Trygge eldre
Høyanger

Førebyggjande heimebesøk

Samarbeid mellom Høyange kommune og frivillige organisasjonar

Marit Nordstrand
Folkehelsekoordianator

Bakgrunn

- Heimebesøk og risikovurdering har vist effekt hos personar med mange fall
- Ide om heimebesøk av "likemann" kom frå frivilligrepresentantar i arbeidsgruppa
- Hypotese: Mogeleg lettare å komme i dialog enn besøk av "ekspert"

VARDAR for folkehelse

A SAFE COMMUNITY

Marit Nordstrand
Folkehelsekoordianator

Informasjon

- Generell informasjon i pensjonistlaga
- Informasjonsbrev frå kommune og eldreråd med tilbod om heimebesøk (dag og tid) sendt ut på førehand
- Må ringe tilbake viss ein ikkje ønskjer besøk

Heimebesøk

- Utført av frivillig frå Røde Kors og pensjonistlag
- Rolleavklaring viktig
- Enkel opplæring, etikk og praktisk
- Symbolsk sum til org. pr besøk + dekka køyring
- 37 personar har hatt besøk
- 2 har takka nei

Marit Nordstrand
Folkehelsekoordianator

Heimebesøk 75-79 år

- Konkret på fallførebygging (ikkje helseforhold)
- Dele ut og evt. gjennomgå brosjyre og sjekkliste
- Demonstrere enkelt sikringsutstyr i "ryggsekken"
- Dele ut refleks, røykvarslerbatteri, medisinvettplakat og pose til innlevering av gamal medisin

Marit Nordstrand
Folkehelsekoordianator

Evaluering

- Enkelt spørjeskjema til alle som har hatt besøk
- 2-3 mnd i etterkant
- Mål: Tilbakemelding på korleis tilbodet er motteke og minne om fallførebygging
- Finne ut om dei har gjort endringar heime

Marit Nordstrand
Folkehelsekoordianator

Trygge eldre

Til deg som har hatt besøk frå ”Trygge eldre”

Takk for at du tok imot besøket

”Trygge eldre” er eit prosjekt som har som mål å redusere fall og fallskader hos eldre. Høyanger kommune er med i prosjektet som ein del av arbeidet sitt med *”Trygt lokalsamfunn”.*

Eit av tiltaka i vår kommune er heimebesøk til alle i aldersgruppa 75-79 år, med informasjon om enkle sikringstiltak i heimen.

Vi som arbeider med dette er spente på kva du syns om besøket og informasjonen og ber deg om å gi oss ei tilbakemelding på det.

Vi har laga dette spørjeskjemaet som vi håpar du vil fylle ut og sende tilbake i den frankerte konvolutten som ligg ved. Skjemaet er ferdig adressert til Høyanger kommune og du treng ikkje skrive namnet ditt på.

Viss de er ektepar som har hatt besøk ønskjer vi at de fyller ut kvar sitt.

Med helsing

Marit Nordstrand

Folkehelsekoordinator

Trygge eldre

Alder Kjønn	_________år Mann ☐ Kvinne ☐		
Tykte du det var greitt å få besøk?	Ja	Nei	Veit ikkje
Var informasjonen du fekk nyttig?			
Hadde du gjort tiltak heime for å førebyggje fall og skade før besøket?			
Har du gjort tiltak heime for å førebyggje fall og skade etter besøket?			
Deltek du regelmessig i organisert trening eller mosjon?			
Trenar du eller mosjonerer regelmessig på eiga hand?			
Ville du ha delteke i gruppetrening for eldre dersom det fanst?			
Har du kommentarar om noko du ville hatt annleis når det gjeld heimebesøket og informasjonen? Skriv her i så fall.			

Marit Nordstrand
Folkehelsekoordianator

Konklusjon

- For få besøk til å konkludere om effekt på fallulukker
- Alle har gitt god tilbakemelding og har opplevd besøket som nyttig og positivt
- Få har gjort endringar heime

Marit Nordstrand
Folkehelsekoordianator