

Care

Træning for livsgnist



Fysisk aktivitet har stor betydning for trivsel og livsgnist hos borgere, som bor på plejehjem. Digitalt understøttet træning med DigiCare gør, at selv de svageste borgere får glæde af træning.

De fysiske gevinster omsættes til mere selvstændighed og livsglæde for borgeren, og for medarbejderne betyder det større arbejdsglæde og bedre arbejdsmiljø.

Alle har glæde af træning

Når en borger flytter ind på et plejehjem, giver målrettet fysisk træning stadig god mening og kan være forskellen mellem et aktivt og et stillesiddende liv. Selv at kunne bevæge sig hen til frokost, at kunne bidrage til at komme op om morgenen eller deltage i socialt samvær giver livsgnist til denne del af livet.

Mere styrke og selvstændighed giver mere livsglæde

DigiCare er en løsning til digitalt understøttet træning til borgere, som bor på plejehjem.

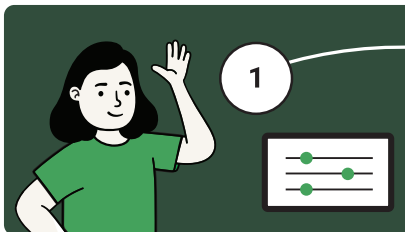
Borgerne får mere styrke og selvstændighed i dagligdagen og deraf mere frihed og livsglæde. For medarbejderne reduceres belastningen fra fx. tunge løft, og arbejdsglæden øges, når beboerne trives bedre.

Fysisk træning er kendt for at bremse udviklingen i flere kognitive sygdomme, og det er også velkendt, at selv små fysiske fremskridt kan gavne den mentale trivsel. Mange sover for eksempel bedre og får mere mod på sociale aktiviteter.

Livsgnist

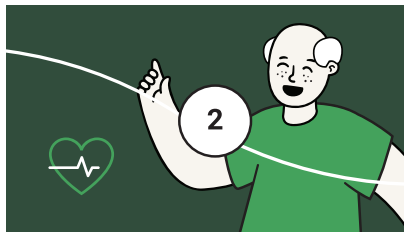
- ✓ Mere aktivitet
- ✓ Socialt samvær
- ✓ Mindre medicin
- ✓ Bedre søvn

Den digitale platform gør indsatsen systematisk



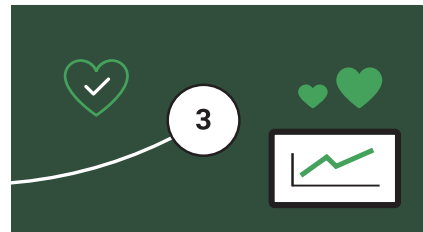
Screening af borgeren

Borgerne screenes og får på baggrund af resultaterne en personlig træningsplan, der er tilpasset borgerens konkrete aktivitets- og funktionsniveau. Træningen tilpasses løbende til borgerens behov.



Træner sammen

Borgeren træner 2 gange om ugen sammen med en medarbejder. Træningen kan tilpasses borgerens dagsform. Man kan også vælge at gennemføre nogle af træningerne som samtræning og derved tilføre træningen et socialt aspekt.



