabetes eller hjerte-kar sygdomme .

### Kriterier for tildeling

Det er forudsætning for visitation til et rehabiliteringsforløb, at:

- borgeren har et lægefagligt vurderet rehabiliteringsbehov, er stratificeret jvf. relevant forløbsprogram og er henvist fra praktiserende læge, speciallæge eller læge fra hospital.
- borgeren er motiveret for at deltage i forløbet.

### Kriterier for den specifikke sygdom:

**KOL:** Borgere med moderat KOL , svær KOL eller meget svær KOL stratificeret til 1,2 eller 3.

**DM2:** Borgere med type 2 diabetes, stratificeringsniveau 1 og 2.

**Hjertekar:** Borgere omfattet af Sundhedsstyrelsens hjertepakkeforløb for iskæmisk hjertesygdom (risikostratificering gruppe 1) og hjertesvigt.

---

---

## Indsatsen kan omfatte

Det konkrete indhold i rehabiliteringsforløbet afhænger af:

- en konkret og individuel vurdering af den enkelte borgeres behov.
- det konkrete forløbsprogramms sundhedsfaglige og socialmedicinske indsatser.

Begge dele afdækkes i en indledende samtale med borgeren. Se mere om indende samtale i afsnit **xx**

Indsatsen kan på baggrund af den indledende samtale med borgeren omfatte et eller flere af nedenstående forløb:

1. Træning
2. Gruppeforløb mhp. øget mestring og trivsel
3. Rygestopvejledning og rygestopkursus
4. Sygdomsspecifik rådgivning
5. Diætist og kostvejledning
6. Motionsvejledning

Det nærmere indhold i indsatser uddybes i indsatskataloget, 5.6.1.

---

## Levering og omfang

Rehabiliteringsforløbene foregår på hverdage i dagtimerne mellem kl. 7-20 på et genoptræningscenter eller i tilsvarende velegnede lokaler.

Det konkrete forløb planlægges i et samarbejde mellem borger og leverandør og sammensættes individuelt, hvorfor indsatsens samlede omfang vil variere.

Indhold, frekvens og omfang for hver af de indsatser der kan indgå i forløbene uddybes i indsatskatalog , 5.6.1.

---

---

Der kan som udgangspunkt ikke finde revisitation sted, men dog er det muligt at tilføje *yderligere* konkrete indsatser til den enkeltes forløb, hvis motivation herfor opstår undervejs i forløbet.

---

### Egenbetaling

Rehabiliteringsforløb er gratis for borgerne.

Kørsel kan visiteres efter gældende regler for kørsel til genoptræning i Gribskov kommune.

---

### Lovgrundlag

Sundhedsloven §119

Aftaler om Forløbsprogramindsatser indgået mellem Hospitaler i Region Hovedstaden, almen praksis og samt Gribskov kommune.

---

## 5.6.1 Indsatskatalog for rehabiliteringsforløb – KOL, diabetes 2 og hjertekar.

### 1. Træning

---

#### Indhold

- Inden træningsforløbet sættes i gang gennemføres en forundersøgelse. På baggrund af undersøgelsen fastlægges borgerens:
    - Funktionsniveau via baseline-test
    - Målsætning for forløb
    -
  - Endvidere er det et krav, at der i forbindelse med træningsstart:
    - Udarbejdes træningsprogram
      - - Opstartes træningslogbog.
      -
    - Der tilbydes, på baggrund af forundersøgelsen, niveauopdelt træning (3-4 niveauer) med fokus på konditions- og styrketræning, (jf. gældende anbefalinger fra Håndbog for fysisk aktivitet og dokumentalistrapport), og individuelt relateret til målsætning for forløb.
    -
  - Træningen foregår som udgangspunkt på hold
-

|                           |  |
|---------------------------|--|
|                           | <p>og/eller ved egen-træning efter fastlagt program. Træning på hold tager hensyn til individuelle behov og diagnoser.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>•</li> <li>• Egentræning har til formål at styrke borgerens motivation til at understøtte fortsat træning efter endt træningsforløb.</li> </ul> <p>I træningsforløbet indgår motionsvejledning. Se indhold herfor under punkt "6. Motionsvejledning"</p> |
| <b>Kompetencekrav</b>     | Den udførende medarbejder har kompetencer svarende til fysioterapeut eller ergoterapeut med opdateret diagnosespecifik viden.  |
| <b>Omfang og frekvens</b> | <p>Træningen foregår 2 gange ugentligt af 1 time i 12 uger.</p> <p>De første 6 uger tilbydes superviseret træning 2 gange om ugen.</p> <p>Følgende 6 uger tilbydes 1 gang superviseret træning og 1 gang egen-træning efter program.</p>   |

## 2. Gruppeforløb

|                |   |
|----------------|---|
| <b>Indhold</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Lukket gruppeforløb med max 12 deltagere.</li> <li>•</li> <li>• Forløbet indeholder 6 moduler med dialog og oplæg til understøttelse af deltagernes egenmestring med</li> <li>• udgangspunkt i deltagernes behov.</li> <li>•</li> <li>• <u>Modul indhold;</u></li> <li>•</li> <li>• Modul 1: Introduktion, mål og forventninger til forløb.</li> <li>• Modul 2: Bevægelse – rør dig godt. Hvad betyder fysisk aktivitet for kronisk sygdom.</li> </ul> |
|----------------|---|

- 
- Modul 3: Tanker og sind – tænk godt.
  - Modul 4: Søvn, rygning og alkoholvaner.
  - Modul 5: Mad – spis godt. Hvad betyder mad og drikke for kronisk sygdom.

