

”Seniorcafé” hver onsdag

Forbyggelseskonsulenterne i Hvidovre Kommune tilbyder åben ”Seniorcafé” i Aktivitetscentret hver onsdag i tidsrummet kl. 13-14. Har du spørgsmål til din seniortilværelse, eller har du brug for at tale med en uvildig person omkring alvorlige livs-udfordringer, er du velkommen til at møde op i tidsrummet og få en samtale med en af forebyggelseskonsulenterne. Vi sidder klar til at tale med dig.

Vh forebyggelseskonsulenterne



Joan Dybré Jensen



Kirsten Toft-Jensen

Se www.sundhedscenter.hvidovre.dk



Find os på Facebook
Hvidovre Sundhedscenter



Hvidovre Sundhedscenter

Hvidovrevej 272
2650 Hvidovre
Tlf: 36 39 37 37
Sundhedscenter@hvidovre.dk

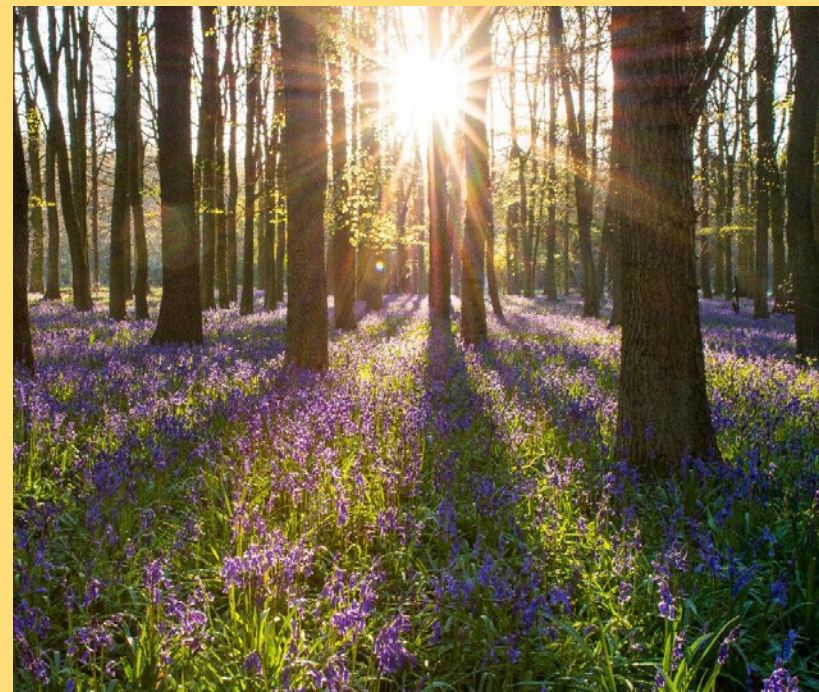
Åbningstider:
Mandag-onsdag kl. 8.00-15.00
Torsdag kl. 8.00-17.30
Fredag kl. 8.00-14.00

Hvidovre Sundhedscenter 7-4-2020

SENIORSAMTALER

En samtale om sundhed og det gode liv

- et tilbud om forebyggende hjemmebesøg efter §79



Hvad er en seniorsamtale?

Det er en samtale mellem dig og en forebyggelseskonsulent med en sundhedsfaglig baggrund. Besøget er frivilligt og gratis, og det er først og fremmest dig, der afgør, hvad der skal tales om. Hvad optager dig mest? Hvordan er din hverdag? Føler du dig sund og rask? Det drejer sig kort sagt om din dagligdag og dine behov. Takker du ja, har du mulighed for at tale med en uvildig person om din livssituation.

Tavshedspligt

Forebyggelseskonsulenterne er underlagt tavshedspligt. Du bestemmer selv, om du vil takke ja til tilbuddet. Fravælger du tilbuddet, kan du altid senere bede om en seniorsamtale.

Samtalens varighed er ca. 1 time.

Hvad er formålet med seniorsamtalen?

Et af formålene er at få talt om evt. udfordringer, store som små, før de udvikler sig og bliver uoverskuelige. Samtalen giver mulighed for at tænke over, hvordan du har det, og om der er noget, du kunne ønske anderledes.

Du behøver ikke at have et konkret problem for at tage imod en seniorsamtale. En seniorsamtale kan også være en mere generel samtale om dit liv, sundhed og trivsel.



Hvem kan få en seniorsamtale?

Tilbuddet om en seniorsamtale får du første gang i det år, du fylder 70 år, og hvis du er aleneboende. Derudover tilbydes du en seniorsamtale, når du fylder 75 år og 80 år. Fra du fylder 82 år, tilbydes du årligt en seniorsamtale.

Er du i alderen 65 til 81 år kan du få tilbudt en seniorsamtale, hvis du har et særligt behov. Det kunne være, hvis:

- Du har en alvorligt syg pårørende
- Du har mistet en nær pårørende
- Du er udskrevet fra sygehus
- Du har afsluttet et rehabiliteringsforløb

Seniorsamtaler anbefales af Ældrerådet

"I forhold til din livskvalitet, er du den, der ved bedst.

Ved at takke ja til en seniorsamtale får du mulighed for at få råd og vejledning, der giver mening i din hverdag. Du får også et ansigt på, og en kontaktperson ind i kommunen, hvis du senere hen får brug for råd og vejledning."

Venlig hilsen

Jørgen Nygaard og Grete Hagedorn, formand og næstformand for Ældrerådet i Hvidovre

