

Bedre Ældresikkerhed

Forebyggelse af ulykker blandt ældre

Hovedsponsor



Foreningen Østifterne

Samarbejdsorganisationer



Sponsorer



FOREDRAG OM FOREBYGGELSE AF ULYKKER

Hver ulykke er én for meget

Varighed: 3 timer

Pris pr. foredrag for 10-30 deltagere: 999 kr.

Hvorfor Bedre Ældresikkerhed?

Brand- og faldulykker er nogle af de hyppigste årsager til skadestuebesøg blandt ældre. Men en stor del af disse ulykker kan undgås med information og undervisning.

Størstedelen af brandofre er 60 år eller derover. Antallet af dødsopofere i danske brandulykker er gennem årtier steget støt, og sammenlignet med andre lande er Danmark et af de lande, hvor flest mennesker er omkommet i flammerne.

Hvad er Bedre Ældresikkerhed?

Bedre Ældresikkerhed henvender sig til medborgere over 60 år. Bedre Ældresikkerhed er målrettet de områder, hvor den ældre del af befolkningen er særligt udsat, dvs. forebyggelse af brand, ulykker i dagligdagen og personlig sikkerhed. Ambitionen er, at en veltilrettelagt ældresikkerhedsindsats har en positiv indvirkning på ældres liv og helbred og er med til at minimere ulykker og i sidste ende redde menneskeliv.

Risikoen for faldulykker stiger med alderen. Faldulykker blandt personer på 60 år og derover medfører årligt mere end 45.000 henvendelser til skadestue, hvoraf ca. 13.000 tilskadede efterfølgende bliver indlagt på sygehus.

Formål med Bedre Ældresikkerhed

- Formålet med Bedre Ældresikkerhed er at minimere antallet af de mange forskellige ulykker, der forekommer hvert år blandt den ældre del af befolkningen

Bedre Ældresikkerhed omfatter

- Foredrag om forebyggelse af ulykker i hjemmet
- Sikkerhedstjek i hjemmet målrettet den ældre del af befolkningen

Beskrivelse af foredrag om forebyggelse af ulykker

Med et foredrag om forebyggelse af ulykker får du en bred introduktion i forebyggelse af ulykker. Foredraget skal fremme viden om og forståelsen for forebyggelse af ulykker, således at deltagerne fremover tænker forebyggende procedurer og eventuelle hjælpemidler ind i dagligdagen.

Indhold

Foredraget tager udgangspunkt i de tusindvis af ulykker, der sker hvert eneste år, og sætter derfor fokus på:



- Forebyggelse af brandulykker
- Forebyggelse af ulykker i dagligdagen
- Personlig sikkerhed

Forventet udbytte

- At redde menneskeliv og skabe øget tryghed, sikkerhed og livskvalitet blandt den ældre del af befolkningen

Hvem er foredragsholderne?

Foredragsholderne er fundet blandt Beredskabsforbundets frivillige, der er uddannet til at fungere som foredragsholdere. Foredragsholderne er velkvalificerede, og de har et stort kendskab til forebyggelse af ulykker.

Afholdelse af foredrag – lokaler

Foredragene kan omfatte 10-30 personer, og foredragene kan afholdes, hvor I ønsker det.

Bestilling af foredrag

Ønsker I at få et foredrag om forebyggelse af ulykker, bedes I rette henvendelse til Beredskabsforbundet mandag til fredag på telefon 3524 0000, e-mail: bf@beredskab.dk eller www.bedre-aeldresikkerhed.dk



Beredskabsforbundet
– når hjælp er en æressag

SIKKERHEDSTJEEK I HJEMMET

Bliv mere tryk i hverdagen – få klarhed over de potentielle farer i eget hjem

Varighed: Ca. 45 minutter
Pris: 400 kr.

Beskrivelse af et sikkerhedstjek i hjemmet

Med et sikkerhedstjek i hjemmet får du en sikkerhedsrådgiver til at gennemgå hjemmet og afdække de risici for ulykker, der specielt er til stede eller kan opstå. Besøget afsluttes med, at du får en rapport, der kort redegør for de risici, der observeres og forslag til, hvordan du kan håndtere dem.

Indhold

Sikkerhedstjekket tager udgangspunkt i Falcks store erfaring og kompetence på området. Et sikkerhedstjek har disse elementer:

- Du bestiller et sikkerhedstjek hos Falcks Rådgivningscenter
- Sikkerhedsrådgiveren kommer til aftalt tid og laver en kort præsentation, danner sig et overblik og hører dine synspunkter på sikkerheden i hjemmet
- Sikkerhedsrådgiveren foretager herefter en gennemgang af alle rum og noterer de risici for ulykker, der er til stede
- Sikkerhedsrådgiveren gennemgår rapporten med dig og giver gode råd til forbedringer

Hvem er sikkerhedsrådgiverne?

