



Präventive Hausbesuche für Senioren

Einführungsangebot

Eine präventive Gesundheitsberatung für Senioren dient dem Ziel, den Erhalt der Gesundheit und der Selbstständigkeit in den eigenen vier Wänden zu fördern. Die empfohlenen Unterstützungsmassnahmen können nach den individuellen Bedürfnissen in einem Gespräch mit der Gesundheitsberaterin erarbeitet werden.

Die Gesundheitsberatung umfasst folgende Themenschwerpunkte:

- Körperliche Gesundheit (Bewegung, Ernährung, Sturzprophylaxe, Hören, Sehen, Schlaf)
- Seelische Gesundheit (Lebenszufriedenheit, Depression)
- Geistige Gesundheit (kognitive Einschränkung, Demenzrisiko vermindern)
- Soziale Gesundheit (Einbettung in das soziale Netz, Hilfe im Notfall)
- Finanzielle Sicherheit, Wohnraumanpassung, Patientenverfügung
- Individuelle Krankheitsprävention, Impfschutz, Medikamenteneinnahme, erkennen von Risikoverhalten

Als Vorgehen wird als erstes ein Fragebogen versendet. Nach der Auswertung des retournierten Fragebogens werden von der Gesundheitsberaterin individuelle Vorschläge erarbeitet und in einem ausführlichen Gespräch von ca. 1 ½ Stunden gemeinsam besprochen.

Kosten Einführungsangebot: 160.- Fr. / inkl. Dokumentation

Weitere Kontakte nach Absprache jederzeit möglich

Angebot gilt bis März 2018, auch als Geschenkgutschein erhältlich.

Schicken Sie den Talon an:

www.zuhausealtwerden.ch

Katharina Gosztonyi-Hirzel

Hasenbergstr. 7

8953 Dietikon

(MAS in Gesundheitsförderung,

Pflegefachfrau FH)

Mailen Sie an:

info@zuhausealtwerden.ch

Sprechen Sie aufs Tonband:

Tel: 043 322 52 66

✂-----

Anmeldetalon

Name:

Vorname:

Strasse/ Nr.:

Wohnort:

Telefon:

Mailadresse (falls vorhanden):

www.zuhausealtwerden.ch