Model 6: Hvad nu – afrunding og evaluering samt mulighed for netværksarrangement.

---

**Kompetencekrav**

Den udførende medarbejder har en sundhedsfaglig uddannelse og dokumenteret erfaring med sundhedspædagogisk tilgang, mestring og empowerment.

---

**Omfang og frekvens**

Hvert modul er som udgangspunkt planlagt til 1 times varighed.

Gruppeforløbet planlægges i sammenhæng med træning, for de borgere der deltager i både træning og gruppeforløb.

---

**3. Rygestopvejledning og rygestopkursus**

---

**Indhold**

- **Rygestopvejledning:**
  - Vejledning om rygning og rygestop indgår i forbindelse med den indledende samtale (se afsnit xxx), hvor der henvises til nationale rygestoptilbud, herunder STOPlinien.
  -
- **Rygestopkursus:**
  - Vurderes det, at borgeren har særligt behov for støtte til rygestop, der rækker ud over den vejledende indsats beskrevet ovenfor, kan der tilbydes deltagelse på rygestopkursus.
  - Modul indhold:
    - 
    - Modul 1: Start på forberedelsen, herunder beslutning, deltagernes rygeprofil og helbred.
    - Modul 2: Forberedelse af selve stoppet
    - Modul 3: Håndtering af rygestoppet, herunder risikosituationer, belønning og netværk.
    - Modul 4: Fastholdelse af rygestoppet, herunder humørsvingning og stress.
    - Modul 5: Hjælpe til fremtiden, herunder forebyggelse af tilbagefald, vægt og kost samt



---

nikotinnedtråpning.

Modul 6: Status og opfølgning

---

**Kompetencekrav**

Den udførende medarbejder har en sundhedsfaglig uddannelse og har kompetencer svarende til rygestopinstruktør fra Kræftens Bekæmpelse.

Medarbejderen har ansvaret for løbende at være opdateret på nyeste tilbud og tiltag indenfor området.

---

**Omfang og frekvens**

Rygestopvejledning:

Rygestopvejledning indgår som minimum i forbindelse med den indledende og afsluttende samtale i det samlede rehabiliteringsforløb.

Rygestopkursus:

Der ud over kan der, efter en konkret individuel vurdering, og hvor det ikke vurderes at den vejledende indsats er tilstrækkelig, tilbydes deltagelse på rygestopkursus. Dokumentation herfor sendes til visitationen i Center for Social og Sundhed. Kurset foregår på hold med 10-12 deltagere. Der er 6 moduler af 2 timers varighed. De første fem moduler forløber over 6 uger. Den 6. og sidste modul er et opfølgingsmøde, som afholdes 3 mdr. efter kurset er afsluttet.

---

**4. Sygdomsspecifik rådgivning**

---

**Indhold**

Samtale med rådgivning om borgerens konkrete problemstillinger i relation til borgerens diagnose(er). Eksempelvis rådgivning om blodsukkertagning for borgere med diabetes.

---

**Kompetencekrav**

Den udførende medarbejder har en sundhedsfaglig uddannelse med opdateret viden i forhold til henvisningsdiagnose.

---

**Omfang og frekvens**

Sygdomsspecifik rådgivning indgår som minimum i forbindelse med den indledende og afsluttende samtale i det samlede rehabiliteringsforløb.

Derudover kan der, ved konkret individuelt behov, tilbydes en særskilt samtale af 1 times varighed, efter

---

---

en konkret individuel faglig vurdering. Dokumentation herfor sendes til visitationen i Center for Social og Sundhed.

---

## 5. Kostvejledning

---

|                           |   |
|---------------------------|---|
| <b>Indhold</b>            | Råd og vejledning om kost og kostvaner. Sammen med borgeren afdækker en diætist borgerens kostvaner. På baggrund heraf fastlægger diætisten, i samarbejde med borgeren, målsætning for borgerens kostvaner fremadrettet og udarbejder, hvis ønsket, konkret kostplan til støtte for borgeren. |
| <b>Kompetencekrav</b>     | Diætist med diagnosefaglig viden.   |
| <b>Omfang og frekvens</b> | 1-3 gange individuel vejledning ved diætist. Første gang er vejledningen af en times varighed de efterfølgende to gange af ½ times varighed.  |

---

## 6. Motionsvejledning

---

|                           |  |
|---------------------------|--|
| <b>Indhold</b>            | <p>Vurderes det, at borgeren ikke har behov for træning, kan der særskilt tilbydes motionsvejledning.</p> <p>Motionsvejledningen indeholder:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Generelle råd og vejledning om motionsvaner</li><li>• Udarbejdelse af træningsprogram</li><li>• Hjælp til at skabe kontakt til lokale motionstilbud, herunder herunder lokale og frivillige tilbud.</li></ul> <p>Motionsvejledningen foregår individuelt, og kan ikke visiteres sammen med træning.</p> |
| <b>Kompetencekrav</b>     | <p>Den udførende medarbejder har en sundhedsfaglig uddannelse.</p> <p>De konkrete tilbud der henvises til, kan udføres i frivilligt regi, hvor en specifik faglighed ikke er et krav.</p>  |
| <b>Omfang og frekvens</b> | 1 individuel vejledning af 1 times varighed .  |

---



## 5.7 Rehabilitering – cancer

---

### Formål

Formålet med rehabiliteringsforløbet er, at:

- understøtte borgeren med kronisk sygdom i aktiv livsførelse og udnyttelse af egne ressourcer.
- øge borgerens motivation for at følge anbefalinger for kost, rygning, alkohol, motion og eventuel medicinsk behandling.
- 

Støtte borgeren i at opnå øget funktionsniveau med henblik på at (gen-)etablere arbejdsmarkedsparticipation ved hel eller delvis raskmelding.