Sikkerhedsrådgivningen udføres af frivillige fra Beredskabsforbundet, som har gennem-

ført et særligt fagligt forløb hos Falck. Sikkerhedsrådgiveren er uniformeret og skal på forlangende fremvise ID-kort fra Falck.



Hvad har sikkerhedsrådgiveren fokus på?

Sikkerhedsrådgiveren vil tage udgangspunkt i de typiske trusler mod ældres sikkerhed, som fx brand- og faldulykker, men også andre risici vil blive afdækket.

Risici

Eksempler på risici er løse ledninger, tæpper, manglende vedligeholdelse af røgalarm, sikring af døre, brødrister, rygning, belysning og en masse andre ting, man ikke selv har øje for i sin hverdag.

Sikkerhedsrådgivningen foretager ikke ændringer i hjemmet, men drøfter muligheder for at hente bistand fx hos familie og venner, fagfolk eller offentlige myndigheder.

Økonomi

Prisen for et sikkerhedstjek er 400 kr. Beløbet vil blive opkrævet af Falck efterfølgende.

Er I et antal personer svarende til 10 husstande indenfor et begrænset geografisk område, der går sammen om en samlet bestilling og gennemførelse af sikkerhedstjek, så reduceres prisen til blot 250 kr. pr. husstand.

Bestilling af sikkerhedstjek

Bestilling af et sikkerhedstjek kan ske mandag til fredag hos Falcks Rådgivningscenter på telefon 7033 3399 eller e-mail: raadgivningscenter@falck.dk.



Falck

FORENINGEN ØSTIFTERNE

Forebyggelse af ulykker blandt ældre må opprioriteres

Foreningen Østifternes hovedsponsorat har gjort det muligt at gennemføre Bedre Ældresikkerhed med fokus på forebyggelse af ulykker blandt den ældre del af befolkningen.

Ulykker har store konsekvenser

Foreningen Østifterne har valgt at støtte projektet, fordi det er med til at øge kendskabet til forebyggelse af ulykker blandt ældre. Disse ulykker har store konsekvenser både helbreds- og funktionsmæssigt for den enkelte og set i et samfundsøkonomisk perspektiv.

Foreningen Østifternes bidrag til Bedre Ældresikkerhed muliggør en systematisk og sammenhængende forebyggende ældresikkerhedsindsats, hvor Beredskabsforbundet, Falck, Ergoterapeutforeningen, Ældre Sagen og Ældremobiliseringen arbejder sammen om det fælles mål at skabe øget tryghed og sikkerhed for den ældre del af befolkningen. Derudover er de kommunale ældegeråd, plejehjem og plejecentre engageret i Bedre Ældresikkerhed og med til at profilere forebyggelse af ulykker blandt målgruppen.

Faldulykker er livsfarlige

Risikoen for at blive indlagt som følge af en ulykke stiger markant, efter man fylder 65 år. Denne stigning skyldes primært brud som følge af fald. Faldulykker blandt ældre er direkte eller indirekte årsag til omkring 1.350 dødsfald årligt og koster mange sengedage og genoptræning. Foreningen Østifternes bidrag skal derfor ses i relation til behovet for at opprioritere ulykkesforebyggelsen i forhold til ældre borgere.

Ældre ønsker frihed og tryghed

Mange ældre er interesseret i strategier, der kan gavne dem i forbindelse med forebyggelse af ulykker. Fortællingerne om den gode alderdom er kendetegnet ved ønsket om aktivitet, uafhængighed, autonomi, værdighed, respekt og tætte familiebånd. Ældrelivet kan ikke ses løsrevet fra den øvrige del af tilværelsen. Hovedparten af ældre ønsker at forblive i bevægelse sammenholdt med et ønske om større tryghed og sikkerhed i dagligdagen.



Foreningen Østifternes støtte bevirker, at der er øget fokus på information om forebyggelse af ulykker blandt ældre borgere og sikkerhedstjek af deres hjem. Dette er på sigt medvirkende årsag til færre ulykker og dødsfald og dermed øget sikkerhed og tryghed for målgruppen i Danmark.



Foreningen Østifterne

Alle forsikringstagere i Nykredit Forsikring A/S er automatisk medlemmer af Foreningen Østifterne. Foreningen Østifterne er gennem sin aktiebesiddelse i Nykredit Holding A/S således medejer af Nykredit koncernen med en ejerandel på 3,25% af aktierne.

Foreningen Østifterne uddeler årligt ca. 6 mio. kr. til projekter og aktiviteter, der har relation til skadeforebyggelse, uddannelse, humanitære støtte- og hjælpeaktiviteter samt almennyttige formål i øvrigt.

