

Nyt netværk og fællesskab



Selvom man har lyst til at komme mere ud og være sammen med andre seniorer, er det ikke altid, at man selv har kendskab til foreningslivet og tilbuddene i lokalområdet.

Derfor kan formidling af lokale tilbud samt hjælp til at få skabt kontakt til lokale foreninger være en vigtig indsats i forhold til at afhjælpe ensomhed og forebygge depression blandt ældre.



En enke fortalte en af de forebyggende sygeplejersker, at hun ind i mellem følte sig ensom og gerne ville mere ud i naturen. Den forebyggende sygeplejerske fortalte enken, at der hver uge er gåture i skoven lige i nærheden, og at dette ville være en oplagt mulighed for hende. 'Hvor er jeg dog glad for, du fortæller det', udbrød enken.



På et opfølgingsmøde fortalte enken, at hun havde været med på gåturene, og at hun var blevet taget godt imod af de andre.



Disse gåture har givet hende endnu mere mod på at deltage i flere aktiviteter, så hun har nu lavet en aftale om daglige gåture med to af sine naboer, som også gerne ville have mere selskab.

Hvad var og er fortsat vigtigt?



- At en ensom, ældre kvinde igen har fået mod på at få nye bekendtskaber og er lykkedes med det
- At borgere og medarbejdere via formidling af lokale tilbud kan støtte en borger, som kan have behov for inspiration og motivation
- At vores støtte til sårbare borgere kan gøre forskel - vi hjalp én borger, som selv endte med at hjælpe yderligere to borgere, så det reelt blev 3 borgere, der fik glæde af vores støtte

