

## Rehab

# Styrk livskvaliteten og let ressourcepresset



Målrettet træning med hjemmeplejemodtagere kan bremse tabet af funktionsevne og dermed mindske det stigende behov for hjemmepleje.

Den digitalt støttede træning gør borgerne mere selvstændige og frigør derfor ressourcer til andre opgaver.

## Træning i Tide knækker kurven

Uden fokus på træning, vil behovet for hjælp stige støt for de fleste borgere i hjemmeplejen. I gennemsnit stiger behovet for hjælp med 1.7 minut om ugen. Det bliver til 38 timers ekstra pleje på et år sammenlignet med borgere, som hjemmetræner. **Med DigiRehab kan borgerne Træne i Tide.**

Rehab er udviklet til borgere, som modtager hjælp til personlig pleje. Formålet er at gøre borgerne mere selvhjulpne - og samtidig frigøre ressourcer i plejen. **Der er meget at vinde: 38 timer alene ved at fastholde borgerens funktionsniveau.**

Derudover er der yderligere timer at hente, når borgeren gennem træning bliver bedre til at håndtere hverdagsopgaver.

### 58 timers mindre hjemmepleje

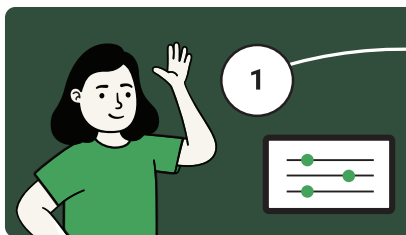
Mere end 17.000 træningsforløb i over 40 kommuner dokumenterer, at der er **yderligere 20-37 timer at hente** ved at reducere behovet for hjælp til hverdagsopgaver.

Borgere, der træner med DigiRehab, har kort sagt brug for mindre hjemmepleje **svarende til 58-75 timer over 12 måneder pr. borger.**

# 1:5

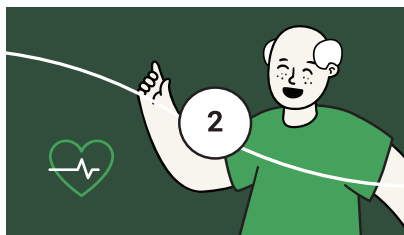
For hver time, der investeres i træning, frigøres +5 timers plejeresourcer

## Den digitale platform gør indsatsen systematisk og målbar



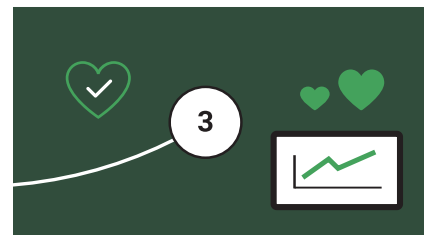
### Screening af borgeren

Borgerne screenes og får på baggrund af resultaterne en personlig træningsplan. Screeningen gentages hver 4. uge, og træningsplanen tilpasses.



### Træning frigør hænder

Borgeren træner 20-30 minutter 2 gange om ugen i 12 uger. Det gør borgeren mere selvhjulpne og reducerer derfor behovet for pleje. Hermed frigøres ressourcer til andre opgaver.