Foreningen Østifterne har gennem årene ydet støtte til en bred vifte af aktiviteter og arbejder meget sammen med Nykredit Forsikring A/S om skadeforebyggelse til glæde for Nykredit Forsikrings kunder.

At Foreningen Østifterne arbejder bredt vises ved, at foreningen er hovedsponsor for Beredskabsforbundets Bedre Ældresikkerhed.

FOREBYGGELSE AF BRANDULYKKER

Der skal ikke meget til, før der kan opstå en brand. Lidt brændbart materiale, ilt og en varmekilde, ja, så kan det brænde lystigt

Forebyg brand

- Tilstræb størst mulig grad af orden og ryddelighed
- Begræns unødigt oplagring af brandfarlige effekter (papir, papkasser, brandfarlige væsker m.m.)
- Overhold regler om el-installationer, brændeovne, petroleumsovne m.m.
- Anvend ubrændbare askebægre og lysestager (selvslukkende lys)
- Begræns brug af åben ild
- Ryg aldrig i sengen – asken kunne blive din egen

Brandgode råd

1. Røgalarmer redder liv
Tjek jævnligt om alarmer virker
Hav nye batterier liggende
2. Levende lys og cigaretter
Forlad aldrig – og sov aldrig – i rum med levende lys og tændte cigaretter
3. Selvantændelige kemikalier
Klude med olie og fernis kan selvantænde. Skal efter brug opbevares forsvarligt, fx i en metalbeholder med låg
4. Hurtig hjælp
En mobiltelefon kan sikre hurtig hjælp
Tast 1-1-2 for ambulance/brandvæsen
Tast 1-1-4 for nærpolti
5. El-installationer
Lad fagfolk installere el. Sluk TV, kaffemaskine m.v. ved stikkontakten
6. Slukningsmidler
Hav adgang til slukningsmateriel, fx håndildslukkere, brandtæppe og blomsterforstøver med vand

Røgalarm – en gave for livet!

- Ældre er særligt udsatte ved brand
- Ældre har færrest røgalarmer
- Røgen dræber i løbet af få minutter
- Røgen vækker ikke den sovende – det gør røgalarmerne
- En røgalarm er nem at sætte op og vedligeholde

JO-EL Electric

JO-EL er leverandør af alarmer, sensorer, belysning, kabeltromler og el-materiel. Find din nærmeste forhandler via www.jo-el.com eller på tlf. 6315 1010.



JO-EL røgalarmer redder liv!

Røgalarmer er en billig livsforsikring.

Røgalarmer reagerer hurtigt på alle former for synlig røg, herunder også røg fra brande, der er glødende og ulmende.

www.jo-el.com

ULYKKER I DAGLIGDAGEN – FALDULYKKER

Faldulykker er særligt alvorlige for den del af befolkningen, der er fyldt 60 år. Den alvorligste skade i hjemmet er brud på hoft eller lårben, hvilket finder sted ca. 6.000 gange årligt

Brud på hoften medfører ofte langvarige hospitalsophold og nedsat gangfunktion efter hjemkomsten fra hospitalet.

Samtidig viser erfaringerne, at risikoen for at falde igen stiger efter en nyligt overstået faldulykke.

Næsten hver tredje faldulykke i boligen finder sted i enten stuen eller soveværelset, som er de rum, beboerne typisk opholder sig i.

Typisk snubler den ældre over sine egne ben, et møbel eller en løst liggende ledning på gulvet – eller glider på et løst gulvtæppe.

Også boligens indvendige trappe er potentielt farlig. Forebyg faldulykker ved bedre belysning og opsættelse af gelænder. Glatte gulve med hårde overflader er årsagen til, at netop badeværelset tegner sig for et stort antal af faldulykkerne i hjemmet. Faldulykker kan mindskes ved anskaffelse af skridsikkert underlag.



a.p. botved

Botved har en målsætning om at følge robuste og tillidsvækkende løsninger til dørs med en service, der lever op til produkternes kvalitet. Det gælder fra rådgivning i planlægningsfasen til overblik over økonomien og omfatter regelmæssig vedligeholdelse, der sikrer uafbrudt drift og forlænget levetid. Læs mere på www.opadtrappen.dk

Ergolet

Ergolet udvikler, producerer og sælger hjælpemidler til ældre- og handicappede i såvel Danmark som på udvalgte eksportmarkeder. Med fokus på miljøet, er det Ergolets vision at producere hjælpemidler med en afbalanceret blanding af ny teknologi, nye idéer og formgivning. Læs mere på www.ergolet.dk



Når trappen bliver for stejl

Ingen bryder sig om at skulle forlade sit hjem, fordi trappen er blevet et problem.

