

Vård &  
Omsorg  
i Lomma kommun



# Förebyggande Hälsosamtal



Socialförvaltningen  
Hamngatan 3, 234 81 Lomma  
040-641 10 00, [info@lomma.se](mailto:info@lomma.se)  
[www.lomma.se](http://www.lomma.se)

*Tanke. Omtanke. Mer tanke!*

**FÖREBYGGANDE HÄLSOSAMTAL** riktar sig till personer som är i 75-årsåldern och som inte har någon hjälp från hemtjänst eller hemsjukvård.

**SYFTET MED** förebyggande hälsosamtal är att bibehålla och eller öka livskvaliteten genom att samtala kring det som främjar hälsan och förebygger sjukdom. Under samtalet ger vi dig information om de möjligheter som finns både i kommunen och i övriga samhället. Vi diskuterar och för en dialog kring vardagslivet och eventuella vardagsbekymmer.

**GENOM ETT** förebyggande hälsosamtal vill vi hjälpa till att skapa trygghet i vardagen, ge råd och vägledning samt information och tips kring säkerhet. Vi riktar in oss på **friskfaktorer istället för riskfaktorer.**

Tyngden läggs på det som gör att en person förblir frisk och behåller hälsan. Inför samtalet kan det vara bra att fundera kring vilken typ av information, kunskap och kontakter som du behöver för att känna dig trygg i vardagen.

Vi som erbjuder hälsosamtalen är  
leg. sjukgymnast och leg. arbetsterapeut  
och arbetar i Lomma kommun.  
Välkommen att kontakta oss!

Linda Hallner, sjukgymnast  
linda.hallner@lomma.se, tel 040-641 16 53

Ingrid Bränd, arbetsterapeut  
ingrid.brand@lomma.se, tel 040-641 16 52