



Forebyggende hjemmebesøg

**Et tilbud til borgere over 65 år i
Høje-Taastrup Kommune**



**Høje-Taastrup
Kommune**

Forebyggende hjemmebesøg

I Høje-Taastrup Kommune ønsker vi, at alle ældre borgere i kommunen uanset fødeland får en så god og sund aldring som muligt.

Derfor tilbyder vi informationsmøder og individuelle eller gruppebaserede samtaler, hvor du kan tale med en forebyggelseskonsulent, der har en sundhedsfaglig uddannelse.

Hvem tilbydes et forebyggende hjemmebesøg?

- Borgere, der er fyldt 80 år, tilbydes et besøg en gang om året
- Borgere inviteres til et informationsmøde i det år de fylder 75 år
- Borgere mellem 65 og 79 år, i særlige livssituationer, tilbydes et besøg

Informationsmøde

På dette møde fortæller vi om de forskellige muligheder og tilbud i kommunen, som du kan benytte dig af. Vi taler bl.a. om:

- Træthed og søvn
- Motion og hvorfor det er vigtigt at fortsætte med at bruge kroppen og være aktiv
- Helbred og trivsel
- Hjælp til IT/EDB for eksempel e-boks
- Tilbud i foreningslivet og i kommunen
- Kørekort

Besøg i hjemmet eller i dit nærmiljø

Besøget varer ca. en time og kan afholdes i dit hjem eller i et lokale tæt på dit hjem for eksempel i et beboerhus. Vi taler om de emner, som du ønsker at have fokus på.

Det kan for eksempel være:

- Helbred og trivsel
- Dagligdagens udfordringer
- Motion og aktivitet
- Bolig
- Sociale relationer
- Økonomi

Besøgene kan både være individuelle og i grupper.

Kontaktoplysninger

Ønsker du at tage imod tilbuddet eller høre mere om de forebyggende hjemmebesøg, kan du kontakte forebyggelseskonsulenterne.

Forebyggelseskonsulent Vibeke Welzel: 4359 1673

**Forebyggelseskonsulent Karen Gammelgaard:
4359 1671**

E-mail: forebyggelseskonsulenter@htk.dk

Forebyggelseskonsulenterne har tavshedspligt, og de kan til enhver tid kontaktes.



Vigtige telefonnumre

Visitationen: 4359 1771

Visitation til hjælpemidler og træning: 4359 1700

Akutsygeplejen: 4335 2485

Demenskonsulenter: 4359 1732 eller 4359 1699

Formand for Seniorrådet: Børge Mogensen:
4399 7919, e-mail: b.e.m@privat.dk

Lægevagten: 1813



Sundhedscenter Espens Vænge
Espens Vænge 44
2630 Taastrup
Tlf: 43352484, mail: espensvaenge@htk.dk