Løsningen er en stolelift fra Stannah, som finder plads på selv de smalleste trapper, uanset kurver, afsatser og døre

a.p. botved®

Ring gratis på 80 37 37 37 og få et uforpligtende tilbud. Eller se mere på www.opadtrappen.dk



NY HOFTEBESKYTTER – HIPS

Otto Bock®
QUALITY FOR LIFE

Ældre menneskers faldulykker er et stigende problem for det danske sundhedsvæsen og for den enkelte borger. Angsten for at falde begrænser i dag mange ældres dagligdag.

Studier har vist, at brugen af hoftebeskyttere kan nedsætte risikoen for hoftebrud væsentligt. Hoftebeskyt-

teren bruges såvel dag som nat og giver derved den enkelte ældre mulighed for et aktivt og frit liv.

Den nye model, Hips Combined, forener høj støddabsorbering med en blød pude mod hoften for optimal komfort. Buksen fås som en fin dametrusse eller som et par boxershorts til herrer i flere forskellige størrelser.

Otto Bock

Otto Bock Danmark er en filial til Otto Bock Healthcare i Tyskland. Otto Bock er en international koncern med 30 salgskontorer i hele Verden. Vi leverer bløde bandager – Rehband – til sport og rehabilitering samt proteser, benortoser, kørestole etc. til forebyggelse og rehabilitering. Få mere information på www.ottobock.se

Hjælp i hverdagen med Active rollator

Active er en meget brugervenlig og komfortabel rollator. De store forhjul gør, at rollatoren kører let og er nem at manøvrere.



Ergolet udvikler, producerer og sælger hjælpemidler til ældre- og handicappede i såvel Danmark som på udvalgte eksportmarkeder.

Yderligere information kan fås på www.ergolet.dk eller tlf. 58373720

etac®
Skaber muligheder



Har du brug for et ekstra skub i hverdagen?

Lille Viking er en populær hjælpemotor til montering på manuelle kørestole. Få mere information om Etac og vore produkter på www.etac.dk eller kontakt os på tlf.: 79 68 58 33.

HJÆLPEMIDLER FOREBYGGER ULYKKER I DAGLIGDAGEN

Hjælpemidler gør det muligt for mennesker med funktionsnedsættelser at leve uafhængigt af andre i egen bolig

Hjælpemidler kan være en nøglefaktor i bestræbelserne på at forebygge ulykker i dagligdagen. Der er heldigvis mange forskellige hjælpemidler på markedet i dag, der er med til at forebygge ulykker i dagligdagen og reducere fysiske belast-

ninger. Hjælpemidlerne er både i forhold til design, funktionalitet og kvalitet helt i top.

Af nyttige og gavnlige hjælpemidler kan nævnes:

- Kørestole
- Ganghjælpemidler
- Madrasser og puder
- Bad og toiletstole
- Badetaburetter
- Person-/ståløftere og sejl

Etac

Etac udvikler og markedsfører hjælpemidler til personer med nedsat bevægelsesfrihed. Nøgleordene for Etac er kvalitetshjælpemidler med hovedvægt på kvalitet, funktion, ergonomi og form samt optimal service og leveringssikkerhed. Produktgruppen tilpasses løbende både hvad angår udvikling og sortiment. Målet er, at ethvert menneske, uanset fysiske forudsætninger, skal have frihed til at skabe sin egen tilværelse og hverdag på sine egne vilkår. Info: www.etac.dk

Kom ulykkerne i forkøbet

Ved ganske få investeringer kan du forebygge ulykker i dit hjem



- Badetaburet i 100 % rustfrie materialer giver øget tryghed og forhindrer fald i brusenichen
- Støttegreb ved toilettet gør det nemmere og mere sikkert at sætte/rejse sig
- Dørtrinsrampe gør, at dørtrinnene ikke behøver at blive fjernet ved permanent brug af kørestol og rollator
- Brandhæmmende forklæde og et brandhæmmende stykke til at lægge på gulvet forebygger brand på grund af rygning

Kontakt Handicare A/S 64 82 15 35 eller se www.handicare.dk



SKÆREULYKKER

Mennesker med nedsat mobilitet kan nemt komme til at skære sig i forbindelse med madlavning, åbning af dåser og flasker m.v.

Mindre snitsår er nemme at behandle ved at rense godt med vand og sæbe. Dæk derefter såret med forbindelse eller plaster.

Der skal altid søges læge eller skadestue, hvis såret er mere end 2 cm langt, dybt og/eller gabende, og hvis det sidder i ansigtet eller ved et led.

MEDICINERING

Med alderen reagerer man anderledes på medicin

Det er vigtigt at vide, at ældre mennesker udskiller medicin langsommere end yngre mennesker.