- 

Bidrage med en faglig vurdering af mulige jobfunktioner som borgeren vil kunne varetage fremover, herunder eventuelle behov for særlige tilpasninger.

---

### Målgruppe

- Borgere over 18 år med bopæl i Gribskov Kommune som lever med eller har overlevet en kræftdiagnose.
- Borgere, hvor der efter faglig vurdering i jobcentret, er behov for træning og/eller vurdering af funktionsniveau i forbindelse med fravær fra arbejdsmarkedet.

### Kriterier for tildeling

Det er forudsætning for visitation til et rehabiliteringsforløb, at:

- borgeren har et lægefagligt vurderet rehabiliteringsbehov, er stratificeret jvf. relevant forløbsprogram og er henvist fra praktiserende læge, speciallæge eller læge fra hospital.
- borgeren er motiveret for at deltage i forløbet.
- borgeren modtager sygedagpenge, kontanthjælp, ledighedsydelse eller er i en situation svarende hertil.

### Indsatsen kan omfatte

Det konkrete indhold i rehabiliteringsforløbet afhænger

---

---

af:

- en konkret og individuel vurdering af den enkelte borgeres behov.
- det konkrete forløbsprogramms sundhedsfaglige og socialmedicinske indsatser.

Begge dele afdækkes i en indledende samtale med borgeren. Se mere om indende samtale i afsnit **xx**

Indsatsen kan på baggrund af den indledende samtale med borgeren omfatte et eller flere af nedenstående forløb:

7. Træning
8. Gruppeforløb mhp øget mestring og trivsel
9. Rygestopvejledning
10. Sygdomsspecifik rådgivning
11. Diætist og kostvejledning
12. Motionsvejledning

Der kan tillige visiteres til relevante indsatser efter kvalitetsstandard for [Beskæftigelsesrettet træning 5.8.](#)

Det nærmere indhold i indsatser uddybes i indsatskataloget, [5.7.1.](#)

---

### **Levering og omfang**

Rehabiliteringsforløbene foregår på hverdage i dagtimerne mellem kl. 7-20 på et genoptræningscenter eller i tilsvarende velegnede lokaler.

Det konkrete forløb planlægges i et samarbejde mellem borger og leverandør og sammensættes individuelt, hvorfor indsatsens samlede omfang vil variere.

---

---

Indhold, frekvens og omfang for hver af de indsatser der kan indgå i forløbene uddybes i indsatskatalog.  
5.7.1

Der kan som udgangspunkt ikke finde revisitation sted, men dog er det muligt at tilføje *yderligere* konkrete indsatser til den enkeltes forløb, hvis motivation herfor opstår undervejs i forløbet.

---

### Egenbetaling

Rehabiliteringsforløb er gratis for borgerne.

Kørsel kan visiteres efter gældende regler for kørsel til genoptræning i Gribskov kommune.

---

### Lovgrundlag

Sundhedsloven §119

Aftaler om Forløbsprogramindsatser indgået mellem Hospitaler i Region Hovedstaden, almen praksis og samt Gribskov kommune.

---

## 5.7.1 Indsatskatalog for rehabiliteringsforløb – cancer

### 7. Træning

---

#### Indhold

- Inden træningsforløbet sættes i gang gennemføres en forundersøgelse. På baggrund af undersøgelsen fastlægges borgerens:
    - Funktionsniveau via baseline-test
    - Målsætning for forløb
    -
  - Endvidere er det et krav, at der i forbindelse med træningsstart:
    - Udarbejdes træningsprogram
    - Opstartes træningslogbog.
    -
  - Der tilbydes, på baggrund af forundersøgelsen, niveauopdelt træning (3-4 niveauer) med fokus på konditions- og styrketræning, (jf. gældende anbefalinger fra Håndbog for fysisk aktivitet og
-

---

dokumentalistrapport), og individuelt relateret til målsætning for forløb.

- 
- Træningen foregår som udgangspunkt på hold og/eller ved egen-træning efter fastlagt program. Træning på hold tager hensyn til individuelle behov og diagnoser.
- 
- Egentræning har til formål at styrke borgerens motivation til at understøtte fortsat træning efter endt træningsforløb.

I træningsforløbet indgår motionsvejledning. Se indhold herfor under pkt "6. Motionsvejledning"

---

**Kompetencekrav**

Den udførende medarbejder har kompetencer svarende til fysioterapeut eller ergoterapeut med opdateret diagnosespecifik viden.

---

**Omfang og frekvens**

Træningen foregår 2 gange ugentligt af 1 time i 12 uger.

De første 6 uger tilbydes superviseret træning 2 gange om ugen.

