Jobcenter - Rehabiliteringsmøder	
Målgruppe	Målgruppen er borgere i Norddjurs Kommune over 18 år, der er sygemeldte eller har andre udfordringer udover ledighed.
Kvalitetsmål	Målet er, at borgeren: • Tilbydes en helhedsorienteret og tværfaglig indsats, så et fremtidigt forsørgelsesgrundlag kan besluttes.
Aktiviteter, der kan indgå i indsatsen	Borgerens sag behandles i rehabiliteringsteamet med henblik på hurtig afgørelse om ressourceforløb, fleksjob eller førtidspension. Konkrete aktiviteter anbefales af rehabiliteringsteamet og tilrettelægges mellem borger og sagsbehandler.
Borgerens opgaver	At følge rehabiliteringsteamets anbefalinger.
Vejledende tidsforbrug	Borgeren tildeles 15 min. til deltagelse i et rehabiliteringsmøde. Til hvert møde er der afsat tid til 9-11 borgere; mødet varer 7 timer. Antallet af rehabiliteringsmøder pr. år er ca. 40-42. Forud for mødet er der 3 timers forberedelse.
Varighed/tidsbegrænsning	Borgeren indstilles som udgangspunkt til 1 møde med rehabiliteringsteamet. Nogle borgere får deres forløb fremlagt for rehabiliteringsteamet flere gange.

Jobcenter - Funktionsvurdering	
Målgruppe	Borgere, som er: • Sygedagpengemodtagere • I fleksjob • I ressourceforløb • I jobafklaring • Revalidender
Kvalitetsmål	Målet med funktionsbeskrivelserne er: • At oplyse Jobcenteret om borgerens funktionsniveau, så Jobcentret kan tage stilling til beskæftigelsesmuligheder, udviklingsmuligheder, fremtidigt forsørgelsesgrundlag mv.
Aktiviteter, der kan indgå i indsatsen	Funktionsvurderinger består af: • Vurdering på baggrund af forskellige test (AMPS, MOCA, MMSE, ADL taxonomi) • Evt. specifikationer i forhold til udnyttelse af døgnet • Anbefalinger mhp. forbedring af funktionsevnen og i forhold til hjælpemidler • Evt. vurdering af kognitive færdigheder
Borgerens opgaver	Borgeren skal være aktiv deltagende i vurderingssamtalen og i test.
Vejledende tidsforbrug	Funktionsvurderinger tager 40-46 timer pr. borger.
Varighed/tidsbegrænsning	Borgeren indstilles som udgangspunkt til 2-3 vurderingssamtaler. Der kan laves aftaler om yderligere vurderingsbesøg med sagsbehandler ved behov.
Andet	Vurderingerne foretages efter anmodning fra Jobcenteret.

Rehabilitering ved kronisk og længerevarende sygdom	
Målgruppe	Målgruppen er borgere i Norddjurs Kommune over 18 år, der har behov for hjælp til håndtering og/eller ændring af sundhedsvaner i forbindelse med: • Kronisk sygdom (Hjertekar, KOL, Diabetes type 2 og prædiabetes, kræft, lænderygsmerter) • Længerevarende sygdom (let til moderat depression) • Nikotinafvænning
Kvalitetsmål	Målet er, at borgeren via styrkede sundhedskompetencer • Bedre kan håndtere livet med en kronisk sygdom • Udvikler og fastholder en sund livsstil, livskvalitet og selvstændighed • Forebygger udvikling og forværring af sygdom
Aktiviteter, der kan indgå i indsatsen	Alle rehabiliteringsindsatser indledes med en afklarende samtale om borgerens sundhedskompetencer, helbredsforhold, funktionsniveau og motivation. Samtalen danner grundlag for tildeling af enten fysiske og/eller digitale indsatser. Den afklarende samtale kan også udgøre indsatsen i sig selv. De fysiske indsatser skræddersyes til den enkelte borger og kan indeholde: <u>Fysisk aktivitet:</u> • Superviseret træning ud fra et individuelt træningsprogram med test ved start og slut • Vejledning om fysisk aktivitet, herunder fysiske- og mentale effekter I den fysiske aktivitet indgår udetræning, brobygning til foreninger og lokale muligheder.

	Ernæring:
	• Kostvejledning med udgangspunkt i Sundhedsstyrelsens kostråd samt sygdomsspecifik vejledning ift. målgrupperne
	• Diætbehandling for borgere med kronisk sygdom med utilsigtet vægttab eller underernæring, og hvor ernæringsindsatsen er en væsentlig del af den forebyggende indsats
	
	Sygdomsmestring:
	• Forebyggende tiltag; søvn
	• Mestring i hverdagen
	  ○ Sygdommens indflydelse på funktionsevne, energiforvaltning, hjælpemidler
	  ○ Viden om- og håndtering af smerter
	  ○ Visioner for fremtiden (mål, vaner, sundhedskompetencer)
	• Mental sundhed
	  ○ Information om normale og behandlingskrævende psykiske tilstande
	  ○ Håndtering af psykiske tilstande vha. åndedræt og afspænding
	  ○ Håndtering af psykiske tilstande vha. kognitive teknikker
	• Sociale forhold; fastholdelse af job/uddannelse og fritidsaktiviteter, netværk og relationer mv.
	• Støtte til pårørende og pårørendes støtte af borger
	• Sygdomskendskab og -forværring; diagnosespecifik undervisning ift. målgrupperne
	