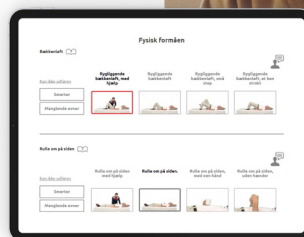
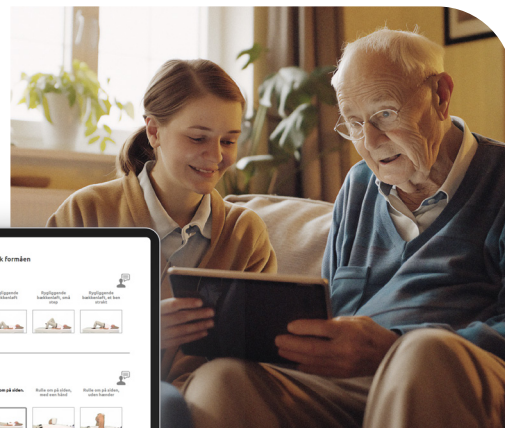
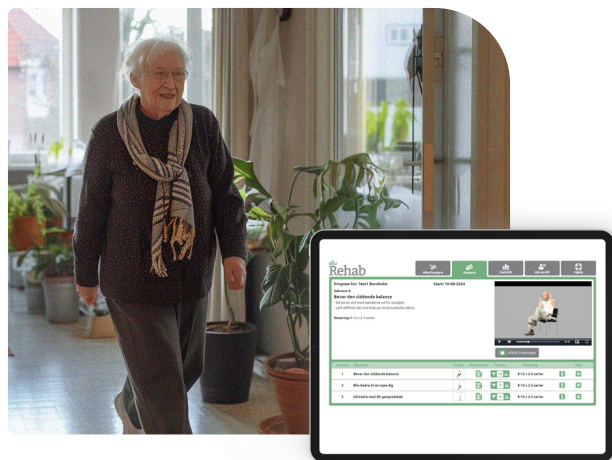
Systematikken er afgørende

Care understøtter den systematik, som er så afgørende for prioritering og effekt af træning. Træningsomfang og træningskvalitet kan monitoreres, og der kan jævnligt følges op på værdien af træningen, fx. at borgeren kan udføre flere aktiviteter selv.

Træning er for alle

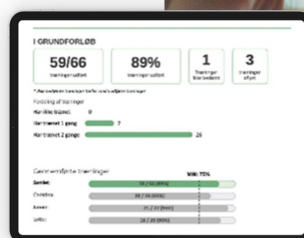
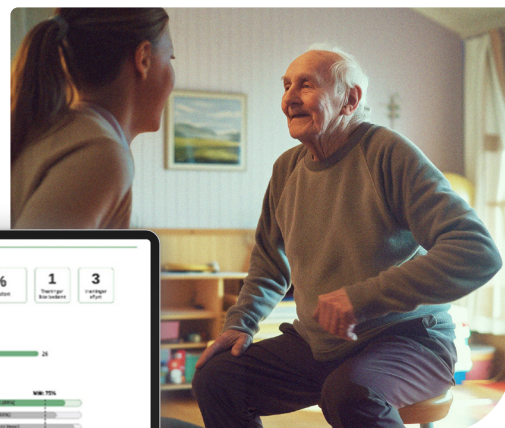
Cares screeningsfunktioner er baseret på fysioterapeutiske tests. Ud fra screeningen skræddersyr Care automatisk et træningsprogram, der passer til borgerens funktionsniveau og specifikke udfordringer.

Selv de svageste og sengeliggende borgere har gavn af træningen.



Medarbejderen træner med

Borgeren træner 2 gange om ugen. Træningen gennemføres sammen med en medarbejder. En del ældre på plejecentre har kognitive udfordringer. Med Care kan man blot følge træneren, og **behøver ikke at kunne huske træningen fra gang til gang.**



Træningen tjener sig selv hjem

Bedre søvn, mindre medicin og lysere livssyn er konsekvenser af træningen. Alle erfaringer med Care viser, at investeringen i træning tjener sig selv hjem. Det skyldes, at der **frigøres ressourcer til andre opgaver**, når beboerne fx. kan lidt mere selv, trives bedre og fungerer bedre socialt. For medarbejderne giver brugen af Care flere gode øjeblikke med borgerne, større arbejdsglæde og bedre arbejdsmiljø.

Vil I vide mere om træning på plejehjem?

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

Læs mere om Care på DigiRehab.dk



Janne Lejbølle Sonnenborg
Markedschef

Telefon: +45 2712 3566
E-mail: janne@digirehab.dk



Kasper Møller Nielsen
Driftchef

Telefon: +45 8111 7159
E-mail: kasper@digirehab.dk



Niels Heuer
Direktør

Telefon: +45 2272 7220
E-mail: niels@digirehab.dk