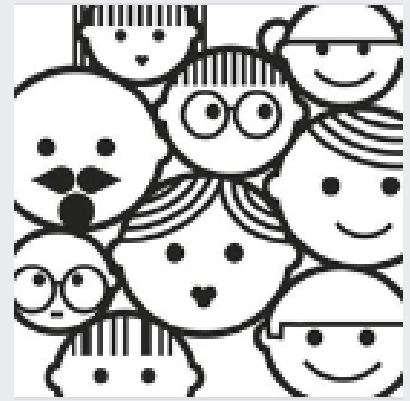


Opskrift - Facebook...

- Handlingsanvisende opslag
- Den gode historie som det bærende element
- Reklamer/information "pakkes ind" i en fortælling om en person
- Kommunikationsafdelingen hjælper med billeder og sørger for, at opslaget bliver slået op på kommunens Facebookside.
- Opslag annonceres
- Kommunikationsafdelingen overvåger siden – besvarer spørgsmål og sletter meget kritiske eller stødende kommentarer.
Medarbejdere opfordres til ikke at svare men overlade det til kommunikationsafd., der tager kontakt hvis de har brug for viden for at svare.
- God og konstruktiv kritik gives videre til relevant faggruppe/afd.

fortsættes...



Horsens Kommune
- En del af flokken
@endelafflokken

Horsens Kommune

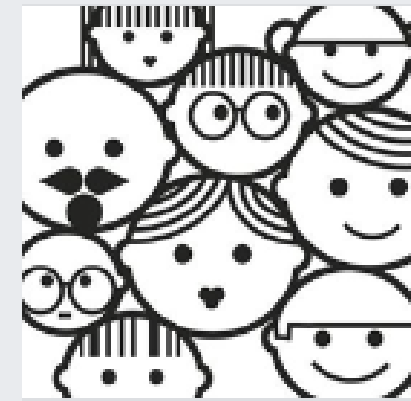
Opskrift - Facebook... fortsat

Sådan skabes den gode fortælling

- Borgerperspektivet er vigtigt – hvad betyder vores tiltag for borgerne?
- Gerne involvere en person, man kan identificere sig med, eller som man kender nogen, der kan identificere sig med
- Nærværende fortælling
- Vise en tydelig forskel fra før til nu
- Fortæl det vigtigste først, underbyg derefter pointen med eksempler og faglige argumenter
- Dagligdags sprog, let læst, undgå fagjargon og fagudtryk – fortæl i stedet i beskrivende billeder fra hverdagen

Kommunen kan på opslagsniveau selv styre nyheder udenom redaktioner på aviser etc.

- Være i øjenhøjde med borgerne
- Være i dialog med borgerne
- Borgerne kan bidrage med ris og ros
- Fange utilfredshed



Horsens Kommune
- En del af flokken
@endelafflokken

Facebook...

Horsens Kommune - En del af flokken

Synes godt om · Følger · Del

Synes godt om · Svar · 2 u

Vis 12 kommentarer mere

Horsens Kommune - En del af flokken

23. august kl. 07.00 ·

Nu skal det være slut med at sidde hjemme i sofaen og trille tommelfingre. I hvert fald hvis det står til Liz, der er aktivitetsmedarbejder på Plejecenter Nørrevang i Stensballe ved Horsens.

Hun oplever, at en del ældre sidder isoleret derhjemme uden det helt store netværk. Især hvis de har mistet deres ægtefælle eller selv har været syge.

Sammen med nogle frivillige har hun derfor arrangeret et par små happenings foran SuperBrugsen i Stensballe, hvor ældre kan høre mere om de mange spændende aktiviteter, de kan deltage i – aktiviteter som har den sidegevinst, at de kan føre til nye venskaber.

Der følger også en invitation med til brunch på Nørrevang tirsdag den 25. september kl. 10.00. Her kan ældre for 30 kr. høre lidt mere detaljeret om Centrets mange tilbud og tale om, hvilken gruppe de kunne tænke sig at starte i.

Er du selv ældre og kunne du bruge ekstra venskaber i dit netværk, så mød op foran SuperBrugsen enten tirsdag den 28. august eller mandag den 3. september – begge dage fra kl. 10-12.

Og spred endelig budskabet til dem, du kender 😊

Opret en side

18.000 visninger

Horsens Kommune - En del af flokken

31. marts ·

Du skal for alt i verden ikke sætte dig hen i en krog og vente på, at noget skal ske! Du skal selv tage initiativ til det! Din erfaring har 81-årige Bent gjort sig, efter at han mistede sin kone og bedste ven gennem 60 år. Det er et år siden, at Bent blev alene, og i tiden efter var han langt nede.

