

## **DIALOG MELLEM LÆSERNE**

### **KOMMUNALE FOREBYGGELSESKOORDINATORER EFTERLYSES HVAD SKAL HUSKES NÅR MAN VIL STARTE EN TELEFONKÆDE? EN BOG BLEV TIL: MAD FRA DEN GANG – JEG VAR BARN: I DE GODE GAMLE DAGE... TRIVSLEN HOS ÆLDRE I ÆLDREBOLIGEN**

Kære læsere!

Forebyggelsesforum indeholder denne gang udelukkende efterlysninger og ideer sendt til os fra læserne. Vi håber de vil få svar tilbage fra jer og derved få gavn af det netværk, som Forebyggelsesforum også gerne skulle være!

### **KOMMUNALE FOREBYGGELSESKOORDINATORER EFTERLYSES**

Findes der mon andre fagpersoner med et lignende funktionsområde som mit? - som jeg kunne udveksle gode ideer med?

Jeg er ansat som Forebyggelseskoordinator i Gentofte Kommune, hvor jeg er ansat til at stå for forebyggelsesprogrammet "*Sundhed for Seniorer*", for de + 55 årige seniorer i kommunen.

Herunder ses en beskrivelse af programmet :

#### **Forebyggelse og sundhedsfremme**

Formålet med programmet er at styrke den sundhedsfremmende og sygdomsforebyggende indsats for Gentofte Kommunes seniorer ved at inspirere til, at man holder sig sund og rask med:

1. Information og formidling af viden om sundhedsfremmende og sygdomsforebyggende aktiviteter
2. Motion, fysiske aktiviteter, f.eks. træning i varmtvandsbassin, senioridræt, specielle hold for seniorer
3. Sociale, netværksskabende aktiviteter, f.eks. sundhedshøjskole, undervisning med efterfølgende diskussion, oprettelse af klubber

### **Samarbejde på tværs af sektorer**

'Sundhed for seniorer' bygger på, at aktiviteterne skabes i tæt samspil mellem kommunen og de mange forskellige foreninger og andre frivillige ressourcer i Gentofte Kommune. Der samarbejdes også med eksperter fra Amtssygehuset i Gentofte.

Hvis der findes fagpersoner, ( jeg har f.eks. en basisuddannelse som sundhedsplejerske), med et lignende funktionsområde, ville jeg være meget interesseret i at udveksle erfaringer og gode ideer, da jeg sidder alene med programmet, - udover mit "korps" på 20 frivillige.

Henvendelsekan rettes til:

Annette Mygind

Forebyggelseskoordinator

Telefon: 88 20 51 78

e-mail [anmy@gentofte.dk](mailto:anmy@gentofte.dk)

## **HVAD SKAL HUSKES NÅR MAN VIL STARTE EN TELEFONKÆDE?**

Hej Forebyggelsesforum og andre forebyggere!

Vi er i Hammel ved at lave en telefonkæde og vil i den forbindelse gerne høre om der er nogle forhold eller formaliteter i skal være opmærksomme på. Vil høre gerne fra jer så hurtigt som muligt!!!!

Hvordan har andre forebyggere grebet opstarten an????

Dialog og svar kan rettes til Charlotte Ingemansen 87621236 eller

[chin@hammel.dk](mailto:chin@hammel.dk) eller Anbækvej 23 8450 Hammel

## **EN BOG BLEV TIL: MAD FRA DEN GANG – JEG VAR BARN: I DE**

## **GODE GAMLE DAGE...**

Ældre i Fredensborg- Humlebæk Kommune har udgivet en lille bog med opskrifter og spændende historier fra kommunen. Ideen bag denne samling af barndoms minder og madopskrifter er at videreføre nogle traditioner til den yngre generation. Tiderne skifter, og det gør kostvanerne også. Men også for at skabe minder og inspiration til de ældre, som har lyst til at prøve nogle af de gode gamle opskrifter, for eksempel: "fru Sørensens kringler", "forloren risengrød" eller "Sletten fiskefrikadeller".

Måske kan både ældre og yngre få nye ideer til den daglige husholdning med denne opskriftsamling!

venlig hilsen

Forebyggelseskoordinator

Heidi Hansen

tlf. 4840 2351 / tlf. 2162 5670

[www.hih@fhkom.dk](mailto:www.hih@fhkom.dk)

Bogen er lagt ud på kommunens hjemmeside <http://www.fhkom.dk> -> borgerservice -> sundhed og velvære -> pjecer.

## **TRIVSLEN HOS ÆLDRE I ÆLDREBOLIGEN**

Har du kendskab til sundhedsfremmende og/eller forebyggende tiltag i forhold til ældreboligen?

Vi er en gruppe studerende på diplomuddannelsen om forebyggelse på ældreområdet/CVU-Øresund, der arbejder med trivslen hos ældre i ældreboligen. Vi er interesserede i viden og erfaringer fra andre, der har beskæftiget sig med sundhedsfremme og forebyggelse hvor ældreboligen var rammen. Vi er desuden interesserede i målgruppeviden om ældre i ældreboliger.

Skriv til : [anissen.suf@ipost.kk.dk](mailto:anissen.suf@ipost.kk.dk)

På forhånd tak

Asta Nissen

Sundhedsmedarbejder

Folkesundhed København

Københavns Kommune

-----  
Redaktion:

Annette Johannesen  
Videnscenter på Ældreområdet  
Aurehøjvej 24 DK-2900 Hellerup  
tlf. +45 3940 1010 fax +45 3940 4045

mail: [forebyggelse@aeldreviden.dk](mailto:forebyggelse@aeldreviden.dk)

Videnscenter på ældreområdets service kaldet 'Forebyggelsesforum' sender med jævne mellemrum mails ud, som specielt har fokus på forebyggelse og genoptræning i forhold til ældre. Vær opmærksom på at du *ikke* kan besvare denne mail ved at bruge svar/reply-funktionen. Skriv i stedet til [forebyggelse@aeldreviden.dk](mailto:forebyggelse@aeldreviden.dk)

Nye brugere af 'Forebyggelsesforum' kan tilmelde sig på mailadressen:  
[forebyggelselist-on@aeldreviden.dk](mailto:forebyggelselist-on@aeldreviden.dk)

I ordningen indbygges også mulighed for erfaringsudveksling og dialog. Kommentarer og spørgsmål kan lægges ud til debat i 'Forebyggelsesforum' ved at sende mail til: [forebyggelse@aeldreviden.dk](mailto:forebyggelse@aeldreviden.dk)  
Send også gerne artikler og rapporter, der kan være af fælles interesse.

Du er velkommen til frit at bruge 'Forebyggelsesforum'. Husk dog at kreditere Videnscenter på Ældreområdet og evt. primærkilde der er anført under oplysningen.

Ønsker du ikke længere at modtage 'Forebyggelsesforum' kan de afmeldes på mailadressen:  
[forebyggelselist-off@aeldreviden.dk](mailto:forebyggelselist-off@aeldreviden.dk)

Det er VIGTIGT at afmeldingen sker fra den adresse, der skal slettes. Man kan altså IKKE sende afmelding fra en anden computer!