

Välkommen till onsdagsträff den 14/10 kl 14 i SPF:s lokal på Häradsvägen 10, Lerum

Närhälsan Lerum

Vi träffar Sara Andersson äldresköterska, Lerums Vårdcentral och Camilla Vikander, Hälsovetare.

Äldresköterskan har verkligen en central roll i utvecklingen av en god och nära vård för äldre personer. Genom fördjupad kompetens inom åldrande, multisjuklighet, läkemedel, kognitiv svikt och förebyggande arbete kan äldresköterskan bidra till att vården blir trygg, sammanhållen och anpassad efter individens behov. Rollen fungerar också som en länk mellan den äldre personen, närstående och olika vård- och omsorgsaktörer. En mycket viktig kontakt för oss seniorer, där vi enkelt via ett telefonsamtal får kontakt och blir lotsade in på rätt plats i Vården

Hälsovetaren berättar om sin viktiga uppgift främst förebyggande och hälsofrämjande. För oss äldre personer kan det innebära att: kartlägga behov kring fysisk aktivitet, kost, sömn och social gemenskap planera insatser som promenadgrupper, fallprevention och träning lättförståelig information om hälsa och levnadsvanor motverka ensamhet och främja psykiskt välbefinnandet.

Styrelsen hälsar alla hjärtligt välkomna!

Minska den **ofrivilliga ensamheten** - en röd tråd i all vår verksamhet



SPF Seniorerna Lerumsbygden



www.spfseniorerna.se/lerumsbygden