Følgende 6 uger tilbydes 1 gang superviseret træning og 1 gang egen-træning efter program.

---

## 8. Gruppeforløb

---

**Indhold**

- Lukket gruppeforløb med max 12 deltagere.
  - 
  - Forløbet indeholder 6 moduler med dialog og oplæg til understøttelse af deltagernes egenmestring med
  - udgangspunkt i deltagernes behov.
  - 
  - Modul indhold;
  - 
  - Modul 1: Introduktion, mål og forventninger til forløb.
  - Modul 2: Bevægelse – rør dig godt. Hvad betyder fysisk aktivitet for kronisk sygdom.
  - Modul 3: Tanker og sind – tænk godt.
-

- 
- Modul 4: Søvn, rygning og alkoholvaner.
  - Modul 5: Mad – spis godt. Hvad betyder mad og drikke for kronisk sygdom.

Model 6: Hvad nu – afrunding og evaluering samt mulighed for netværksarrangement.

---

**Kompetencekrav**

Den udførende medarbejder har en sundhedsfaglig uddannelse, og dokumenteret erfaring med sundhedspædagogisk tilgang, mestring og empowerment.

---

**Omfang og frekvens**

Hvert modul er som udgangspunkt planlagt til 1 times varighed.

Gruppeforløbet planlægges i sammenhæng med træning, for de borgere der deltager i både træning og gruppeforløb.

---

**9. Rygestopvejledning og rygestopkursus**

---

**Indhold**

- **Rygestopvejledning:**
  - Vejledning om rygning og rygestop indgår i forbindelse med den indledende samtale (se afsnit xxx), hvor der henvises til nationale rygestoptilbud, herunder STOPlinien.
  - 
  - **Rygestopkursus:**
  - Vurderes det, at borgeren har særligt behov for støtte til rygestop, der rækker ud over den vejledende indsats beskrevet ovenfor, kan der tilbydes deltagelse på rygestopkursus.
  - Modul indhold:
  - 
  - Modul 1: Start på forberedelsen, herunder beslutning, deltagernes rygeprofil og helbred.
  - Modul 2: Forberedelse af selve stoppet
  - Modul 3: Håndtering af rygestoppet, herunder risikosituationer, belønning og netværk.
  - Modul 4: Fastholdelse af rygestoppet, herunder humørsvingning og stress.
  - Modul 5: Hjælpe til fremtiden, herunder forebyggelse af tilbagefald, vægt og kost samt nikotinnedtråning.
-



---

## Modul 6: Status og opfølgning

---

### **Kompetencekrav**

Den udførende medarbejder har en sundhedsfaglig uddannelse og har kompetencer svarende til rygestopinstruktør fra Kræftelsen Bekæmpelse.

Medarbejderen har ansvaret for løbende at være opdateret på nyeste tilbud og tiltag indenfor området.

---

### **Omfang og frekvens**

#### Rygestopvejledning:

Rygestopvejledning indgår som minimum i forbindelse med den indledende og afsluttende samtale i det samlede rehabiliteringsforløb.

#### Rygestopkursus:

Der ud over kan der, efter en konkret individuel vurdering, og hvor det ikke vurderes at den vejledende indsats er tilstrækkelig, tilbydes deltagelse på rygestopkursus. Dokumentation herfor sendes til visitationen i Center for Social og Sundhed. Kurset foregår på hold med 10-12 deltagere. Der er 6 moduler af 2 timers varighed. De første fem moduler forløber over 6 uger. Den 6. og sidste modul er et opfølgingsmøde, som afholdes 3 mdr. efter kurset er afsluttet.

---

## **10. Sygdomsspecifik rådgivning**

---

### **Indhold**

Samtale med rådgivning om borgerens konkrete problemstillinger i relation til borgerens diagnose/er. Eksempelvis rådgivning om blodsukkertagning for borgere med diabetes.

---

### **Kompetencekrav**

Den udførende medarbejder har en sundhedsfaglig uddannelse med opdateret viden i forhold til henvisningsdiagnose.

---

### **Omfang og frekvens**

Sygdomsspecifik rådgivning indgår som minimum i forbindelse med den indledende og afsluttende samtale i det samlede rehabiliteringsforløb.

Derudover kan der, ved konkret individuelt behov, tilbydes en særskilt samtale af 1 times varighed, efter en konkret individuel faglig vurdering. Dokumentation herfor sendes til visitationen i Center for Social og

---

---

Sundhed.

---

## 11. Kostvejledning

---

|                           |  |
|---------------------------|--|
| <b>Indhold</b>            | Råd og vejledning om kost og kostvaner. Sammen med borgeren afdækker diætist enborgerens kostvaner. På baggrund heraf fastlægger diætisten, i samarbejde med borgeren, målsætning for borgerens kostvaner fremadrettet og udarbejder, hvis ønsket, konkret kostplan til støtte for borgeren. |
| <b>Kompetencekrav</b>     | Diætist med diagnosefaglig viden.  |
| <b>Omfang og frekvens</b> | 1-3 gange individuel vejledning ved diætist. Første gang er vejledningen af en times varighed de efterfølgende to gange af ½ times varighed.   |