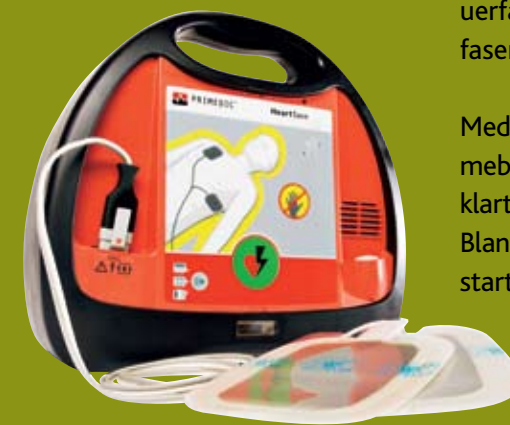
En forkert dosering af medicin kan medføre træthed og svimmelhed og i værste fald påvirke den enkeltes balance, hvorfor risikoen

for ulykker stiger. Dette er særligt tilfældet for ældre, der ofte får medicin fra flere pakninger på forskellige tidspunkter af døgnet, hvilket kan gøre det svært at bevare overblikket. Det kan betyde indtagelse af for meget medicin, som øger risikoen for bivirkninger, faldulykker og forgiftning.

Jævnlig vurdering af medicinforbrug og indtagelse via dosisæsker vil kunne forebygge uhensigtsmæssig medicinering.



RED LIV MED HEARTSAVE HJERTESTARTER!



HeartSave hjertestarter guider selv en uerfaren bruger gennem genoplivningsfaserne.

Med en enkelt billedillustration og stemmebaserede instruktioner guides brugeren klart og tydeligt gennem hver enkelt fase. Blandt fordelene ved HeartSave hjertestarter kan vi nævne, at den:

- Er nem at betjene
- Kun vejer ca. 2 kg ekskl. batteri
- Har tydelig stemmevejledning på dansk
- Altid er klar til brug
- Udfører automatisk selvtest
- Er et sikkert produkt med en analysestid på ca. 7-12 sekunder
- Er velegnet til private hjem, virksomheder samt offentlige steder

OPTI-SAFE

Postboks 30 · Stationsvej 1 · DK-4621 Gadstrup · Tlf.: +45 46 14 10 50
info@opti-safe.dk · www.opti-safe.dk

SKOLDNING

Brænder man sig, skal man skylle med køligt vand, så længe det gør ondt – nogle gange flere timer. Man skal bruge køligt vand, der føles behageligt, og der må ikke gøres brug af andet (fx poser med frosne grøntsager). Hvis forbrændingen er dyb eller større end ens hånd, skal man til lægen med det samme.

Handicare

Handicare er leverandør af hjælpemidler med fokus på ældre og andre med funktionsnedsættelse. Læs mere på www.handicare.dk.

Opti-Safe

"Rør ikke patienten" siger hjertestarteren og bliver tavs et øjeblik, før den giver næste instruktion. Så enkelt er det faktisk – og apparatet kan kun give stød, hvis hjertet har brug for det, så både behandler og patient kan være helt trygge ved at bruge HeartSave hjertestarter!
www.opti-safe.dk

NEDSAT HØREEVNE



Ved hørenedsættelse mistes evnen til at høre svage lyde, mens kraftige lyde høres normalt

Den hørehæmmede kan for eksempel opleve, at en række lyde stille og roligt forsvinder; at dørlukken og telefonen sjældnere bliver hørt, og at advarselslyde i trafikken eller informationssignaler fra diverse apparater i hjemmet bliver svagere.

Den hørehæmmede vil muligvis opleve, at det er blevet sværere at

følge med i en samtale, når der er mange mennesker eller støjende omgivelser, og at det er blevet sværere at retningsbestemme lyden.

Høreapparater er ikke i stand til at genskabe normal hørelse, men den høreevne, som den hørehæmmede har i behold, udnyttes bedst muligt ved brug af høreapparat.

Phonic Ear

Phonic Ear er et danskejett selskab i William Demant Holding A/S. Koncernen har knap 100 års erfaring inden for høre- og lydområdet og består af en række internationalt orienterede virksomheder, herunder Oticon A/S, der er et af verdens førende firmaer inden for høreapparatbranchen. Phonic Ear er en professionel leverandør af lyd inden for tre hovedområder: høretekniske hjælpemidler, FM systemer og større lyd anlæg. Info: www.phonicear.dk

Vitaris

Vitaris A/S er med 25 års erfaring Danmarks førende leverandør af trygheds-løsninger til ældre. Vore tryghedstelefoner, nødkaldsalarm og mange andre tryghedsløsninger bruges i dag af langt de fleste kommuner i landet. Se mere på www.vitaris.dk



Phonic Ear®
Connected to life



Xen Trådløs
forstærkertelefon



Vibrator



Lysgiver

Sikkerhed i hjemmet

Har du nedsat hørelse, eller er du høreapparatbruger, kan simple hjælpemidler i hjemmet være livsvigtige, når det virkelig gælder.

