



Ta gjerne kontakt:

Anna-Birna Olafsdottir
Rådgiver/fysioterapeut
Avdeling for tjenestekontor
Tlf. 95004128

E-post: annola@lillesand.kommune.no

Hjemmeside: lillesand.kommune.no

Helsefremmende hjemmebesøk



Foto: Finn Johansen

«God årgang»

*En samtale om helse og
muligheter*



Normal aldring innvirker på helsen og funksjonen, særlig etter fylte 80 år. Gode vaner og små endringer kan gi stor helsegevinst. Kunnskap om det som fremmer helsen samt din klokskap om eget liv er viktige ressurser for å sikre trygg og god aldring.

Hva er helsefremmende hjemmebesøk:

- Et tilbud til 78-åringer som ikke har omsorgstjeneste
- Samtale med en fagperson fra kommunen med fokus på det som fremmer helsen.
- Samtalen tar utgangspunkt i det som er viktig for deg.

Hensikten med besøket:

- Gi deg mulighet til å snakke om egen hverdag.
- Formidle kunnskap om forhold som kan ha betydning for din helse og livskvalitet
- Støtte deg i å bevare/styrke de ressurser du har i dag.
- Gi informasjon om aktuelle tilbud i kommunal og frivillig sektor.

Taushetsplikt:

- Samtalen er fortrolig og den som kommer på besøk har taushetsplikt.
- Det skrives et notat i etterkant av besøket.
- Du har rett til innsyn i det som skrives



Frivillig tilbud:

- Du står selvsagt fritt til å takke nei til besøket
- Om du ønsker det, kan samtalen ta sted i kommunens lokaler i stedet for i ditt hjem.