



Træning med det velfærdsteknologiske redskab, DigiRehab, foregår via tablet. SOSU-medarbejder kan screene borgeren, generere et træningsprogram og udføre træningen sammen med borgeren.

# Digitalt træningsværktøj løfter sosu´ers arbejdsglæde

Med træningsværktøjet DigiRehab kan SOSU-personale træne fysisk med borgerne i hjemmeplejen. Det skaber arbejdsglæde at se de ældre blomstre op som følge af indsatsen.

”Goddag, fru Andersen. Så er det tid til at træne.”

Sådan siger SOSU-personalet et par gange om ugen i de kommuner, der har taget det digitale træningsværktøj DigiRehab i brug. Med DigiRehabs digitale træningsprogrammer kan SOSU-personalet som noget helt unikt stå for et fuldt kvalificeret og målrettet fysisk trænings-

forløb hos borgerne i hjemmeplejen. Forløbet øger de ældres styrke, selvhjulpenhed og livskvalitet og skaber samtidig stor arbejdsglæde hos det personale, der står for indsatsen.

Ifølge flere undersøgelser af den praktiske anvendelse af DigiRehab opfatter de fleste SOSU-medarbejdere træningen med de ældre som en ud-

videlse af deres kompetencer og som en kærkommen mulighed for at yde ekstra omsorg i en travl hverdag.

## Træning giver mening

”SOSU-personalet oplever, at deres indsats med træningen medfører en bedring i den ældres fysik og livskvalitet. Det skaber arbejdsglæde,” siger direktør for DigiRehab, Niels Heuer.

Netop sådan har SOSU-hjælper Dorte Bødskov Nielsen fra Højbjerg også oplevet at arbejde med DigiRehab under en prøvehandling.

”Når vi kommer ud til borgerne for at træne, er der lidt tid til at yde omsorg på en anden måde. Som regel foregår træningen med glæde og godt humør. Det er et herligt afbræk i hverdagen. Man får jo lov at

opleve, at borgerne er tilfredse og kan klare lidt mere selv,” siger hun.

Effekten af træning hos både borgere og personale er en stor gevinst i hjemmeplejen.

”DigiRehab kan øge ældres trivsel og mindske deres behov for hjælp. Samtidig kan træningen løfte SOSU-personalets arbejdsdag. Dermed kan vi måske være med til at trække flere unge til faget. Det får vi brug for i de kommende år, hvor manglen på arbejdskraft i hjemmeplejen kun ser ud til at blive værre,” siger Niels Heuer.

DigiRehab inderholder både screenings-, trænings- og analysemoduler til rehabiliterende træning. Effekten af træningen kan følges nøje på borger- og gruppeniveau.

## Sådan skaber DigiRehab gevinst

Se, hvordan DigiRehabs samarbejdskommuner oplever at arbejde med DigiRehab hos borgerne i hjemmeplejen.

- Klik ind på [digirehab.dk](http://digirehab.dk)
- Eller scan denne QR-kode med en mobiltelefon.



Det giver et herligt afbræk i hverdagen at træne fysisk med borgerne. Humøret er som regel i top. Der er tid til at yde omsorg og få et godt grin sammen.

SOSU-hjælper Dorte Bødskov Nielsen