Hjælpemidlerne fås i forskellige versioner, som kan vibrere, lyse og blinke, når vigtige alarmer i hjemmet aktiveres. Bernafon høreapparatet ICOS giver den bedste start med hjælpemidlerne.

info@phonicear.dk info@bernafon.dk
www.phonicear.dk www.bernafon.dk



bernafon®
Innovative Hearing Solutions

Procare

Procare har siden 1995 været en af Danmarks mest innovative formidlere af funktionelle hjælpemidler til at gøre hverdagen lettere. Med mere end 1.500 forskellige produkter tilbyder Procare hjælpemidler inden for personlig hygiejne, påklædning, spise- samt køkkenudstyr. Se vores sortiment på www.procare.dk

TRYGHED

For de fleste mennesker er det vigtigt at kunne bo hjemme så længe som muligt. Det giver tryghed, øget selvtillid og større livskvalitet.

En af grundene til dette er de forskellige trygheds- og kommunikationssystemer, der findes på mar-

kedet og installeres i private hjem, på plejehjem, i ældreboliger eller i beskyttede boliger. Trygheds-telefonen kan bæres omkring håndleddet eller som en halskæde, og den ringer automatisk op til en alarmcentral eller til pårørende, når den aktiveres med en bærbar alarmknap.



Køb dine hjælpemidler på apoteket



EasyLife tableT deler

EasyLife tableT deler er let at anvende og sikker at benytte. En tabletdeler i gennemsigtig plast, der deler pillen perfekt.

Apoteknr.: 203269

PROcarenr.: 108040

KR. 39,75

Bestik

Good Grips bestik med det kendte non-slip greb er vores mest populære bestikserie til blandt andre gigtramte. Bestikket kan vinkles og tilpasses brugeren.

Good Grips grillkniv

Apoteknr.: 202804

PROcarenr.: NC65585

KR. 129,75

Good Grips spiseske

Apoteknr.: 203244

PROcarenr.: NC65594

KR. 79,75

Good Grips gaffel

Apoteknr.: 203241

PROcarenr.: NC65591

KR. 79,75

Letvægtsgribetang

EasyLife letvægtsgribetang er produceret med ergonomisk korrekt greb, der gør det nemt og sikkert at benytte dette produkt. De gummibeklædte kæber griber godt om ting. En god, gennemført kvalitet, der er konstrueret til mange års brug.

EasyLife gribetang kort 50 cm

Apoteknr.: Skaffevare

PROcarenr.: 118150

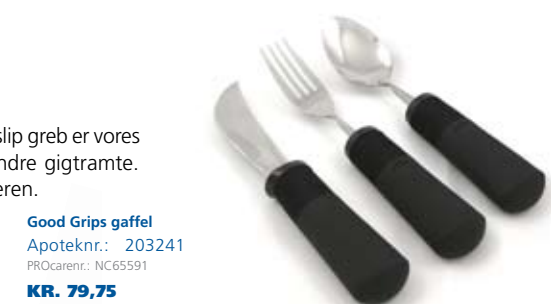
KR. 279,75

EasyLife gribetang lang 75 cm

Apoteknr.: 203249

PROcarenr.: 118170

KR. 299,75



PROcare
A DAILY PART OF LIVING
www.procare.dk

LIVE LIFE TO THE FULL

Vi sætter trygheden i system

Vitaris tilbyder komplette tryghedssystemer inden for ældrepleje og pleje af udviklings-hæmmede, hvad enten de bor hjemme, i beskyttede boliger eller på plejehjem.

For eksempel giver den nye tryghedstelefon CARESS ALERT mange ældre borgere, bevægelseshæmmede eller handicappede den tryghed og sikkerhed, som gør, at de i højere udstrækning stadig kan bo i deres hjem, mens VITARIS CAMILLO er et fleksibelt og sikkert tryghedssystem udviklet til plejehjem, beskyttede boliger, ældre- og handicapboliger, og som kan tilpasses individuelt til den enkelte beboer og personalesituationen.



Vores tekniske tryghedsprodukter suppleret med omsorgsydelser som f.eks. vores døgnbemandede alarmcentral kan begrænse omkostningerne og medvirke til, at plejemodtageren får en værdig dagligdag med høj livskvalitet.

Læs mere på www.vitaris.dk eller ring til os.

vitaris
LIVE LIFE TO THE FULL

Smedeland 10 · 2600 Glostrup · Tlf. 7020 0940



PERSONLIG SIKKERHED

Med lidt øget omtanke kan man selv forebygge mange tyverier og overfald

Røveri og overfald

Mange ældre mennesker er unødigt bange for at gå ud, fordi de i medierne har læst om overfald. Men faktisk er det sådan, at jo ældre man bliver, desto mindre er risikoen for, at man bliver offer for overfald. Skulle det alligevel ske, så undgå at situationen udvikler sig voldeligt. Aflevér det røveren vil have, og lad det altid være politiets opgave at fange gerningsmanden bagefter.