	Supplerende aktiviteter:
	• Rådgivning ved psykolog fra Kræftens Bekæmpelse

	• Seksualitet og samliv ved sexolog <u>De digitale indsatser</u> De digitale indsatser består af en indholdsmæssig digital pendant til de fysiske indsatser. <u>Opfølgning</u> • Opfølgning varierer efter hvor mange moduler, borgeren har deltaget i og borgerens behov for støtte til udvikling af sundhedskompetencer.
Borgerens opgaver	Det forventes, at borgeren er motiveret for vaneændringer og aktiv deltagelse i forløbet. Derudover skal borgeren være indstillet på at arbejde med SMART-mål. Endeligt skal borgeren være villig til at gøre brug af digitale medier til fx visning af træningsprogram, opfølgning mv.
Vejledende tidsforbrug	• Afklarende samtale á 60 min <u>Fysisk aktivitet:</u> • Superviseret træning: 2 x 60 min i 8 uger • Vejledning om fysisk aktivitet: 1,5 timer <u>Kostvejledning:</u> Sygdomsspecifik: • KOL og mad: 1,5 timer • Kræft og mad: 1,5 timer • Diabetes og mad: 1,5 timer • Hjerte og mad: 1,5 timer • Depression og mad: 1,5 timer

	På tværs af sygdomme:
	• Indkøb: 1,45 timer
	<u>Diætbehandling:</u>
	• Udredning og ernæringsbehandling: 1 time
	• Opfølgning: Max 3 opfølgninger a' 20 min.
	
	<u>Sygdomsmestring:</u>
	• Forebyggende tiltag (søvn): 1,5 timer
	• Mestring i hverdagen:
	  ○ Sygdommens indflydelse på funktionsevne, energiforvaltning, hjælpemidler:1,5 timer
	  ○ Viden om- og håndtering af smerter: 1,5 timer
	  ○ Visioner for fremtiden (mål og vaner): 1,5 timer
	• Mental sundhed:
	  ○ Information om normale og behandlingskrævende psykiske tilstande: 1 time
	  ○ Håndtering af psykiske tilstande vha. åndedræt og afspænding: 1,5 timer
	  ○ Håndtering af psykiske tilstande vha. kognitive teknikker: 1,5 timer
	• Sociale forhold: 1,5 timer
	• Pårørende: 1,5 timer
	• Seksualitet og samliv: 2 timer
	
	<u>Opfølgning</u>:
	Der kan maximalt tilbydes 3 individuelle fysiske opfølgninger á 20 min eller 3 telefoniske opfølgninger á 10 min.

Varighed/tidsbegrænsning	Tidsforbruget i det skræddersyede forløb til hver enkelt borger varierer, alt efter hvor mange moduler borgeren har behov for at deltage i.
Andet	Der tilbydes moduler i Grenaa Sundhedshus og i Allingåbrohallen.

Nikotinafvænning	
Målgruppe	Borgere i Norddjurs Kommune over 18 år, der ryger, tager snus, damper eller på anden måde er nikotinafhængige.
Kvalitetsmål	Målet er, at borgeren: • Stopper med at ryge, tage snus, dampe el.lign. • Nedsætter sit tobaksforbrug
Aktiviteter, der kan indgå i indsatsen	Fysiske indsatser: Gruppeforløb, hvor borgerne mødes i grupper af 4-12 personer, med følgende aktiviteter: • Vejledning ift. hvordan borgeren tackler rygetrang og afhængighed, herunder drøftelse af mulige abstinenser • Afklaring af motivation og eventuel ambivalens forbundet med rygestoppet • Gennemgang af forskellige rygestopmetoder, herunder nikotinerstatning og rygestopmedicin samt efterfølgende udtrapning • Fastholdelse af rygestop • Undervisning i helbredsfordele ved rygestop og sygdomsrisici ved fortsat rygning • Åndedræts- og mindfulnesteknikker • Viden om nikotinens virkning, vaner og eventuel inddragelse af netværk

	• Vejledning ift. hvordan borgeren undgår at tage på efter rygestop, herunder mad- og motionsvaner Opfølgning • Telefonisk opfølgning efter 2 uger, 3 og 6 måneder Digitale indsatser: De digitale indsatser består af en digital pendant til de fysiske indsatser. Via Det Digitale Sundhedscenter tilbydes borgere et specifikt digitalt forløb med fokus på: • Motivation for at blive nikotinfri • Nikotinerstatning og rygestopmedicin • Afhængighed • Udfordringer efter rygestopdatoen • Forbered livet efter forløbet • Hvorfor er det farligt at ryge? • Stresslignende symptomer • Vægt under et rygestop • Helbredsmæssige forandringer Derudover har borgeren adgang til E-kvit, som blandt andet giver adgang til videoer med tidligere rygers erfaringer med at blive røgfri, mindfulnessøvelser samt et forum, hvor der kan skrives med andre, som er i gang med et rygestop. Det er ligeledes muligt for borgeren at se, hvor mange cigaretter man har sparet sin krop for, samt hvor mange penge, man har sparet.
Borgerens opgaver	Det forventes, at borgeren er motiveret for vaneændringer samt aktiv deltagelse i forløbet. Derudover skal borgeren være villig til at gøre brug af digitale medier til understøttelse af at blive nikotinfri.
Vejledende tidsforbrug	• 6 mødegange a 1,5 - 2 timer

	• Telefonisk opfølgning a 30 minutter Der er i alt 9,5 – 12,5 timer på forløbet.
Varighed/tidsbegrænsning	Et gruppeforløb strækker sig over 6-7 uger.
Andet	Der tilbydes rygestopforløb i Grenaa Sundhedshus og i Allingåbrohallen. Forløbene foregår enten indenfor eller i naturen. Derudover tilbydes rygestopforløb til virksomheder og/eller lokalt.

Godkendt i Voksen- og plejeudvalget den 27. november 2024.