Men gode kræfter og det ene initiativ efter det andet fået Bent tilbage på føde igen. Først var det præstekonen, som fik lokket Bent med til tilmadage på præstegården – godt hjulpet af udsigten til en gang tarteletter med efterfølgende kaffe. Så fik han kendskab til Dansk Folkehjælp, der også arrangerer masser af spændende ting. Og ind i mellem har han dyrket sin gamle hobby: gymnastikken.

I dag er Bent glad for sin tilværelse, men han har dog lige et enkelt ønske for fremtiden: han kunne godt tænke sig, at flere mænd kom ud over stæpperne – bl.a. for at bidrage med ekstra godt selskab til Bent selv, for med et gymnastikhold med kun to mænd og 22 kvinder mangler han altså lidt god, gammeldags mandekammeratskab.

Torsdag den 5. april fra kl. 14-16.30 Inviterer vi dig til en gratis tilmadage på Horsens Ny Teater, der måske kan lokke dig til at gøre Bent selskab. Her sætter vi fokus på, hvordan du kan få en aktiv og udadvendt tilværelse, uanset om du har brug for et skub eller kunne tænke dig at hjælpe andre. Her kan du bl.a. vores forebyggende medarbejdere, Gerda, der fortæller om, hvordan hun lige så stille fik fyld sin kalender op med aftaler igen efter sin mands død, og du kan høre om, hvorfor det er vigtigt for både krop og sind at komme ud.

Du kan enten hente dine gratis billetter på Horsens Ny Teater eller på www.horsensnyteater.dk/progr.../relationer-sundere-gulemedder

Med Elise Hun er én af de mange horsensianere, der kunne sætte 75 flag i lagkagen i perioden fra 1. oktober 2017 til 1. april 2018.

De 75 flotte flag betød også, at Elise fik en invitation en stor, fælles fødselsdag for alle 75-årige i vores kommune. Fødselsdagsfesten er et initiativ fra vores forebyggende medarbejdere, der rigtig gerne vil fortælle om, hvilke tilbud, netværk og aktiviteter, der er, når håret er blevet lidt hvidere, læsebrillerne lidt mere nødvendige, når kroppen kan få tendens til at knage lidt i ledene, eller når ens ægtefælle går bort.

Sammen med sin mand fik Elise blandt andet viden om hjemmehjælp og hjælpemidler, gode råd om bevægelse fra en fysioterapeut, og nyttig viden med hjem om de mange aktiviteter, der kan være

Elise og hendes tro følgesvend, Aage, har som sådan ikke brug for de mange råd nu, for de klæber stadigvæk selv både hus og haves og har en aktiv hverdag. Men ingen kan jo spå om fremtidens behov, og derfor medle parret op til fødselsdagsfesten for at blive klogere. Og som det har og bør sig til en ægte fødselsdag, var der selvfølgelig også kaffe, super lagkager og en god snak med sidemanden.

Interessen for den fælles 75-års fødselsdag var forrygende med over 100 deltagere. Hvis du selv er tæt på de 75 år, så lander der også en invitation i din postkasse. Vi sender nemlig en invitation ud igen til efteråret til alle, der er fyldt 75 år i perioden fra 1. april 2018 til 1. oktober 2018.

16.500 visninger

Horsens Kommune - En del af flokken

9. marts ·

Med Elise Hun er én af de mange horsensianere, der kunne sætte 75 flag i lagkagen i perioden fra 1. oktober 2017 til 1. april 2018.

De 75 flotte flag betød også, at Elise fik en invitation en stor, fælles fødselsdag for alle 75-årige i vores kommune. Fødselsdagsfesten er et initiativ fra vores forebyggende medarbejdere, der rigtig gerne vil fortælle om, hvilke tilbud, netværk og aktiviteter, der er, når håret er blevet lidt hvidere, læsebrillerne lidt mere nødvendige, når kroppen kan få tendens til at knage lidt i ledene, eller når ens ægtefælle går bort.

Sammen med sin mand fik Elise blandt andet viden om hjemmehjælp og hjælpemidler, gode råd om bevægelse fra en fysioterapeut, og nyttig viden med hjem om de mange aktiviteter, der kan være

Elise og hendes tro følgesvend, Aage, har som sådan ikke brug for de mange råd nu, for de klæber stadigvæk selv både hus og haves og har en aktiv hverdag. Men ingen kan jo spå om fremtidens behov, og derfor medle parret op til fødselsdagsfesten for at blive klogere. Og som det har og bør sig til en ægte fødselsdag, var der selvfølgelig også kaffe, super lagkager og en god snak med sidemanden.