Tasketyveri

- Hold aldrig fast i din taske, hvis nogen forsøger at rykke den fra dig – du risikerer at blive væltet omkuld. Slip tasken, råb om hjælp og tilkald politiet
- Undgå at have store pengebeløb på dig og opbevar din pung og andre værdier i en inderlomme – ikke i tasken eller baglommen
- Gå med tasken på armen i stedet for i hånden
- Tag et net eller plasticpose med på indkøb. Så frister du ikke tasketyven
- Opbevar telefonnummeret til bankens "kortstop"-service. Ring og få dit hævekort spærret, hvis det bliver stjålet



Tricktyveri

Oftentimes er der tale om to involverede personer, hvor den ene person ubemærket sniger sig ind og leder efter penge, når den ældre

er optaget af at hjælpe den anden person. To ud af tre tricktyverier begås mod ældre kvinder i etageejendomme.

- Få monteret en sikkerhedskæde eller bøjle af god kvalitet på din hoveddør – gerne kombineret med en dørspion
- Lad være med at lukke folk ind, du ikke kender. Spørg eventuelt efter legitimation, hvis du kommer i tvivl
- Lav aftaler med en nabo eller viceværten om, at du må ringe til dem efter hurtig assistance, hvis det bliver aktuelt
- Skilt ikke med det, hvis du er en enlig dame. Forbogsstav og efternavn på dørskiltet er nok

Indbrud

Hvis det er besværligt at komme ind i et hus, eller hvis der er risiko for at blive forstyrret, opgiver indbrudstyvene ofte på forhånd. Anskaffelse af en tyverialarm er derfor en fordel.

- Sørg for at have ordentlige låse i dine døre og gode hasper i vinduerne
- Er du hjemmefra i længere tid, så bed naboen om at holde øje med din bolig og fjerne tegn på, at du er væk – fx fjern reklamer og post på dørmatten eller i postkassen
- Hvis penge og værdier opbevares hjemme, så vælg et sikkert og opfindsomt sted



PRIVATALARMEN

Tyverialarmen er en nem og sikker løsning mod indbrud

Det værste, en tyv ved, er opmærksomhed. Derfor er tyverialarmen en nem og sikker løsning mod indbrud. Samtidig har opsatte alarmskilte en præventiv virkning.

Alarmskilte er et tydeligt signal om, at de løber en stor risiko ved at forsøge indbrud i et hjem. Langt de fleste indbrudstyve giver op allerede foran hoveddøren, når de ser et alarmskilt, fordi de ved, at der står et professionelt vagtværn bag, som er parat til at rykke ud.

Skulle uheldet være ude, hjælper tyverialarmen med at reducere skaderne betyde-

ligt, da sirenen stresser indbrudstyven, hvilket er med til at begrænse tiden til at gennemrode boligen efter personlige ejendele eller udøve hærværk.

En tyverialarm er en effektiv tyverisikring af hjemmet. Den er nem at betjene for alle aldersgrupper, og den kan let slås til og fra.

G4S

I oktober 2006 skiftede Falck Securitas navn til G4S. I dag er vi Danmarks førende leverandør på området med sikkerheds løsninger til både erhverv og private. Vi har over 2.000 ansatte, alle med missionen om at skabe tryghed i danske hjem og på danske arbejdspladser med markedets mest avancerede løsninger. Vi er bemandede i hele landet – 24 timer i døgnet! Info: www.g4s.dk



TRYG – også når du er hjemme

At kunne føle sig tryk når du er hjemme, er mindst lige så vigtigt som når du ikke er hjemme. Med en Securitas Tyverialarm fra G4S, kan du både sikre hjemmet når du er ude, og hele eller dele af hjemmet når du er hjemme. Så er du altid sikret 24 timer i døgnet! Modtager vi et alarmsignal fra dit hjem, reagerer vi øjeblikkeligt.

Se hvad vi kan gøre for dig på www.g4s.dk, eller kontakt os på tlf. 4386 5575



SAMARBEJDSORGANISATIONERNE

Ergoterapeutforeningen, Ældremobiliseringen og Ældre Sagen indgår som samarbejdspartnere i Bedre Ældresikkerhed

Samarbejdsorganisationerne har valgt at deltage som partnere, fordi ældresikkerhed er med til at skabe øget sikkerhed og tryghed blandt deres medlemmer.

Øget sikkerhed og tryghed blandt ældre er centrale aspekter i forhold til samarbejdsorganisationernes aktiviteter og

ydelser, hvor fokus er at forbedre livsvilkårene og betingelserne for målgruppen på 60 år og derover med henblik på at give ældrebefolkningen et godt og meningsfuldt liv.



