



Gesundheits- beratung Daheim Spitex Stadt Winterthur

Sich aufgehoben und sicher fühlen.



Jeder Lebensabschnitt bedeutet Veränderung. Ganz besonders herausfordernd sind das Alter oder chronische Krankheiten. Man muss Gewohnheiten überdenken, neue Tagesroutinen finden oder Einschränkungen ausgleichen. Das schafft man oft nicht allein. Im Dialog mit Menschen, die einem nahestehen, sowie mit Fachleuten, die die ganze Palette an Hilfeleistungen kennen, geht es einfacher. Mitarbeitende der Gesundheitsberatung Daheim unterstützen Sie und Ihre Angehörigen dabei, herauszufinden, wie Sie Ihre Lebenssituation zu Hause verbessern können.

Früh erkennen – rechtzeitig handeln

Die Fachpersonen der Gesundheitsberatung Daheim erkennen körperliche Veränderungen frühzeitig und besprechen mit Ihnen mögliche und sinnvolle Schritte. Sie unterstützen Ihren Wunsch, daheim selbstständig zu leben, damit Sie sich gut aufgehoben und sicher fühlen können – unabhängig von Alter und Gesundheit.

Themen der Beratung sind unter anderem:

- Selbstbestimmte Alltagsbewältigung
- Unterstützung des betreuenden Umfelds
- Sturzprävention und Bewegung
- Sicherer Umgang mit Medikamenten und deren Wirkung
- Ernährung
- Persönliche Gespräche
- Gedächtnis
- Psychische Gesundheit



Ablauf der Gesundheitsberatung

In der Regel beinhaltet die Beratung drei Termine. Es werden gemeinsam Lösungen entwickelt, die Ihre persönlichen Wünsche und Ziele für das Leben daheim berücksichtigen. Für die Beratung besucht Sie eine Pflegefachperson mit vertieftem und gerontologischem Fachwissen bei Ihnen zu Hause.

Ihre Gesundheit und Ihr Wohlbefinden stehen im Mittelpunkt

Fachpersonen der Gesundheitsberatung Daheim unterstützen Sie und Ihre Angehörigen sowie weitere Personen, denen Ihr Wohl und Ihre Gesundheit wichtig sind. Die Gesundheitsberatung Daheim organisiert zum Beispiel ein Gespräch mit allen Beteiligten und/oder koordiniert zwischen den involvierten Dienstleistenden und Fachleuten. Dabei stehen Sie mit Ihren Bedürfnissen und Wünschen im Zentrum.

Für Winterthurerinnen und Winterthurer

Das Angebot Gesundheitsberatung Daheim richtet sich an ältere sowie an chronisch erkrankte Einwohnerinnen und Einwohner der Stadt Winterthur. Mit ihrem Einverständnis können auch Angehörige von Winterthurerinnen und Winterthurern diese Dienstleistungen nutzen, selbst wenn sie nicht in Winterthur wohnen.

Auskunft und Finanzierung

Die Anmeldung für die Gesundheitsberatung Daheim kann von Ihnen selbst, von Vertrauenspersonen wie Angehörigen und Hausärztinnen/Hausärzten, von der Spitex oder der Wohnberatung der Stadt Winterthur erfolgen. Um Formalitäten wie zum Beispiel die Einholung der ärztlichen Anordnung brauchen Sie sich nicht zu kümmern. Diese werden von der Gesundheitsberatung Daheim erledigt. Die Gesundheitsberatung Daheim wird auf ärztliche Anordnung ausgeführt und wird in der Regel von der Krankenkasse übernommen. Gerne informieren wir Sie über eventuell anfallende Kosten.

Alter und Pflege

Spitex Stadt Winterthur

Gesundheitsberatung Daheim

Gärtnerstrasse 1

8403 Winterthur

Telefon 052 267 66 77

gesundheitsberatung.daheim@win.ch

www.stadt.winterthur.ch/gesundheitsberatung.daheim