



## BALLERUP KOMMUNE

Rådhuset  
Hold-an Vej 7  
2750 Ballerup  
Tlf: 4477 2000  
[www.ballerup.dk](http://www.ballerup.dk)

Dato:

### Tilbud om forebyggende hjemmebesøg

Du modtager dette tilbud om forebyggende hjemmebesøg, fordi du er fyldt xxx år.

Formålet med besøget er, at støtte dig til, at du længst og bedst muligt kan leve den hverdag, du trives med.

Til besøget har du mulighed for at drøfte de emner, der har betydning for dig i din dagligdag.

Emnerne for samtalen kan fx være:

- Hvordan går det i hverdagen - Hvad er vigtigst for dig?
- Kan du opretholde kontakten til omverdenen?
- Synes du, at det er sværere at nå, det du gerne vil - ude som hjemme?
- Kan du komme omkring i din bolig, som du ønsker det?
- Har du fysiske skavanker, der forhindrer dig i at gøre det, der er vigtigt for dig?
- Hvad er faldforebyggelse? Hvad kan jeg selv gøre?
- Hvad er der af mulighed for rehabilitering i dit hjem, hvis du søger om hjemmehjælp?
- Hvad er der af aktiviteter og støttemuligheder i kommunen?
- Hvis du vil være frivillig - hvad findes der så af frivilligt arbejde?
- Hvad skal du gøre, hvis du eller dine nærmeste får problemer med hukommelse?
- Ved du hvordan du skal søge støtte til at håndtere tab af venner og familie?

På baggrund af samtalen informerer jeg dig om de forskellige forebyggende og sundhedsfremmende tilbud. Du vil også blive vejledt om de aktiviteter og støttemuligheder, der findes i kommunen.

Du skal ikke forberede noget til besøget og vi afsætter ca. 1 time.

Det er frivilligt, om du ønsker at modtage besøget.

Ønsker du at aftale et besøg, kontakter du mig på telefon XXXXXXXX. Jeg er nemmest at træffe mellem kl. 8 og 9, men du kan også indtale en besked på telefonsvareren.

Du kan også give besked på mail: [sundhed-besoeg@balk.dk](mailto:sundhed-besoeg@balk.dk) (sikker mail)

Ved alle henvendelser opgiv venligst: Navn, adresse og cpr.nr.

Med venlig hilsen

xxxxxxx

Forebyggende sygeplejerske