



# Forebyggende hjemmebesøg

Horsens Kommune

Formålet med et forebyggende hjemmebesøg er at hjælpe dig med at udnytte dine egne ressourcer og bevare funktionsniveauet længst muligt.

- Du får mulighed for at drøfte din aktuelle livssituation
- Du kan få støtte til at skabe tryghed og trivsel
- Du kan få støtte i at bevare og styrke de ressourcer, du har, så du kan være så aktiv som muligt
- Du kan få hjælp til at orientere dig om de aktivitets- og støttemuligheder, der findes i Horsens Kommune.

## Hvem kan modtage et forebyggende hjemmebesøg?

Du bliver tilbudt et hjemmebesøg på forskellige tidspunkter i dit seniorliv, afhængigt af, om du bor alene eller ej.

### Når du fylder 70 år og bor alene

Alle der bor alene, tilbydes besøg i det år, de fylder 70.

### Når du fylder 75 år

Du modtager et tilbud om at deltage i et kollektivt arrangement. Ønsker du ikke at deltage, har du mulighed for i stedet at vælge et individuelt hjemmebesøg.

### Når du fylder 80 år

Alle får tilbudt et hjemmebesøg i det år, de fylder 80.

### Når du fylder 81 år og bor alene

Alle, der bor alene, får også tilbudt et hjemmebesøg i det år, de fylder 81.

### Fra 82 år

Alle får tilbudt et årligt hjemmebesøg, fra de fylder 82 år og fremefter.

Modtager du både personlig pleje og praktisk hjælp efter § 83 i serviceloven, tilbydes du ikke automatisk et forebyggende hjemmebesøg. Vi foretager altid en konkret og individuel vurdering af dine behov.

## Hjemmebesøg efter behov - til dig mellem 65 og 81 år

### Har du oplevet en belastende/kritisk livsforandring?

Vi tilbyder et hjemmebesøg, hvis vi bliver opmærksomme på et eventuelt behov eksempelvis via egen læge eller pårørende. Du har også mulighed for at kontakte de forebyggende medarbejdere, hvis du står et sted i livet, hvor forandringer eller udfordringer påvirker dagligdagen og din trivsel.

Det kan for eksempel være, at du har:

- mistet en nærtstående
- oplevet ændringer i dit helbred eller din trivsel
- en oplevelse af, at være meget isoleret
- et misbrug med tab af sanser.

### Derudover tilbyder de forebyggende medarbejdere besøg til:

- Tilflyttere
- Dig, der har en ægtefælle, der er flyttet på plejehjem
- Enlige mænd på 65 år.

Hvis du er i målgruppen for forebyggende hjemmebesøg, modtager du et brev med tidspunkt for tilbud om hjemmebesøg. Vi tilpasser indsatsen efter dine behov. Som afslutning på samtalen aftales evt. opfølgning inden næste besøg.



## Hvad indeholder et forebyggende hjemmebesøg?

### Individuel samtale:

Vi taler om dét, der fylder i dit liv lige nu ud fra et helhedsperspektiv. Samtalen kan eksempelvis have fokus på:

- Samvær og livsindhold
- Tryghed
- Ernæring

Det betyder, at dine behov og din livssituation vil være udgangspunktet for vores samtale.

Vi rådgiver og vejleder dig om aktiviteter og støtte-muligheder i både civilsamfundet og kommunalt. Det kunne være seniorklubber, telefonkæder, besøgstjeneste eller noget helt andet.

---

### Kollektive arrangementer:

- Generel information om forebyggende hjemmebesøg
- Formidling af viden om fx fysisk aktivitet, kost, kronisk sygdom og ensomhed/isolation
- Oplysning om kommunale tilbud, ændringer i lovgivning m.v.
- Aktuelle muligheder i lokalområderne og kommunen.

## Hvilke aktiviteter indgår ikke?

De forebyggende medarbejdere kan ikke bevilge anden hjælp og støtte såsom hjemmepleje og til-delning af plejebolig, ældrevenlig bolig osv. De kan dog rådgive og vejlede dig til, hvordan du søger om det.

## Hvad koster et besøg?

Både de individuelle samtaler og kollektive arrangementer er gratis.

## Hvem får jeg besøg af?

Forebyggende hjemmebesøg er et frivilligt tilbud. Hvis du ønsker at benytte tilbuddet, kan du få besøg af en forebyggende medarbejder, som har en sundhedsfaglig uddannelse, viden og erfaring. De forebyggende medarbejdere har desuden viden om kommunale tilbud, civilsamfundet og lokale aktiviteter og tilbud.



### Tavshedspligt

De forebyggende medarbejdere har tavshedspligt.

## Hvordan får jeg et forebyggende hjemmebesøg?

Hvis du er i målgruppen for forebyggende hjemmebesøg, modtager du automatisk et brev med dato og klokkeslæt for tilbud om hjemmebesøg.

Har du behov for råd og vejledning, eller du har spørgsmål, er du meget velkommen til at kontakte os.

Du kan træffe os i telefontiden mandag og onsdag kl. 8-9.

For direkte telefonnummer til de enkelte forebyggende medarbejdere se:

[horsens.dk/hjemmebesoeg](https://horsens.dk/hjemmebesoeg)

Du kan også sende en sikker mail (kræver MitID).

Find vej via [horsens.dk/hjemmebesoeg](https://horsens.dk/hjemmebesoeg)

### “Når livet tager en uventet drejning”:

Telefon: **23 25 57 51**

Mandag til torsdag kl. 11-14.

## Hvordan klager jeg?

Du kan klage over besøget enten skriftligt eller mundtligt på følgende måder:

- Udfyld og indsend en elektronisk klage via en selvbetjeningsløsning på [horsens.dk/hjemmebesoeg](https://horsens.dk/hjemmebesoeg)
- Send en skriftlig klage til:  
**Forebyggende medarbejdere**  
Chr M Østergaards Vej 4  
8700 Horsens
- Kontakt den forebyggende medarbejder, du har haft besøg af, på telefon.

Klagefristen er **4 uger** efter besøget.

### Borgerrådgivere

Du kan også tage kontakt til Horsens Kommunes borgerrådgivere.

Du kan læse mere om borgerrådgiverne og deres træffetider på:

[horsens.dk/borgerraadgiver](https://horsens.dk/borgerraadgiver)



## **Er du pårørende?**

- få en samtale med vores pårørendekonsulenter

Vores pårørendekonsulenter tilbyder samtaler både pr. telefon eller i form af en personlig samtale hjemme hos dig, eller på pårørendekonsulenternes kontor, hvor I sammen kan vende bekymringer, tanker og muligheder.

Pårørendekonsulenterne kan også hjælpe dig i forbindelse med dialog og samarbejde med medarbejdere i kommunens tilbud.

### **Kontakt pårørendekonsulenterne:**

Kirsten Kirk Ladefoged - telefon: **20 20 59 64**

Susanne Bollerup Overgaard - telefon: **40 38 29 30**

## Forebyggende medarbejdere

Du kan se vores telefonnumre på  
[horsens.dk/hjemmebesoeg](https://horsens.dk/hjemmebesoeg)