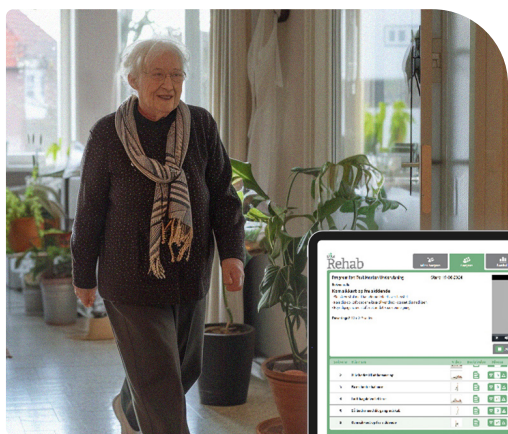
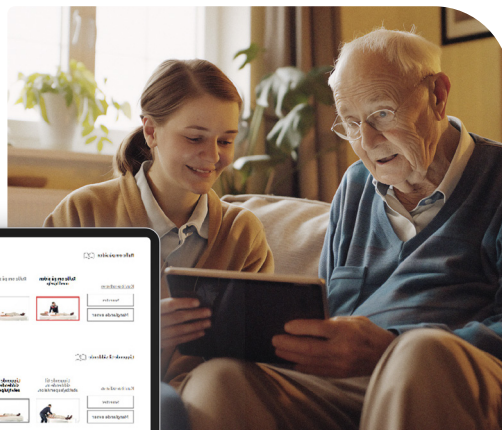


### Monitorering af effekten

Rehab monitorerer forløb, fremgang og resultat med fokus på det fysiske funktionsniveau og graden af selvhjulpnehed. Dataopsamling og effektmålinger sikrer størst muligt udbytte af Rehab indsatsen.

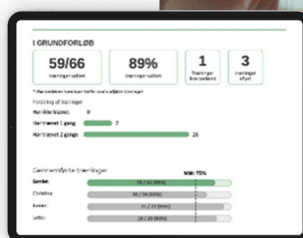
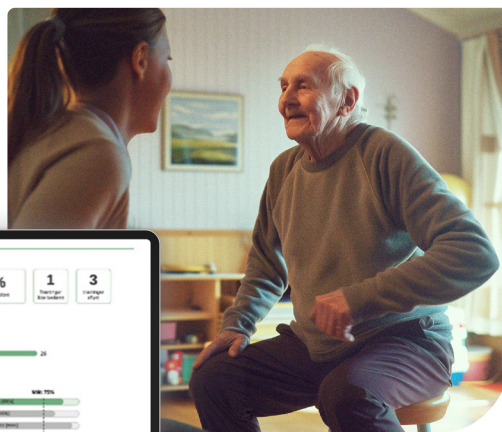
## Træn med størst udbytte

Rehabs screeningsfunktioner er baseret på fysioterapeutiske metoder og FSIII. Ud fra screeningen **skræddersyr Rehab automatisk et træningsprogram**, der passer til borgerens funktionsniveau og specifikke udfordringer. Gennem målrettet træning bedres **borgerens funktionsniveau og fysiske formåen**.



## Borgeren træner hjemme

Borgeren træner 20 minutter 2 gange om ugen i 12 uger. Træningen gennemføres sammen med en medarbejder hjemme hos borgeren. Denne træningsform **motiverer borgerne, resulterer i en høj gennemførelsesgrad og understøtter både de fysiske og økonomiske gevinster ved træningen**.



## Monitoring og rapporter

Rehab løsningen opsamler data om både træningens kvalitet og udbytte. Ugerapporter, månedsrapporter og årlige effektrapporter giver kommunen **et stærkt databaseret grundlag at evaluere på, og at arbejde ud fra**. Ligesom data bruges til at tilpasse indsatsen proaktivt.

### Vil I vide mere om plejeforebyggende træning?

Kontakt Janne, Kasper eller Niels og hør mere om, hvordan Rehab kan gøre en forskel i jeres kommune.

Læs mere om Rehab på [DigiRehab.dk](https://DigiRehab.dk)



**Janne Lejbølle Sonnenborg**  
Markedschef

Telefon: +45 2712 3566  
E-mail: [janne@digirehab.dk](mailto:janne@digirehab.dk)



**Kasper Møller Nielsen**  
Driftchef

Telefon: +45 8111 7159  
E-mail: [kasper@digirehab.dk](mailto:kasper@digirehab.dk)



**Niels Heuer**  
Direktør

Telefon: +45 2272 7220  
E-mail: [niels@digirehab.dk](mailto:niels@digirehab.dk)