



Harstad kommune  
Attraktiv hele livet

# Rehabilitering i hjemmet

## et tilbud i Harstad kommune



**Aktiv i eget liv, i eget hjem og nærmiljø**

*De fleste av oss opplever en gang i livet at de hverdagslige gjøremålene som tidligere har vært en selvfølge, blir vanskeligere å mestre.*

*Det er først da man merker hvor viktig disse aktivitetene egentlig er.*



**Har du opplevd dette og ønsker å bli mer aktiv i eget liv?**

**Da kan *rehabilitering i hjemmet* være aktuelt for deg**

Harstad kommune har et rehabiliteringsteam bestående av fysioterapeuter, ergoterapeuter, sykepleier og logoped. Teamet arbeider tett sammen med hjemmetjenestens øvrige personell.

*Harstad kommune yter helse og omsorgstjenester med herdagsmestring som faglig tankesett.*

*Vårt fokus er derfor deg og ditt liv, hva som er viktig for deg, og hva vi sammen kan gjøre for at du skal ha det best mulig hjemme.*

## Målet med tjenesten

- Du skal ha mulighet til å bo hjemme hos deg selv så lenge det er ønskelig og mulig.
- Du skal oppleve livskvalitet og mestring i hverdagen.

## Hvem kan få tjenesten

- Du som har et ønske om å oppnå økt mestring i egen hverdag
- Du som har behov for tverrfaglig oppfølging.
- Du som nylig er blitt tildelt “helsetjenester i hjemmet”

## Hva kan du forvente av oss

- Rehabiliteringen vil foregå i dine kjente omgivelser.
- Målrettet innsats tilpasset dine behov og ønsker.
- Informasjon og veiledning.



## Hva vi forventer av deg

- At du søker om tjenesten
- At du jobber aktivt sammen med teamet for å nå dine mål.
- At du har et klart ønske om å mestre daglige aktiviteter.



Forskning viser at rehabilitering i hjemmet har god effekt.

## Ta kontakt for mer informasjon:

Hjemmebasert ReHabilitering Tlf 909 35 714

Koordinerende enhet Tlf. 77 02 60 00

Søknad om Rehabilitering i hjemmet kan rettes på egensøknad for kommunale helse og omsorgstjenester:

<http://harstad.kommune.no/eknet/docs/pub/DOK01305.pdf>

*“det er fra meg fremskrittene må komme  
ellers kommer de aldri.”*

Henrik Ibsen

