Dagverksamhet.

– för ett fortsatt aktivt liv

Aktiviteter och samvaro för en ökad livskvalitet

Vill du fortsätta att röra på dig, träffa folk och må bra, men känner att krafterna tryter och att det sociala nätverket minskar? Då kan Dagverksamhet vara något för dig.

Trevlig samvaro, goda matvanor, meningsfulla saker att göra och att vara ute och röra på sig är viktiga delar för att ha ett gott liv. Vi är till för dig som bor hemma och som av olika skäl inte kan vara lika aktiv som tidigare. Genom dagverksamhet får du en vardagsnära rehabilitering som ger dig möjlighet att fortsätta att vara självständig och bo kvar i ditt hem.

Örebro kommun erbjuder dagverksamhet med tre olika inriktningar.

Dagrehabilitering – hitta tillbaka till det som är viktigt för dig

Motiverad till träning efter skada, sjukdom eller nedsatt allmäntillstånd? Då kan dagrehabilitering vara något för dig!

I olika vardagssituationer tränar vi både funktions- och aktivitetsförmåga och träningen genomförs individuellt och i grupp under en begränsad tid. Träningen kan även innehålla kondition, styrka, balans och förflyttningsträning.

Tillsammans med dig kartlägger vi vilka behov, resurser och aktivitetsmöjligheter du har. Utifrån tydliga mål skrivs det en rehabiliteringsplan. Målet är att du ska hitta tillbaka till det som är viktigt för dig och att du ska klara din vardag så självständigt som möjligt.

Dagverksamhet med social inriktning – gemenskap med andra

Om hälsan sviker eller det sociala umgänget blir mindre kan vår verksamhet bidra till att du känner dig mindre ensam och isolerad. Vår socialt inriktade dagverksamhet handlar om att träffas och göra saker tillsammans. Det gör gott för både kropp och själ samt ger struktur i vardagen.

Det vi gör utgår ifrån deltagarnas intressen och kraft just idag. Vi promenerar tillsammans, har lättare träning, har frågesport och bakar, men det går också utmärkt att sitta vid datorn, läsa en tidning eller vara i gemenskap med andra.

Dagverksamhet med kognitiv inriktning – må bra på dina villkor

Till dagverksamheten med kognitiv inriktning är du välkommen för att göra det du är intresserad av och träffa andra i liknande situation som du kan dela dina tankar och funderingar med. Att ha något att göra och umgås med andra i en trivsam, kravlös miljö kan vara ett bra stöd i vardagen.

Du kan delta oavsett om du nyligen fått en kognitiv svikt eller demenssjukdom eller om du har haft det under en längre tid. Verksamheten utgår från dina individuella behov och tider, men vi erbjuder också aktiviteter i cirkelform som är tidsbestämda. Personalen du möter har kunskap och utbildning i att möta och ge stöd utifrån dina förutsättningar.

Avgift

Besök på dagverksamhet betalas enligt kommunens taxa. Fika och lunch ingår i våra verksamheter och resa erbjuds vid behov.

Ansökan och mer information

Om du är intresserad av dagverksamhet och vill ha mer information, nås vi måndag–torsdag kl. 10–12 på telefon **019-21 55 80**. Du kan också prata med din arbetsterapeut, sjuksköterska eller biståndshandläggare som kan hjälpa dig med en ansökan.

Läs mer på orebro.se/dagverksamhet

Fråga oss!

019-21 10 00

Välkommen att kontakta Servicecenter för mer information, frågor och funderingar.

Örebro kommun
Socialförvaltningen, Vård och omsorg
019-21 10 00
orebro.se

2026

FOTO: SCANDINAV BILDBYRÅ
PRODUKTION: ÖREBRO KOMMUN
TRYCKERI: MULTIPLY SOLUTIONS