

TIL DIG OVER 65 ÅR – INFORMATION OM FOREBYGGENDE BESØG

Formålet med besøget er at forebygge opståen og udvikling af sygdom, sociale problemer og funktionsnedsættelser med henblik på at fremme din sundhed, trivsel og trykthed i hverdagen. Du kan få vejledning i dit hjem eller over telefonen.

Vi vil især opfordre dig til at tage imod besøg, hvis:

- du mangler et netværk og ønsker hjælp til at møde andre
- du gerne vil i gang med at røre dig, men ikke kender til Kommunens muligheder
- du har en sygdom, som du ønsker vejledning i at tackle
- du har mistet din ægtefælle
- du har problemer i dagligdagen

HVEM FÅR TILBUDET?

For dig over 65 år

Er du 65 år og derover, har du mulighed for at få vejledning af os. Tilbuddet gælder for borgere, som er i en vanskelig livssituation.

Når du fylder 75 år

Det år du fylder 75, vil du modtage brev med tilbud om et forebyggende hjemmebesøg. Ved at mødes får du en kontakt til Kommunen, som kan benyttes, hvis behovet opstår. Bemærk at næste tilbud om besøg vil være fra 80 år, med mindre andet aftales.



Når du fylder 80 år

Fra det år du fylder 80, vil du én gang om året modtage brev med tilbud om forebyggende hjemmebesøg.

Enke-/enkemandsbesøg

Hvis du mister din ægtefælle, sender vi et tilbud om et forebyggende hjemmebesøg ca. 8 uger efter, du er blevet alene. Dette tilbud gælder, hvis du er 65 år og derover.

KONTAKT:

Forebyggelseskoordinatorerne har sundhedsfaglig baggrund og et bredt kendskab til sociale og sundhedsmæssige forhold.

Forebyggelseskoordinator Solveig Dahl Andersen

Tlf.: 7256 2429. Telefontid: kl. 9-10. Der kan lægges besked uden for telefontiden.

Forebyggelseskoordinator Carina Corbignot

Tlf.: 7256 2577. Telefontid: kl. 9-10. Der kan lægges besked uden for telefontiden.

FOREBYGGELSESKOORDINATOREN KAN BL.A. VEJLEDE OM:**Helbredsmæssige forhold**

Vi kan vejlede dig om, hvordan du tackler og eventuelt løser mulige helbredsmæssige begrænsninger. Det kan f.eks. være problemer med gangfunktionen, fald, syn, hørelsen, søvn, hukommelsen, vandladningsproblemer eller kroniske sygdomme.

Motion og træningstilbud

Vi kan bidrage med viden om, hvordan fysisk aktivitet bl.a. kan påvirke din evne til at klare dagligdagen. I den forbindelse kan vi komme med ideer til, hvordan du kan få rørt dig bedst muligt i hverdagen. Vi kan også informere om forskellige træningsmuligheder i både kommunalt regi og i de frivillige organisationer.

Samværstilbud

Vi kan give et overblik over kommunens og de frivillige organisationers tilbud om aktiviteter og fællesskaber. Vi kan være behjælpelige med at etablere kontakt til de tilbud, som kan være relevante for dig.

Transportmuligheder

Vi kan informere dig om f.eks. Flex-tur, Flextrafik og kørsel til hospital m.m.

IT og Kommunens hjemmeside

Vi kan orientere om, hvor man skal henvende sig vedrørende f.eks. Digital Post og Nem ID, samt om forskellige kursustilbud. Endvidere kan vi vejlede om brug af Fredensborg Kommunes hjemmeside.

Andet

Vi har ikke bevillingskompetence, men vi kan rådgive om hjælpemidler, hjemmehjælp og ældreboliger.

