

Forebyggende hjemmebesøg

En samtale om de
glæder og udfordringer,
som livet giver dig

Varde
Kommune



A close-up photograph of two hands shaking, symbolizing agreement or support. The hands are positioned in the upper right corner of the page.

Livet som ældre kan bringe både glæder og udfordringer, som måske kan være rart at få vendt med en forebyggelseskonsulent.

Det kan være, du har svært ved at holde til de ting, du kunne før i tiden, måske er din omgangskreds blevet mindre eller måske har du andre udfordringer.

Du behøver ikke have et konkret problem for at tage imod besøg af en forebyggelseskonsulent.

FOREBYGGENDE HJEMME-BESØG

Varde Kommune tilbyder forebyggende hjemmebesøg i eget hjem, når du:

- er fyldt 65 år og har mistet ægtefælle/samlever eller ægtefælle/samlever er flyttet på plejehjem
- er 70 år og bor alene
- er 80 år. Du modtager et et spørgeskema i din digi-

tale postkasse omkring dit liv og din sundhed. På baggrund af dine besvarelser får du en tilbagemelding om et eventuelt besøg

- Ikke alle har digital postkasse. Vi har derfor en særlig opmærksomhed på borgere, der er fyldt 65 år og fritaget fra digital post.

FORMÅLET MED HJEMMEBESØGET

Meningen med et forebyggende hjemmebesøg er at sætte ind, før eventuelle problemer opstår.

Et besøg forpligter dig på ingen måde.

NÅR VI HAR AFTALT BESØG

Der afsættes ca. 1 time til besøget. Vi vil blandt andet komme ind på:

- emner, som har betydning for helbred og trivsel
- glæder og vanskeligheder ved at blive ældre
- dagligdagen og du kan få inspiration til at gøre den lettere
- muligheder for hjælp til at løse evt. problemer af helbredsmæssig, social eller praktisk karakter
- Varde Kommunes tilbud og aktiviteter

Du bestemmer selv, hvad samtalen i øvrigt kan handle om. For eksempel glæde, sorg, bolig, kost, søvn og motion.

Vi har tavshedspligt og beder altid om tilladelse, inden oplysninger fra en samtale noteres.

PRAKTISKE OPLYSNINGER

Du vil modtage et brev med tilbud om besøg.

Vi vil altid forsøge, at det er den samme person, som kommer på forebyggende hjemmebesøg hver gang.

Vi kan ikke bevilge ydelser som f.eks. hjemmehjælp og hjælpemidler - men kan hjælpe dig videre.



HAR DU SPØRGSMÅL?

Forebyggelseskonsulenter kan træffes mandag - torsdag mellem 8.30 og 9.



Minna Grunnet
Mobil 5135 4954
migr@varde.dk

Område:

Varde, Alslev, Næsbjerg, Nordenskov, Janderup, Billum, Starup, Tofterup



Pia Høgh
Mobil 5129 5981
pkah@varde.dk

Område:

Varde, Alslev, Horne, Sig, Ansager



Dorte Thomsen
Mobil 5181 3507
dthb@varde.dk

Område:

Oksbøl, Blåvand, Vejers, Henne, Outrup, Nr. Nebel, Kvong, Tistrup, Ølgod



Laila Carstensen
Mobil 3061 6038
laca@varde.dk

Område:

Fåborg, Agerbæk, Årre



TIPS TIL DET GODE ÆLDRELIV

Vi vil gerne invitere dig til at åbne på hjemmesiden www.helpii.dk/varde.

Her finder du en masse inspiration, viden, gode råd og du kan se små korte videoer med øvelser, som kan hjælpe til et godt og aktivt ældreliv.



Varde Kommune

Center for Sundhedsfremme

Ringkøbingvej 32, 6800 Varde

7994 6060

sundhedsfremme@varde.dk

www.vardekommune.dk/sundhedsfremme

www.facebook.com/cfsvarde

VISION

Center for Sundhedsfremme — sammen fremmer vi sundhed og trivsel, der giver mening og skaber værdi.

KERNEOPGAVEN

Kerneopgaven er, at vi — i samspil med borgeren — finder ressourcer til at skabe forandring.

Målet er, at den enkelte borger bliver i stand til at mestre de udfordringer, som opleves i livet - både fysisk, psykisk og socialt.