

Senior Vejledning

Livet forandrer sig – det gør dine behov også

Vi støtter dig i at finde vejen til en aktiv hverdag
og meningsfulde fællesskaber



Ikast-Brande
Kommune



Senior Vejledning er et tilbud til dig, som er over folkepensionsalderen, bor i Ikast-Brande Kommune og eksempelvis:

- Har oplevet et fysisk funktionstab
- Føler dig ensom
- Har mistet en nærtstående
- Er pårørende til en person, som er alvorlig syg
- Er flyttet til kommunen
- Er blevet pensionist
- Føler dig sårbar og psykisk påvirket af din livssituation

Få en samtale med en Senior Vejleder

Hos os kan du få en uforpligtende samtale, hvor en sundhedsfaglig seniorvejleder:

- Lytter til dig og din situation
- Kan fortælle dig om relevante tilbud i kommunen og i foreningslivet
- Kan inspirere dig til at starte i aktiviteter ud fra dine ønsker og interesser
- Kan tilbyde dig støtte i at tage de første skridt – hvis du har brug for det

Vi kan hjælpe dig med at finde vej til:

- Sociale fællesskaber
- Fysiske aktiviteter og motionstilbud
- Små grupper eller større netværk – alt efter, hvad der passer til dig

Du er ikke alene – vi hjælper dig videre i dit tempo og ud fra dine behov.

Er du pårørende, nabo eller andet, og vil du gerne hjælpe med at finde vejen til meningsfulde fællesskaber og aktiviteter?

Nogle mennesker har brug for, at andre hjælper med at opsøge hjælp eller støtte. Tal gerne med personen og kontakt Senior Vejledningen for råd og vejledning for at hjælpe på vej.

Kontakt os

Senior Vejledning – Ikast-Brande Kommune

☎ 9960 4799 – mandag til torsdag fra kl. 8.00 - 10.00

✉ Seniorvejledning@ikast-brande.dk

Følg os på Facebook: **Sundhedscenter Ikast-Brande**