---

## 12. Motionsvejledning

---

|                           |  |
|---------------------------|--|
| <b>Indhold</b>            | <p>Vurderes det, at borgeren ikke har behov for træning, kan der særskilt tilbydes motionsvejledning.</p> <p>Motionsvejledningen indeholder:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Generelle råd og vejledning om motionsvaner</li><li>• Udarbejdelse af træningsprogram</li><li>• Hjælp til at skabe kontakt til lokale motionstilbud, herunder herunder lokale og frivillige tilbud.</li></ul> <p>Motionsvejledningen foregår individuelt, og kan ikke visiteres sammen med træning.</p> |
| <b>Kompetencekrav</b>     | <p>Den udførende medarbejder har en sundhedsfaglig uddannelse.</p> <p>De konkrete tilbud der henvises til, kan udføres i frivilligt regi, hvor en specifik faglighed ikke er et krav.</p>  |
| <b>Omfang og frekvens</b> | 1 individuel vejledning af 1 times varighed .  |

---



## 5.8 Beskæftigelsesrettet træning (incl. Rehabilitering lænderyglidelser)

---

### Formål

Formålet med beskæftigelsesrettet træning er, at:

- 
- Støtte borgeren i at opnå øget funktionsniveau med henblik på at (gen-)etablere arbejdsmarkedsparticipation ved hel eller delvis raskmelding.
- 

Bidrage med en faglig vurdering af mulige jobfunktioner som borgeren vil kunne varetage fremover herunder eventuelle behov for særlige tilpasninger.

---

### Målgruppe

- Borgere bosiddende i Gribskov Kommune hvor der efter faglig vurdering i jobcentret, er behov for træning og/ eller vurdering af funktionsniveau i forbindelse med fravær fra arbejdsmarkedet.

---

### Kriterier for tildeling

Det er en forudsætning for visitation at:

- borgeren modtager sygedagpenge, kontanthjælp, ledighedsydelse eller er i en situation svarende hertil.
- borgeren ikke deltager i andre aktive træningsforløb
- borgeren, efter en faglig vurdering i jobcentret, har psykisk og/eller fysisk nedsat funktionsniveau
- borgeren, efter en faglig individuel konkret vurdering vil kunne udvikle egne ressourcer og derigennem øge mulighederne for at (gen)indtræde på arbejdsmarkedet i nuværende eller andet erhverv.

### Rehabilitering, lænderyglidelser

Udover ovenstående kriterier gælder følgende kriterier særlig for rehabilitering for lænderyglidelser:

---

- 
- Borgere med nyopstået lænderygproblematik og lægefagligt vurderet behov for rehabilitering. (Dog skal gener have været over 14 dage)
  - Borgere med komplekse problemstillinger der kræver tværfaglig indsats med henblik på at fastholde eller etablere tilknytning til arbejdsmarkedet.

---

### Indsatsen kan omfatte

Det konkrete indhold i indsatsen afhænger af en konkret og individuel vurdering af den enkelte borgers behov og motivation. Begge dele afdækkes i den indledende samtale (se afsnit xx)

På baggrund af den indledende samtale med borgeren, kan indsatsen omfatte nedenstående forløb:

1. Fysisk træning og afklaring
2. Fysisk test
3. Funktionsbeskrivelse i hjemmet
4. Udplacering til virksomhedspraktik / beskæftigelsesafklaring.
  5. Udplacering til virksomhedspraktik til ordinært arbejde
  6. Udplacering I løntilskud
7. Arbejdspladsvurdering
8. Erhvevsvejledning og coaching
9. Mindfulness forløb
10. Smertehåndteringsforløb

Se mere om de konkrete indsatser i indsatskataloget 5.4.1.

Alle forløb afsluttes med undersøgelse og samtale med henblik på målopfølgning og sluttets. Der udarbejdes faglig vurdering med udgangspunkt i målsætning for forløb.

Leverandør er forpligtet til at registrere og indrapportere eventuelt fravær fra aftaler, til visiterende sagsbehandler.

---

---

**Levering og omfang**

Det konkrete forløb planlægges i et samarbejde mellem borger og leverandør, hvorfor indsatsens samlede omfang vil variere.

Indhold, frekvens og omfang for hver af de indsatser der kan indgå i forløbene uddybes i indsatskatalog 5.8.1

---

**Egenbetaling**

Beskæftigelsesrettede træningsindsatser er gratis for borgeren.

Kørsel kan visiteres efter gældende regler for kørsel til genoptræning i Gribskov kommune

---

**Effektmål**

Andel af borgere der fuldt raskmeldes efter indsatser fra Beskæftigelsesrettet træning . Effektmål 45 %

Andel af borgere der delvis raskmeldes efter indsatser fra Beskæftigelsesrettet træning. Effektmål 35 %

---

**Lovgrundlag**

LAB § 32, stk. 1 nr. 2

---

## 5.8.1 Indsatskatalog for beskæftigelsesrettet træning

### 1. Fysisk træning og afklaring

---

**Indhold**

- Individuelle arbejdsmarkedsrettede fastholdelsessamtaler
- Individuelle sundhedsfaglige samtaler
- Fysisk, psykisk og social funktionsevneundersøgelse
- Fysisk træning efter individuelt tilrettelagt program målrettet borgerens problematik
- Information og vejledning ift. sundhedsfremme og forebyggelse

Information og vejledning ift. konkrete problemstillinger og årsag(er) der kan true arbejdsevnen

---

**Kompetencekrav**

Den udførende medarbejder skal have kompetencer svarende til fysioterapeut/ergoterapeut eller lignende med et beskæftigelsesrettet fokus

---

**Omfang og frekvens**

Hele forløbet varer 8 uger.

