

Silkeborg kommune  
Forebyggende medarbejdere  
Toldbodgade 29-31, 8600 Silkeborg

Dato: 30. maj 2016

Kære

### **Tilbud om forebyggende hjemmebesøg:**

I Silkeborg kommune tilbydes alle seniorer et forebyggende hjemmebesøg hver år, når de er fyldt 80 år. På dette besøg er der mulighed for at snakke om forskellige emner og tiltag, som kan være med til at støtte op om et godt liv i den tredje alder:

Det kunne være;

- Føler du dig sund og rask?
- Fungerer din hverdag?
- Sover du godt?
- Hvordan er humøret?
- Har du et godt netværk.

Se også vedlagte pjece.

### **Jeg vil gerne besøge dig fredag den 27-05-2016 ca. kl. 10:30**

Der er afsat ca. ½-1 time til besøget.

Hvis du ønsker tidspunktet ændret eller slet ikke ønsker besøg, vil jeg bede dig ringe til mig hurtigst muligt på tlf. 40 41 22 65 mandag til fredag kl. 8 - 8.30. Der er også mulighed for at indtale en besked på telefonsvareren eller sende mig en mail.

Har du spørgsmål eller har du brug for at få et besøg i den mellemliggende periode, er du altid velkommen til at kontakte mig.

### **Udfyld eventuelt skemaet på bagsiden.**

Venlig hilsen

Anne Marie Olsen  
Forebyggende sygeplejerske  
Tlf.nr.: 40 41 22 65  
Træffetid: Alle hverdage kl. 8-8.30  
e-mail: annemarie.olsen@silkeborg.dk

**Det er aldrig for sent ..... At få det bedre!**

**Dette skema kan du eventuelt bruge som forberedelse til samtalen**

Hvor tilfreds er du med følgende:	TILFREDS	DELVIS TILFREDS	IKKE TILFREDS	Skriv dine egne kommentarer
Syn				
Hørelse				
Vægt/appetit/tænder				
Vandladning og mavefunktion				
Motionsvaner				
Balance				
Hukommelse				
Humør				
Nattesøvn				
Aktiviteter i din hverdag				
Samvær med andre ( <i>føler du dig ensom</i> )				
Bolig				
Medicin				
Rygning				
Alkohol				
Nærvær/intimitet/samliv				
Hvor tilfreds er du med din nuværende livssituation				



# Ønsker du at få besøg?

## Information om forebyggende hjemmebesøg



### Hvem kan få et forebyggende hjemmebesøg?

Ifølge serviceloven om forebyggende hjemmebesøg kan man få et besøg, det år man er fyldt 75 år. Fra 76 år til 79 år tilbydes man et besøg efter behov. Fra man fylder 80 år tilbydes man et besøg en gang om året. Borgere på 65 år eller derover tilbydes et besøg, hvis man har mistet en ægtefælle.

Desuden kan borgere på 65 år eller derover få tilbudt et besøg, hvis:

- Man er kommet i en situation, hvor ens livsgrundlag har ændret sig, f.eks. ved alvorlig sygdom, indlæggelse på sygehus eller overforbrug af rusmidler.
- Man befinder sig i en livssituation, som er særlig sårbar, f.eks. ved ensomhed og ved tilflytning til kommunen.

Ekstra besøg vil blive tilbudt ved behov. Borgere som bor på plejecentre, eller i forvejen modtager både praktisk og personlig hjælp tilbydes ikke et forebyggende hjemmebesøg.

### Hvordan får jeg besøg?

Alle borgere som er blevet 75 år og 80 år får et brev med dato og tidspunkt for besøget. Fra man er 80 år får du et brev hvert år.

Hvis man er 65 år eller derover og har særlige behov, kan man få et forebyggende hjemmebesøg ved at rette henvendelse til det forebyggende team.

Er man 65 år eller derover og har mistet en ægtefælle eller en samlever vil du modtage et brev med tilbud om besøg 6-8 uger efter, man er blevet alene.

### Hvad er formålet med besøget?

- At skabe tryghed og trivsel
- At give borgeren mulighed for at tale om det, der er vigtigt for én i hverdagen.
- At støtte op om eventuelle fysiske, psykiske eller sociale udfordringer.