Interessen for den fælles 75-års fødselsdag var forrygende med over 100 deltagere. Hvis du selv er tæt på de 75 år, så lander der også en invitation i din postkasse. Vi sender nemlig en invitation ud igen til efteråret til alle, der er fyldt 75 år i perioden fra 1. april 2018 til 1. oktober 2018.

8.500 visninger

Horsens Kommune - En del af flokken

23. marts ·

Efter 47 års ægteskab mistede Gerda sin mand, Holger, og selvom det var noget, hun var forberedt på, var det en stor omvæltning for hende pludselig at skulle leve alene. Heldigvis har Gerda næse for at opsøge aktiviteter og ting, hun kan gå til, så livet efter et langt ægteskab ikke skulle blive alt for ensomt. Blandt andet tager hun hver tirsdag aftid til gymnastik. En hobby hun dyrkede sammen med Holger. Det var svært at komme alene første gang, syntes hun, men hun blev med det samme bemærket som 'dat er godt, at du kommer', og det hjalp rigtig meget på tryk og energi til at komme ud af døren.

Gerda har fundet ud af, hvor vigtigt det er at komme ud og få nye netværk og venner efter et tab. De erfaringer vil hun gerne dele med dig, der selv har brug for et skub til at komme afsted eller dig, der mangler værter til at hjælpe folk i dit netværk, der har mistet eller har svært ved at komme ud.

Du skal derfor sætte kryds i kalenderen torsdag d. 5. april fra kl. 14-16.30 og komme til gratis tilmadage på Horsens Ny Teater om, hvordan du kan få en aktiv og udadvendt tilværelse, og hvorfor det er vigtigt – også når man er kommet lidt op i årene. Du møder bl.a. Gerda, vores forebyggende medarbejdere og andre gode folk, der fortæller om, hvorfor det er vigtigt ikke at blive al for gode venner med ensomheden.

Du kan enten hente dine billetter på Horsens Ny Teater eller på www.horsensnyteater.dk/progr.../relationer-sundere-gulemedder

16.500 visninger

Horsens Kommune - En del af flokken

27. december 2017 ·

Da Aase for et halvt år siden pludselig mistede sin mand gennem 57 år, gik hun godt og grundigt ned med flaget. Hun isolerede sig og havde ikke lyst til at se andre mennesker end sine børn og børnebørn. Men en dag dumpede der et brev ind ad postkassen med et tilbud om at få besøg af Anne Marie.

Anne Marie arbejder som forebyggende medarbejder. Det betyder bl.a., at hun inviterer alle 65+-årige, der er blevet alene, til at tage en temperatur på humøret. Det er selvsagt helt normalt at sorg efter tabet af en ægtefælle, men tilstanden skal helst ikke være ved. Og det er netop det, Anne Marie og hendes kolleger kan hjælpe med.

Aases første reaktion på Anne Maries invitation til en snak var, at det havde hun bestemt ikke lyst til, for 'hvorfor skulle kommunen nu til at rode rundt i det?'. Men hendes børn fik hende overtalt. Og det er hun lykkelig for i dag. Og god snak med Anne Marie førte nemlig til, at hun i dag ser helt anderledes på livet. Hun er blandt andet kommet med i en netværksgruppe for enlige kvinder, hun er planlagt, når Apark Centret har spændende foredrag på programmet, og så er hun kommet med i ÆldreSagens ordning med tryghedsopkald.

Og Anne Marie! Ja, hun er også glad, for meningen med tilbuddet er at få alle enker og enke mænd over sorgen og ud i livet igen.

Har du mistet din ægtefælle og har svært ved at komme videre – eller kender du én, der har – så er du meget velkommen til at ringe til Anne Marie – eller en anden forebyggende medarbejder – på tlf. 23 34 11 67 eller 23 25 57 51. Du kan fange dem mandag til torsdag fra kl. 11-14. Du kan også sende en mail på forebygge@horsens.dk Så står der én klar til at give dig et kærligt skub til selv at komme videre.

16.500 visninger

... er et godt sted at blive set

ins
tie

Horsens Kommune - En del af flokken
12. december kl. 13.01 · 🌐

Du er måske én af de heldige, der har mødt Anne-Mette og Mette på din vej. Hvis ikke, så læs bare med her.

Anne-Mette, der er aktivitetsmedarbejder på Præsthøjgården afprøver nemlig nye måder at pirre din nysgerrighed på. Det gør hun sammen med Mette, der er frivillig og formand for Centerrådet. Forleden satte de to kursen mod Føtex på Bankagervej i Horsens medbringende et stort banner, der opfordrer alle 60+’ere og førtidspensionister til at deltage i nogle af de mange spændende arrangementer, der foregår rundt om på aktivitetscentrene.