---

---

Individuelle arbejdsmarkedsrettede fastholdelsessamtaler gennemføres 2 x ugtl af 1 times varighed.

Sundhedsfaglige vejledning vedr. kost, motion og sundhed. Tilbydes som udgangspunkt på hold, med individuelt tilrettelagt forløb. 3 gange á 2 timer. Ved behov kan individuel træning tilbydes, efter en fagligt begrundet vurdering.

Træning tilbydes som udgangspunkt på hold, med individuelt tilrettelagt forløb. Ved behov kan individuel træning tilbydes, efter en fagligt begrundet vurdering.

Træningen foregår normalt i dagtimer mellem kl. 9-16 på et genoptræningscenter.

---

## 2. Fysisk test.

---

### Indhold

Forskellige sundhedsfaglige test af borgerens fysiske funktionsniveau, herunder muskeltest, gangtest og cykeltest

Efter testen udarbejdes en testvurdering af borgerens funktionsniveau, som skal ses i forhold til arbejdsmarkedet

---

### Kompetencekrav

Den udførende medarbejder skal have kompetencer svarende til fysioterapeut/ergoterapeut eller lignende med et beskæftigelsesrettet fokus

---

### Omfang og frekvens

3 ugers forløb

Den fysiske test er et individuelt tilrettelagt forløb 2-3 gange om uge á 1 times varighed

Træningen foregår normalt i dagtimer mellem kl. 9-16 på et genoptræningscenter.

---

## 3. Funktionsbeskrivelse i hjemmet

---

**Indhold** Funktionsevneafklaring via observation og samtale med henblik på at afdække borgerens faktiske funktionsniveau i hjemmet og i forhold til arbejdsmarkedet

Ved observation og samtale afdækkes, der følgende:

fysiske problematikker og smertemønstre, kropsudtryk, arbejdsfunktioner i hjemmet, rengøring og vedligeholdelse af hjemmet, færdsel i og ude for hjemmet, personlig pleje og hygiejne

- 
- Efter besøget udarbejdes en statusvurdering, som skal indeholde borgerens fysiske og psykiske ressourcer og barrierer i forhold til arbejdsmarkedet samt besvarelse af øvrige punkter som visiterende sagsbehandler ønsker belyst

---

**Kompetencekrav** Den udførende medarbejder skal have kompetencer svarende til fysioterapeut med et beskæftigelsesrettet fokus. I særlige tilfælde alt efter borgerens problematik kan opgaven foretages af en psykolog.

---

**Omfang og frekvens**

- Besøget varer i 2-3 timer. Funktionsafklaringen foretages ved et hjemmebesøg.
- 
- 
- Besøget foregår i borgerens eget hjem og normalt i dagtimer mellem kl. 9-16

---

#### 4. Udplacering i virksomhedspraktik / beskæftigelsesafklaring.

---

**Indhold**

- Udplacering af borgeren i virksomhedspraktik, som indeholder følgende:
- 

- etablering af praktik med henblik på afklaring af borgerens arbejdsevne

- etablering af praktik med henblik på rådighedsvurdering af borgeren

---



---

- etablering af mentor under virksomhedspraktikforløbet ifølge aftale med visiterende sagsbehandler

---

## Forløb

- - Forventningsafstemning ved individuel samtale med borgere, sagsbehandler og udførende medarbejderen

- Udførende medarbejderen matcher med konkret virksomhed ift. borgerens kompetencer, skånehensyn og realistiske ønsker.

- Praktikforløbet skal etableres inden for 4 uger.

- Det skal vurderes om der er behov for mentor til at støtte borgerens under praktikforløbet, hvilket skal være drøftet med sagsbehandler

- Formøde med borgere og arbejdsgiver og udførende medarbejderen med henblik på at planlægge borgerens praktikforløbet

- Aftale samtale på opstartsdatoen i virksomheden med borger, arbejdsgiver og udførende medarbejder, for at sikre en god opstart

- Udførende medarbejder foretager opfølgning på virksomheden 1 gang om ugen

- Udførende medarbejder sørger for at borgeren udfylder og afsender time- og fraværsopgørelse, hvor arbejdsgiver har underskrevet til visiterende sagsbehandler

- Midtvejs- og slutevaluering på virksomheden med skrifteligt referat af mødet, og eventuel følges op oftere efter behov ud fra borgerens situation og problematikker og formål med henvisningen

- Afslutning og evalueringsmøde på virksomheden, når borgeren stopper i praktik

---

---

- en slutstatusrapport til visiterende sagsbehandler indeholdende beskrivelse af;

- forløb herunder periode, timeantal, arbejdsopgaver, skånehensyn
- borgerens ressourcer og barriere
- borgerens udviklingsmuligheder i fht arbejdsmarked

---

**Kompetencekrav**

Den udførende medarbejder skal have kompetencer svarende til fysioterapeut/ergoterapeut/virksomhedskonsulent eller lignende med et beskæftigelsesrettet fokus

---

**Omfang og frekvens**

Praktikforløbet har en varighed på 13 uger

Der er mulighed for forlængelse, hvilket er en individuel vurdering samt hvis der er et formål hermed – skal drøftes med visiterende sagsbehandler

