Hvussu fæst samband við Heilræði?

Tygum eru vælkomin at seta tygum í samband við Heilræði við at ringja til móttøkuna í Heilsuhúsinum, telefon 302000, best millum kl. 8.00 -15.30 mána- til fríggjadag.

Um tygum ikki ynskja vitjan, kunnu tygum somuleiðis ringja á sama nummar og sama tíðspunkt nevnt omanfyri.

EIN KANN SJÁLVUR GERA NAKAÐ FYRI AT VARÐVEITA HEILSUNA – OG MØGULIGA GERA HANA BETRI – VIÐ AT:

- Eta heilsugóðan kost
- Hava okkurt at takast við
- Røra seg: ganga túrar o.a.

VERÐUR HETTA GJØRT, KANN EIN KLÁRA SEG LONGRI UTTAN HJÁLP Í EGNUM HEIMI

Faldarin er dagførdur 11/2021

HEILRÆÐI
góð í ráðum

Fyribyrgjandi heimavitjan hjá heimabúgvandi eldri borgarum í Tórshavnar kommunu

Hvør fær fyribyrgjandi heimavitjan?

Fyribyrgjandi heimavitjan er eitt lógarkravt tilboð til heimabúgvandi borgarar eldri enn 75 ár í Tórshavnar kommunu.
Tilboðið verður givið einaferð um árið, ella sum tørvur er á.
Fyribyrgjandi heimavitjan verður ikki gjørd, har tænasta er frammanundan, so sum hjálp frá heimatænastuni og dagtilhald, tó kunnu undantøk gerast.
Umframt verður heimavitjan bjóðað teimum, ið mist hava makan - umleið 2 mánaðir eftir deyðsfall, og uppfylging eftir tørvi ½ og 1 ár eftir.

Hvør kemur at vitja?

Eitt starvsfólk við heilsufakligari útbúgving og royndum at starvast við eldri fólki. Miðað verður eftir, at tað er sama fólk, sum vitjar hvørja ferð.

Hvat er endamálið við fyribyrgjandi heimavitjan?

- At skapa tryggleika og trivnað
- At binda um heilan fingur, soleiðis at frísk fólk verða verandi frísk
- At smáir trupulleikar ikki gerast størri
- At upplýsa um tiltøk og stuðulsmøguleikar.

Heilsustimbran og fyribyrging snúgva seg um:

- at forða fyri sjúku
- at evnini at vera virkin verða varðveitt
- at stimbra góða heilsu og evni at virka í framtíðini.

Einum nýtist ikki at hava ávísar trupulleikar fyri at fáa vitjan

- Tað stendur einum frítt at velja, um ein ynskir vitjan
- Vitjanin við dagfesting og klokkutíð verður avtalað í góðari tíð frammanundan, antin við at vit ringja ella senda bræv
- Vitjanin fer fram sum ein samtala í egnum heimi
- Vitjanin varir í umleið 1 tíma
- Tann, ið vitjar, hevur tagnarskyldu
- Stutt frágreiðing verður skrivað um, hvat vitjanin snúði seg um.

Samtalan kann snúgva seg um viðurskifti, sum ávirka lívsstøðuna hjá einum. Til dømis: **heilsuna, *likamligu og sálarligu støðuna, *gleði og sorg, *áhuga og ítriv, *hvat gongur væl og minni væl, *kost, rørslu og svøvn, *bústaðar- og sosialviðurskifti, *at gerast gamal, *framtíðina.* Ein velur sjálvur, hvat tosað verður um.