



Kvalitetsstandard for vedligeholdende træning

2026

Indhold

1.	Hvad er en kvalitetsstandard	3
2.	Lovgrundlaget	3
3.	Hvad er formålet med vedligeholdende træning?	3
4.	Hvem kan få vedligeholdende træning?	3
5.	Hvordan tildeles vedligeholdende træning?	4
6.	Hvordan foregår vedligeholdende træning?	4
7.	Hvilke aktiviteter indgår ikke?	5
8.	Hvor foregår træningen?	5
9.	Hvad koster træningen?	5
10.	Kørsel	5
11.	Er der frit valg af leverandør?	6
12.	Hvilke krav stilles til Træning & Forebyggelse?	6
13.	Hvilke forventninger har vi til dig?	6
14.	Hvor kan man klage?	7
15.	Kontakt	7

1. Hvad er en kvalitetsstandard

En kvalitetsstandard er en information om det politisk vedtagne serviceniveau i Aabenraa Kommune.

Denne kvalitetsstandard skal:

- Oplyse om de former for vedligeholdende træning, kommunen tilbyder
- Oplyse om dine rettigheder og pligter i forhold til at blive tildelt og modtage vedligeholdende træning
- Oplyse dig om det politisk fastsatte serviceniveau
- Være vejledende for de medarbejdere, der støtter og vejleder dig under den vedligeholdende træning.

2. Lovgrundlaget

I Servicelovens § 86, stk. 2. står der: "Kommunalbestyrelsen skal tilbyde hjælp til at vedligeholde fysiske eller psykiske færdigheder til personer, som på grund af nedsat fysisk eller psykisk funktionsevne eller særlige sociale problemer, har behov herfor."

3. Hvad er formålet med vedligeholdende træning?

Formålet er, at du bliver i stand til at fastholde fysiske, psykiske og sociale færdigheder, så du kan klare dine daglige gøremål selv og i så høj grad som muligt kan være uafhængig af andres hjælp.

Sammen med dig aftaler vi træningsforløbet med udgangspunkt i dine ressourcer og behov og ud fra overbevisningen om, at mennesker oplever højere livskvalitet, når de understøttes i at kunne leve et så selvstændigt liv som muligt.

4. Hvem kan få vedligeholdende træning?

For at få vedligeholdende træning skal du have bopæl i Aabenraa Kommune.

Træningen retter sig mod dig:

- Der har behov for at træningen finder sted under faglig vejledning
- Der ved at træne kan blive mere selvhjulpne i hverdagen
- Som har behov for målrettet træning i perioder for at bevare dine fysiske, psykiske og sociale færdigheder
- Som pga. fysiske, kognitive eller andre problematikker ikke evner at benytte andre træningstilbud
- Som er motiveret for træningen og er i stand til at deltage aktivt i holdtræning.

Du kan ikke modtage vedligeholdende træning, hvis du:

- I forvejen modtager genoptræning eller vederlagsfri fysioterapi efter sundhedsloven med samme formål
- Kan få dit træningsbehov opfyldt igennem daglige aktiviteter, motionscenter, pensionistklubber, idrætsforeninger eller andre åbne tilbud.

Du kan henvende dig til Visitation & Understøttelse, hvor du kan få råd og vejledning om alternativer til vedligeholdende træning. Du kan også gå ind på [Aabenraa Kommunes hjemmeside](#) og søge på "aktivitetstilbud". Her finder du en fortegnelse over aktuelle tilbud, der er i foreninger og i kommunens aktivitetscentre.

5. Hvordan tildeles vedligeholdende træning?

Du kan ansøge om vedligeholdende træning hos Visitation & Understøttelse.

Din ansøgning vil blive behandlet indenfor 6 uger efter, at Visitation & Understøttelse har modtaget denne.

Din ansøgning om vedligeholdende træning vurderes altid på baggrund af en konkret, individuel vurdering af din samlede situation og behov. Afgørelsen træffes efter gældende lovgivning, og tager udgangspunkt i kommunens generelle serviceniveau.

Vurderingen af, om du er berettiget til vedligeholdende træning, sker som hovedregel ved et besøg af en sagsbehandler i dit hjem, eller ved at du indkaldes til samtale i et af kommunens lokaler, medmindre der kan træffes en afgørelse ud fra de foreliggende oplysninger.

Du er velkommen til at invitere pårørende eller en bisidder med, når du modtager besøg af en sagsbehandler eller kommer til møde med en sagsbehandler.

Vurderer sagsbehandler, at du er berettiget til vedligeholdende træning, vil sagsbehandler sammen med dig formulere konkrete mål for træningen, der har betydning for din hverdag.

Vedligeholdende træning tildeles som et tidsbegrænset forløb op til 6 måneder eller 12 måneder.

6. Hvordan foregår vedligeholdende træning?

Den vedligeholdende træning starter altid med en samtale i dit hjem. Her vil en træningsassistent, sammen med dig og dine pårørende, lave aftaler for den vedligeholdende træning. Det er vigtigt, at der ved samtalen aftales mål for træningen, som tager udgangspunkt i din samlede livssituation og dine behov i hverdagen.