Det er et individuelt forløb, hvor timeantallet vurderes individuelt efter borgerens formåen

Praktikforløbet vil normalt være i dagtimerne mellem kl. 8-16, men kan og så tilrettelægges i et andet tidsrum efter en konkret individuel vurdering af borgerens situation

Den udførende medarbejder skal sørge for udarbejdelse af de gældende aftaleblanketter vedr. praktikforløbet, hvor borger og arbejdsgiver underskriver. Efterfølgende skal aftaleblanketterne videregives til visiterende sagsbehandler til myndighedsgodkendelse

Praktikforløbet kan ikke påbegyndes før aftaleblankettet er godkendt og underskrevet af sagsbehandler

---

**5. Udplacering i virksomhedspraktik til ordinært arbejde**

---

**Indhold**

- etablering af en praktik med henblik på opkvalificering til ansættelse i ordinært arbejde

---

**Forløb**

- Forventningsafstemning ved individuel samtale med borgere, sagsbehandler og udførende medarbejderen
-

- 
- - Udførende medarbejderen matcher med konkret virksomhed ift. borgerens kompetencer, skånehensyn og realistiske ønsker.
- Praktikforløbet skal etableres inden for 2 uger.
- 
- - Formøde med borgere og arbejdsgiver og udførende medarbejderen med henblik på at planlægge borgerens praktikforløbet
- 
- - Aftale samtale på opstartsdatoen i virksomheden med borger, arbejdsgiver og udførende medarbejder, for at sikre en god opstart
- 
- - Udførende medarbejder foretager opfølgning på virksomheden i 1 og 2 uge, hvor udførende medarbejder skriver en kort status til visiterende sagsbehandler
- 
- - Udførende medarbejder sørger for at borgeren udfylder og afsender time- og fraværsopgørelse, hvor arbejdsgiver har underskrevet til visiterende sagsbehandler
- 
- - I 4 uge afslutning og evalueringssmøde på virksomheden, når borgeren stopper i praktik
- 
- En kort statusrapport med en kort beskrivelse af praktikforløbet til visiterende sagsbehandler

---

### **Kompetencekrav**

Den udførende medarbejder skal have kompetencer svarende til fysioterapeut/ergoterapeut/virksomhedskonsulent eller lignende med et beskæftigelsesrettet fokus

---

### **Omfang og frekvens**

Praktikforløbet har en varighed på 4 uger

Der er mulighed for forlængelse, hvilket er en individuel vurdering samt hvis der er et formål hermed – skal drøftes med visiterende sagsbehandler

Det er et individuelt forløb, hvor timeantallet vurderes individuelt, dog med hensigt til at der opnås et timeantal på 37 timer om ugen

---

---

Praktikforløbet vil normalt være i dagtimerne mellem kl. 8-16, men kan og så tilrettelægges i et andet tidsrum efter en konkret individuel vurdering af borgerens situation

Den udførende medarbejder skal sørge for udarbejdelse af de gældende aftaleblanketter vedr. praktikforløbet, hvor borger og arbejdsgiver underskriver. Efterfølgende skal aftaleblanketterne videregives til visiterende sagsbehandler til myndighedsgodkendelse

Praktikforløbet kan ikke påbegyndes før aftaleblanketterne er godkendt og underskrevet af sagsbehandler

---

## 6 . Udplacering i løntilskud

---

### Indhold

- Etablering af løntilskud i 3- 12 måneders forløb
- i offentlig og privat virksomheder

---

### Kompetencekrav

Den udførende medarbejder skal have kompetencer svarende til fysioterapeut/ergoterapeut/ virksomhedskonsulent eller lignende med et beskæftigelsesrettet fokus

---

### Omfang og frekvens

Løntilskudsperioden er 3- 12 måneder

Der foretages en individuel vurdering af hvor lang løntilskudsperioden skal være ud fra borgerens kompetencer og formåen .

- - Udførende medarbejderen matcher med konkret virksomhed ift. borgerens kompetencer, skånehensyn og realistiske ønsker.
- Løntilskudsforløbet skal etableres inden for 2 uger.

Det er et individuelt løntilskudsforløb, hvor timeantallet er 37 timer om ugen

Der kan foretages en individuelt vurdering af færre timer i løntilskud, dog med henblik på øgning af timeantallet til 37 timer om ugen

Løntilskudsperioden drøftes med visiterende sagsbehandler og myndighedsgodkendes

Løntilskudsperioden vil normalt være i dagtimerne mellem kl. 8-16, men kan og så tilrettelægges i et andet tidsrum efter en konkret individuel vurdering af

---

---

borgerens situation

Den udførende medarbejder skal sørge for udarbejdelse af de gældende aftaleblanketter vedr. løntilskudsperioden, hvor borger og arbejdsgiver underskriver. Efterfølgende skal aftaleblanketterne videregives til visiterende sagsbehandler til myndighedsgodkendelse

Løntilskudsperioden kan ikke påbegyndes før gældende aftaleblanketter er godkendt og underskrevet af sagsbehandler

Når løntilskudsperioden er godkendt og gældende aftaleblanketter er udarbejdet og underskrevet overgives sagen til opfølgning i Jobcentret

