

Seniorsamtale

Få råd og vejledning i forhold til din
hverdag som senior

Glostrup Kommune
Rådhusparken 2
2600 Glostrup

Telefon 4323 6666
E-mail sundhed.velfard@glostrup.dk
Hjemmeside www.glostrup.dk/sundhed



Samtale om din hverdag



En mulighed for at drøfte emner, som har betydning for dig, i et fortroligt rum

Formålet med samtalen er at bidrage til, at du bevarer eller opnår det hverdagsliv du ønsker, og forbygge ensomhed og sygdom på længere sigt.

Samtalen tager udgangspunkt i det som betyder noget for dig, og afholdes af kommunens forebyggelseskonsulent med mange års erfaring.

I samtalen kan du stille spørgsmål og få råd og vejledning i forhold til både personlige og generelle emner.

Du kan også få hjælp til at finde rundt i "systemet", hvis du fx sidder med en konkret problematik.

Du kan få en seniorsamtale, hvis du bor i Glostrup Kommune og ikke modtager daglig hjælp fra hjemmeplejen. Seniorsamtalen er et kommunalt tilbud under de forebyggende hjemmebesøg.

Hvordan

Hvis du er fyldt 65 år, er du velkommen til at tage kontakt for en uforpligtende snak i telefonen. Du må også gerne ringe på dine pårørendes vegne, hvis du fx er bekymret over noget.

Seniorsamtalen foregår som udgangspunkt hjemme hos dig selv, hvis ikke andet aftales.

Temaer i samtalen:



- Er du tilfreds med din hverdag?
- Dit helbred og trivsel
- Aktiviteter og muligheder i kommunen
- Forandringer i seniorlivet
- Vaner du gerne vil ændre

Ovenstående er blot eksempler på temaer, som samtalen kan indeholde, og kan bruges som inspiration.

Kontakt

Hvis du ønsker at høre mere om seniorsamtalen, er du meget velkommen til at kontakte Glostrup Kommunes forebyggelseskonsulent på telefon: 43 23 66 82 eller 51 28 36 41.