Den vedligeholdende træning foregår altid på hold på et af kommunens træningscentre, da den sociale kontakt og fællesskabet er med til at fremme et godt resultat af træningen. For at sikre, at træningen tager udgangspunkt i dit behov, vil du en af de første

træningsgange gennemføre nogle undersøgelser og test sammen med en træningsassistent og ved behov en terapeut.

7. Hvilke aktiviteter indgår ikke?

Individuel træning og behandlinger, såsom ultralyd, laser og massage, er ikke en del af den vedligeholdende træning.

8. Hvor foregår træningen?

Træningen foregår på et af Aabenraa Kommunes træningscentre:

Træning & Forebyggelse Bov
Padborgvej 20
6330 Padborg

Træning & Forebyggelse Rødekro
Funkevej 9F
6230 Rødekro

Du vil normalt få tilbudt vedligeholdende træning på det center, der ligger tættest på din bopæl. Du kan dog tilbydes vedligeholdende træning på et andet træningscenter, hvis du har brug for et særligt målrettet holdtilbud.

9. Hvad koster træningen?

Vedligeholdende træning er gratis for dig.

På enkelte hold kan indgå forplejning, som en del af træningen, hvilket der opkræves betaling for efter gældende priser.

10. Kørsel

Du skal selv sørge for transport til og fra træningsstedet, hvilket du kan gøre på følgende måde:

- Benytte flextur
- Få kørelejlighed
- Tage bussen
- Benytte eget køretøj, f.eks. bil, el-scooter eller cykel
- Gå.

Hvis du ikke kan benytte en af ovenstående muligheder, kan du være berettiget til kørsel. Sagsbehandler vil vurdere, om du er berettiget til kørsel efter servicelovens § 117, hvor der indgår en egenbetaling.

Taksten for egenbetaling er kommunalpolitisk fastlagt og fremgår af afgørelsesbrevet for træningen.

11. Er der frit valg af leverandør?

Der er ikke frit valg af leverandør.

Vedligeholdende træning udføres af "Træning & Forebyggelse", der er en afdeling under Social & Sundhed i Aabenraa Kommune.

12. Hvilke krav stilles til Træning & Forebyggelse?

Den vedligeholdende træning varetages af træningsassistenter, som er uddannet social- og sundhedspersonale. Træningsassistenterne samarbejder med ergo- og fysioterapeuter, som kan inddrages i dit forløb ved behov.

Senest 3 uger efter at du har fået afgørelsen om vedligeholdende træning, vil du blive kontaktet af en medarbejder fra Træning & Forebyggelse, som aftaler tidspunktet for en samtale med dig. Samtalens formål er at lægge en plan for træningen i samarbejde med dig.

Under forløbet og ved afslutningen af dit træningsforløb giver Træning & Forebyggelse tilbagemelding til sagsbehandler om resultatet af dit træningsforløb, og om dit mål for træningen er opnået. Træningsforløbet afsluttes før tid, hvis du når målet inden træningsperioden er udløbet, eller hvis terapeuten i Træning & Forebyggelse vurderer, at du ikke længere profiterer af tilbuddet.

Undervejs i forløbet vil du og træningsassistenten afklare mulighed for, at du selv kan anvende et træningsprogram eller starte i et åbent ikke-visiteret tilbud i kommunen efter afslutning i den vedligeholdende træning.

13. Hvilke forventninger har vi til dig?

Vi forventer, at du er motiveret for træningen og medvirker aktivt for at nå dit mål, hvilket også indebærer selvtræning.

Du skal være indstillet på, at der kan ske ændringer af træningstidspunktet, for eksempel når Træning & Forebyggelse vurderer, at et andet hold vil være bedre egnet for dig.

Bliver du forhindret på grund af sygdom eller andet, skal du melde afbud. Det er vigtigt at du prioriterer din træning, og kun melder afbud når det er strengt nødvendigt.

Ved gentagne udeblivelser vil dit tilbud om vedligeholdende træning blive revurderet og eventuelt afsluttet.

14. Hvor kan man klage?

Bliver du ikke tildelt den vedligeholdende træning, du har ansøgt om, kan du klage. Du vil sammen med afgørelsen modtage en klagevejledning, hvor du kan læse om klagemulighed, klagefrist med mere.

Der er ingen specielle krav til din klage, men du skal klage inden 4 uger efter, at du har modtaget afgørelsen.

Du kan klage både skriftligt eller mundtligt ved en telefonhenvendelse eller ved personlig henvendelse.

Klager over den måde træningen gennemføres på, personalets optræden eller andre forhold vedrørende træningen rettes til den nærmeste leder i Træning & Forebyggelse. Hvis Træning & Forebyggelse ikke retter op på manglerne, kan du klage til Visitation & Understøttelse.

15. Kontakt

Hvis du har behov for yderligere oplysninger, kan du kontakte:

Visitation & Understøttelse på telefon **7376 7676**.

Telefonen er åben på hverdage i følgende tidsrum:
Mandag, tirsdag, torsdag, fredag kl. 8-13 (onsdag lukket).
Torsdag eftermiddag fra kl. 14.30 – 16.00

Du kan også skrive til adressen:

Aabenraa Kommune
Visitation & Understøttelse
Skelbækvej 2
6200 Aabenraa
E-mail: teamborgerindgang@aabenraa.dk