

Professionel Hjernetræning

– træning til de ”små grå”

Professionel hjernetræning i samspil med andre aktiviteter, er fundamentet for at opnå det bedste resultat!



Vil du vide mere

Sundhed og Træning
Sydtoften 102
7200 Grindsted

Telefon

Tlf.: 7213 1669
Man. til Fre. kl. 08.00 - 10.00
Man. til Tors. kl. 12.00 - 13.00

Få flere oplysninger om kommunens tilbud på www.billund.dk

Har du fået en skade i hjernen?
Så er Professionel hjernetræning et tilbud til dig!



Oktober 2020



Billund
kommune



Billund
kommune

Oplever du?

- Koncentrationsbesvær eller hukommelsesbesvær?
- Manglende overblik og initiativ?
- Nedsat tempo eller nedsat opmærksomhed?
- Så ansøg om et holdtilbud
- med Professionel Hjernetræning!

Hvad er Professionel hjernetræning?

Det er et træningsprogram, der er designet til at træne specifikke kognitive funktioner. Det kører via en hjemmeside på internettet. Træningsprogrammets øvelser er afprøvet af tusindvis af brugere verden over. Alle øvelser er oversat og tilpasset danske forhold. Vi sammensætter et individuelt træningsprogram, målrettet dine vanskeligheder og behov.

Fordele ved Professionel hjernetræning:

- Personligt og gratis log-in
- Log-in fra alle computere med internetforbindelse
- Systemet regulerer selv sværhedsgraden
- Øjeblikkelig resultat efter hver øvelse
- Programmet er tilpasset voksne

Vi tilbyder:

- Vurdering og evt. bevilling af et holdtilbud.
- 8 x holdtræning. Gruppestørrelse: ca. 5 borgere.
- Du skal lave hjemmetræning ved din egen computer.
- Opstartssamtale og afsluttende samtale.
- Dine personlige mål evalueres løbende.
- Dit træningsprogram bliver løbende tilpasset.
- Gruppedynamik og erfaringsudveksling er en del af indholdet.
- Gåtur i ca. 15 minutter i forbindelse med hver træningssession.
- 2 sundhedsfaglig personaler er behjælpelig på holdet.
- Hensyntagen til dine ressourcer.

Sted

Holdtræningen foregår på Træningsenheden, Sydtoften 102, Grindsted.

Transport

Hvis du har behov for kørsel, kan du ansøge om taxaordning.