

# AKTIV IGEN

---

Et tilbud om visiteret træning via Jobcentret til borgere i Jammerbugt Kommune



## Aktiv Igen

Aktiv Igen er et tilbud i Jammerbugt Kommune til dig, der er sygemeldt.

Formålet med et forløb i Aktiv Igen er, at du efter en individuel samtale bliver tilbudt relevante tiltag, så vi kan hjælpe dig tilbage på arbejdsmarkedet bedst og hurtigst muligt.

Dette sker gennem samarbejde mellem dig, din fysioterapeut og din rådgiver.

På Aktiv Igen starter dit forløb med en samtale mellem dig og din fysioterapeut, og her tages der udgangspunkt i din situation.

Din træning kan bestå af flere forskellige tiltag, herunder f.eks. træning i motionscenter, Mindfulness eller Naturtræning.

## Hvordan bliver du henvist?

Det er din rådgiver, der skal henvise dig til Aktiv Igen.

Når du er henvist, vil du blive kontaktet af en fysioterapeut, og denne terapeut har løbende kontakt til din rådgiver.

En forudsætning for deltagelse er, at de tilknyttede fysioterapeuter samt din læge kan anbefale, at du deltager i træningen.

# Hvor foregår træningen?

Træningen foregår forskellige steder.

Træningen foregår på lukkede hold for sygemeldte borgere som dig selv.

## **Ulveskov Skole, Birkelse**

Gl. Landevej 70

9440 Aabybro

Parkering i skolegården

## **Tranum Naturlegeplads**

Strandvejen

9460 Brovst

(Naturtræning)

## Yderligere information

**Anne Lind Schou**

Fysioterapeut

Tlf. 72 57 76 45

**Mette B.G. Jensen**

Fysioterapeut

Tlf. 72 57 78 34

**Søren Høygaard**

Fysioterapeut

Tlf. 41 91 26 15

**Sundhed og Bevægelse**

Sygehusvej 6

9460 Brovst

Opdateret juni 2023



JAMMERBUGT  
KOMMUNE