

Kontaktinformasjon



Eirin Dahl Geriatrikisk Sykepleier



Rannveig Hegseth Ergoterapeut

Ta kontakt med oss for å avtale en samtale. Vi kommer hjem til deg eller tar i mot deg i kommunes lokaler.

Kontakt oss på telefon:
488 68 637
eller via Servicetorget 74833500.

Besøk til eldre etterlatte



Stjørdal kommune tilbyr besøk til deg som har mistet din partner/ektefelle og som er 75 år eller eldre.

Utfordringer i hverdagen

Tap av partner kan by på utfordringer i hverdagen. Tidligere rutiner blir endret. Mange opplever at de får flere praktiske gjøremål i hjemmet.

Noen kvier seg for å delta på sosiale sammenkomster eller slutter helt å delta sosialt.

Kanskje har du mange tanker og følelser du ikke får snakket med noen om.

Vi erfarer at mange har bistått sin ektefelle med omsorgsoppgaver i forkant av dødsfallet.

For noen kan det være vanskelig å finne meningsfulle aktiviteter å fylle hverdagen med.

Tema som tas opp kan være:

- *Mestring av hverdagen*
- *Hvordan har tiden vært før og etter tap av partner.*
- *Egen helse*
- *Tanker og følelser*
- *Hvordan finne nye meningsfulle aktiviteter*

Tilbud om samtale

Vi ønsker å tilby en samtale med deg som har mistet din partner og som føler behov for veiledning for å komme videre.

- *Tilbudet er gratis.*
- *Det er individuelt når en kjenner behovet for en slik samtale.*
- *Vi har kunnskap om aldring og helse og mestring av hverdagen.*
- *Vi har oversikt over ulike aktiviteter, både kommunale og frivillige.*
- *Vi har taushetsplikt*

Mange opplever at den første tiden etter dødsfallet som kaotisk. Det er mye som skal ordnes opp i.

Vi anbefaler at det går litt tid før samtalen.

Kanskje en til to måneder etter dødsfallet.