Normalt lægger Anne-Mette og Mette bare flyers i postkasser, når de vil fortælle om deres arrangementer, men de synes, det fungerer meget bedre at møde mennesker ansigt til ansigt. Derfor kommer de to til at turnere rundt i bybilledet, så mange flere kan blive en del af de fællesskaber, der er på aktivitetscentrene.

Har du fået lyst til at være med, har du chancen den 28. december, hvor der er underholdning og hygge med Visens Venner i Pejsestuen på Præsthøjgården fra kl. 13.45-16.15. Og tag endelig en nabo, veninde eller familiemedlem under armen.

Du tilmelder dig ved at ringe til én af vores to aktivitetsmedarbejdere senest den 13. december: Anne-Mette på 2496 2068 eller Maria på 2465 7692. De kommer også gerne på besøg hjemme ved dig, hvis du har lyst til at høre mere.



👍👍👍 197

24 kommentarer 21 delinger

Horsens Kommune - En del af flokken
I går kl. 07.45 · 🌐

Mød Mie, Margit, Heidi og to gange Hanne! De er alle sammen forebyggende medarbejdere i kommunen, og for øjeblikket har de hæsblæsende travlt med at arrangere en stor fødselsdagssammenkomst på Rådhuset i Horsens.

I den forbindelse har de sendt en invitation ud til alle, der er fyldt 75 år i perioden fra den 15. august sidste år til den 1. februar i år. Er du så heldig at have modtaget en invitation med posten, kan du glæde dig til et stort arrangement på Rådhuset tirsdag den 26. marts 2019 fra kl. 13.30 til 16.00. Bor du i Brædstrup eller Østbirk, vil du i løbet af sensommeren modtage en invitation til et lignende arrangement på Søndergården i Brædstrup.

I efteråret 2018 tog ca. 150 ældre imod tilbuddet om en festlig eftermiddag, og ligesom sidste gang bliver du budt på lækre lagkager. Du får samtidig en masse nyttige tips om alt muligt mellem himmel og jord, som kan hjælpe dig med at få så god en hverdag som muligt. Måske har du brug for et høreapparat eller briller – eller en hjemmehjælper. Eller du vil gerne dyrke en hobby, flytte et andet sted hen eller træne din krop men er usikker på, hvordan du skal gribe det hele an.

Alt det og meget mere får du svar på, hvis du møder op. Du skal bare senest onsdag den 20. marts ringe eller sende en mail til den forebyggende medarbejder, som har sendt dig invitationen. Så er du sikker på en plads 😊



👍 Synes godt om 🗨 Kommenter ➦ Del

👍👍 57

6 delinger

Horsens Kommune - En del af flokken
14 t. · 🌐

Hvis tingene går lidt i stå, er det vigtigt at finde ud af, hvad der giver dig ny energi – og det skal man nogle gange have lidt hjælp til.

For et år siden følte 77-årige Tove Outzen ingen glæde ved livet. Hun isolerede sig bag nedrullede gardiner i sin lejlighed, og havde det mildest talt skidt. Men så hørte hun om Skiftesporet i Vital Horsens, som er et gratis tilbud til personer over 65 år, der på den ene eller anden måde er gået i stå.

Tove ringede til Skiftesporet, og tre dage senere fik hun et besøg i hjemmet, der betød at hun startede i gruppen. Og selvom hun i starten oplevede, at det var svært at lukke op og fortælle, opdagede hun hurtigt, at de andre deltagere faktisk lyttede – og at hun ikke var alene. Det var en befrielse for Tove.

Sammen med hendes gruppe har hun bl.a. fået inspiration til meditation og afspænding og været på udflugter til Juelsminde, Jellingestenene og Den Genfundne Bro. De gode oplevelser har, sammen med samtaler med en terapeut, løst op for nogle problemer, som hun ellers har spekuleret over i flere år.

I dag nyder Tove at male, lave mad, arrangere smukke blomster, få frisk luft og mødes med gode venner eller hendes børn, børnebørn og oldebørn. Mest af alt har hun fået fællesskab tilbage i livet.

Når Tove i dag oplever at livet kan være lidt svært, finder hun de nye værktøjer frem, hun har fået i rygsækken. For som hun siger, ser alt bare lysere ud efter en god gåtur...

Hvis du vil høre mere om Skiftesporet, er du meget velkommen til at ringe på 7629 3773.



Horsens Kommune