---

## 7. Arbejdspladsbesøg

---

### Indhold

Besigtigelse af arbejdspladsen med fokus på vejledning af borger og arbejdsgiver om arbejdspladsindretning, ergonomisk forhold og skånehensyn med henblik på maksimal udnyttelse af borgerens arbejdsevne

Vejledning i og arbejde med arbejdsteknikker og arbejdsstillinger ift. borgerens konkrete jobsituation og helbredsmæssige skånehensyn

Der kan i i besigtigelsen af arbejdspladsen også indgå en optrappingsplan med henblik på at vende tilbage på arbejdspladsen

Efter arbejdspladsbesøget udarbejdes der en statusvurdering af borgerens arbejdssituation

---

### Kompetencekrav

Den udførende medarbejder skal have kompetencer svarende til fysioterapeut/ergoterapeut eller lignende med et beskæftigelsesrettet fokus

---

### Omfang og frekvens

Et møde af 2-3 timers varighed med borger og arbejdsgiver på arbejdspladsen

Besøget foregår normalt i dagtimer mellem kl. 9-16

---

## 8. Erhvervsvejledning og coaching

|                           |   |
|---------------------------|---|
| <b>Indhold</b>            | <p>Afklarende og vurderende samtaler</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Motiverende samtaler</li> <li>•</li> <li>• Samtaler og vejledning om arbejdspsykologi, stress og depression – symptomer, forebyggelse og håndtering samt stress og depressions konsekvenser for helbredet, fysisk, psykisk og socialteknologi</li> <li>•</li> <li>• Samtaler og vejledning om motions indvirkning på nervesystemet og de almene symptomer fra psykisk sygdom ( hukommelsesproblemer, koncentrationsbesvær, lavt selvværd) samt årsager, symptomer og kroppens reaktion</li> </ul> <p>Samtaler og vejledning om psykisk arbejdsmiljø</p> |
| <b>Kompetencekrav</b>     | Den udførende medarbejder skal være uddannet psykolog/arbejdspsykolog med et beskæftigelsesrettet fokus   |
| <b>Omfang og frekvens</b> | <p>3 samtaler med psykolog á 45-60 min. over 3 uger</p> <p>Der udarbejdes en skriftelig statusvurdering til den visiterende sagsbehandler</p>   |

## 9. Mindfulness forløb

|                |   |
|----------------|---|
| <b>Indhold</b> | <p>Mindfulness forløb</p> <p>Centrale temaer i forløbet er følgende:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Hvad er stress, depression og angst</li> <li>- Hjernens funktioner og påvirkning under stress-, depression- og angstreaktioner</li> <li>- Kost, motion og kropslig balance</li> <li>- At finde tilbage på sporet igen med at få en hverdag privat og arbejdsmæssigt til at fungere</li> <li>- Mindfulness – træning ved øvelser</li> <li>- Sideløbende udføres den klassiske fysiske</li> </ul> |
|----------------|---|

---

opkvalificering/ afklaring superviseret af underviser eller fysioterapeut

- Afstemning af målsætning som foretages individuelt med den enkelt borgere, hvor videre forløb drøftes med fokus på det arbejdsmarkedsrettet

- Evaluering af forløbet og indsats af underviser og deltager

- Der udarbejdes en skriftelig statusvurdering vedr. borgeren til den visiterende sagsbehandler

---

**Kompetencekrav**

Den udførende medarbejder skal være uddannet psykolog med den en godkendt mindfulness uddannelse, som samtidigt har et beskæftigelsesrettet fokus. Derudover skal forløbet suppleres med en fysioterapeut til den fysiske supervisering

---

**Omfang og frekvens**

Forløbet har en varighed på 6 uger

Ugen før forløbet foretaget screeningsamtale med henviste borgere

Screeningsamtalen med borgeren er individuel og har en varighed på 1-1/2 time

Kursusforløbet tilbydes på hold af 8 personer 2 gange om ugen á 3 timer

Kursusforløbet foregår i dagtimer i tidsrummet mellem kl. 9-12

---

**10. Smertehåndteringsforløb**

---

**Indhold og forløb**

Undervisning og vejledning i at en kronisk smerteproblematik ikke behøver at være en barriere ift. arbejdsmarkedet

- 

Vejledning og øvelser til at få en arbejdsmæssig

---

---

hverdag til at fungere på trods af en kronisk smerteproblematik

Vejledning i, hvordan borgeren undgår provokation af smerter

Vejledning i håndtering og mestring af kroniske smerter ved at få forskellige smertelindrende værktøjer

Der udarbejdes en skriftelig statusvurdering vedr. borgeren til den visiterende sagsbehandler

---

**Kompetencekrav**

Den udførende medarbejder skal have kompetencer svarende til fysioterapeut, sygeplejerske eller psykolog alt efter borgerens problematik med et beskæftigelsesrettet fokus

---

**Omfang og frekvens**

Kursusforløbet har 8 ugers varighed

Kursusforløbet tilbydes på hold for 8 personer 2 gange om ugen á 3 timer med individuelt tilrettelagt forløb, hvor der indgår motiverende samtaler

Ugen før forløbet foretaget screeningsamtale med henviste borgere

Screeningsamtalen med borgeren er individuel og har en varighed på 1-1/2 time

Kursusforløbet foregår i dagtimer i tidsrummet mellem kl. 9-12

---