



TRÆNING PÅ EGEN HÅND

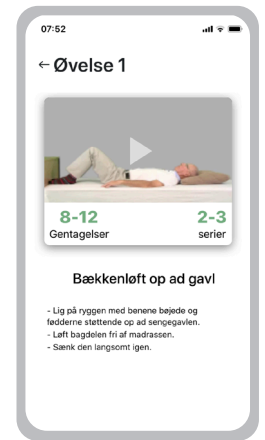
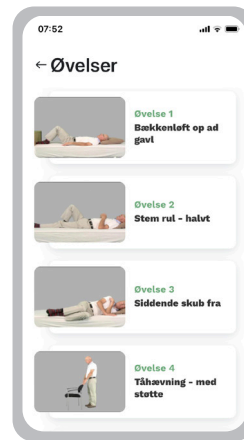
Med DigiRehabs enkle selvtrænings-app kan ældre borgere træne fysik hjemme hos sig selv

Produktinformation

DigiRehab har udviklet en brugervenlig selvtrænings-app til ældre borgere i hjemmeplejen. Med appen kan borgerne selvstændigt udføre et personligt træningsprogram i eget hjem. Plejepersonale skal blot screene den ældres fysik for at sikre, at indsatsen fører til den forventede styrke og selvhjulpethed. Appen giver mulighed for at tilbyde målrettet fysisk træning til en stor gruppe ældre for få ressourcer.

DigiRehabs app til selvtræning kan benyttes af ældre uden it-kundskaber

- Borgeren får adgang til et personligt træningsprogram, oprettet på baggrund af en screening.
- Borgeren kan se alle sine øvelser på video.
- Efter endt træning kan borgeren vurdere sin egen træningsindsats.



Appen opsamler data til DigiRehabs analyse-løsning, så effekten af træningen kan følges.

12 ugers målrettet træning med DigiRehab

45 mins. reduktion i plejebæbehov per uge

* Tallene angiver den gennemsnitlige effekt af et superviseret træningsforløb med DigiRehab.

Tre målgrupper for selvtræning

1. Borgere, der ønsker frihed til selv at bestemme, hvor og hvornår der skal trænes.
2. Borgere, der har gennemført et DigiRehab-forløb og vil holde resultatet ved lige.
3. Borgere, der er for velfungerende til at få tilbud om et superviseret forløb.