### Hvordan forløber samtalen?

Samtalen vil tage udgangspunkt i det borgeren ønsker at tale om. Man behøver ikke at have et konkret problem for at tage imod et forebyggende hjemmebesøg. Det er vigtigt at sætte ind før eventuelle problemer opstår. En tidlig indsats styrker helbredet og forebygger sygdom. Vi har naturligvis tavshedspligt.

Under samtalen kunne

man snakke om følgende:

- Føler man sig sund og rask?
- Fungerer ens hverdag?
- Sover man godt?
- Hvordan er humøret?
- Har man et godt netværk?

Der er også mulighed for at få information om kommunale, frivillige og lokale tilbud.

### Hvem er vi?

Det forebyggende team i Silkeborg Kommune består af 2 sygeplejerske, 2 ergoterapeuter og 1 fysioterapeut. Vi har alle en bred faglig baggrund og vi arbejder tværfagligt. Desuden har vi alle stor erfaring med hjemmebesøgene, hvor samtalen er det væsentlige og hvor den enkeltes behov vægtes.



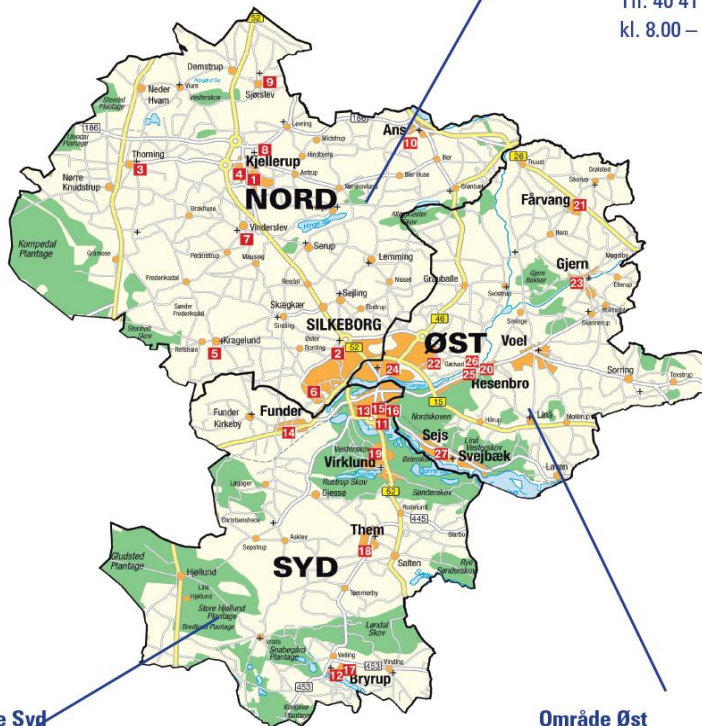
## Praktiske oplysninger

Ønsker du at få et forebyggende hjemmebesøg, er du velkommen til at henvende dig til Silkeborg kommunes forebyggende team.

### Område Nord

Jannie Brygger Rasmussen, fysioterapeut  
jabr@silkeborg.dk  
Tlf. 20 23 29 40 Træffetid: mandag – fredag kl. 8.00 – 8.30

Anne Marie Olsen, sygeplejerske  
annemarie.olsen@silkeborg.dk  
Tlf. 40 41 22 65 Træffetid: mandag – fredag kl. 8.00 – 8.30



### Område Syd

Tove Tarp Thomsen, sygeplejerske  
tovetarp.thomsen@silkeborg.dk  
Tlf. 20 58 63 11 Træffetid: mandag – fredag kl. 8.00 – 8.30

Lisbeth Arens, ergoterapeut  
Mail: lisbeth.aren@silkeborg.dk  
Tlf. 23 36 38 47 Træffetid: mandag, onsdag og fredag kl. 8.00 – 8.30

### Område Øst

Lena Schmidt, ergoterapeut  
lena.schmidt@silkeborg.dk  
Tlf. 24 25 77 45 Træffetid: mandag – fredag kl. 8.00 – 8.30

Jannie Brygger Rasmussen, fysioterapeut  
jabr@silkeborg.dk  
Tlf. 20 23 29 40 Træffetid: mandag – fredag kl. 8.00 – 8.30