Ældremobiliseringen

Ældremobiliseringens tilbyder ældre indflydelse gennem brugen af ny teknologi. Derfor undervises ca. 5.000 ældre pr. år af andre ældre i brugen af computere og i SMS i landets 134 datastuer. Frivillighedsprojektet "Ældre hjælper Ældre" har 65 forskellige aktiviteter fordelt på ca. 50.000 arrangementer årligt, ligesom de 5 organisationers klubber og foreninger står for mere end 17.000 arrangementer pr. år. Læs mere på www.aeldremobiliseringen.dk

Ældre Sagen

Ældre Sagen er en forening med mere end 500.000 medlemmer. Ældre Sagen har 220 lokalkomiteer. Ældre Sagen tilrettelægger knap 50.000 medlemsarrangementer i lokalkomiteerne om året for mennesker, der ønsker oplevelser, samvær og læring – og herved også skabe sig et netværk. Info på www.aeldresagen.dk.

ÆLDREMobilISERINGEN

Ældremobiliseringen er en stærk interesseorganisation, som sikrer, at de ældre bliver hørt



Via forskellige projekter er vi med til at give de svageste ældre et bedre liv fx i projekt "Ældre hjælper Ældre", der med sine ca. 3.500 frivillige ældre yder en indsats til glæde for mere end 13.000 andre ældre.

Ældremobiliseringen er et samarbejde mellem Den fynsk/jyske Sammenslutning af Pensionistforeninger, Sammenslutningen af Pensionistforeninger i Danmark, LO Faglige Seniorer, Omsorgsorganisationernes Samråd og Pensionisternes Samvirke, der siden 1992 har samarbejdet om ældrepolitiske tiltag og forskellige frivillighedsprojekter.

Ældremobiliseringens bagland består af over 1.200 pensionistforeninger med mere end 430.000 medlemmer fra 60 år og derover, dvs. at næsten halvdelen af alle danskere over 60 år er med i Ældremobiliseringen.

På www.aeldremobiliseringen.dk finder du flere oplysninger om Ældremobiliseringen og projekterne. Du kan også ringe til sekretariatet på tlf. 3535 2699.



ÆLDRE SAGEN

Ældre Sagen er en forening, der arbejder for at sikre, at alle kan have et aktivt og meningsfuldt liv, uanset alder



Ældre Sagen arbejder for, at retten til at bestemme over egen tilværelse og skabe sig et aktivt og meningsfuldt liv på egne betingelser samt deltage aktivt i samfundet, skal gælde for alle voksne uanset alder.

Ældre Sagen har 500.000 medlemmer og 220 lokalkomiteer landet over, der arbejder med at skabe forandringer i nærmiljøet via arrangementer, kurser, foredrag m.m.

Ældre Sagen tilbyder rådgivning, hvor medlemmer kan få gratis og uvildig assistance i sociale, juridiske, økonomiske eller boligmæssige spørgsmål.

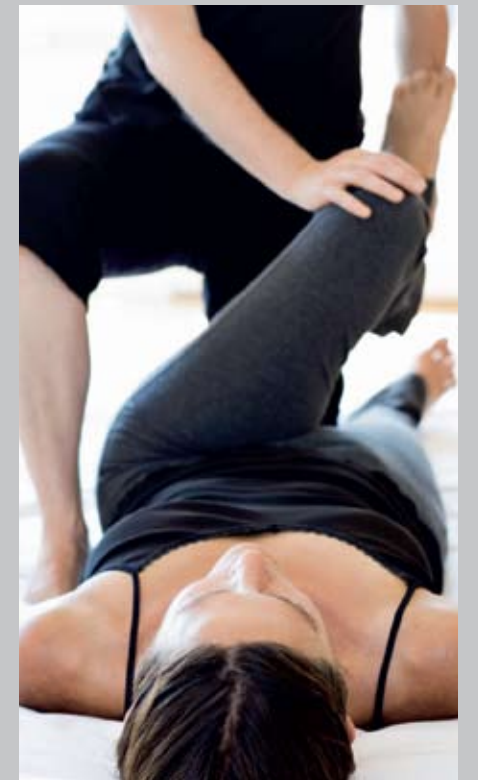
Som medlem af Ældre Sagen er der rabat på fx forsikring, briller, benzin, olie m.v. og en vifte af gode tilbud på fx rejser og særarrangementer.

På www.aeldresagen.dk finder du yderligere oplysninger og aktiviteter hos Ældre Sagen. Du kan også ringe til sekretariatet på tlf. 3396 8686.

Ældre Sagen

ERGOTERAPEUTFORENINGEN

Ergoterapeutforeningen (Etf) er en fagforening for ergoterapeuter og ergoterapeutstuderende med knap 7.000 medlemmer



Ergoterapeuter arbejder bl.a. med at fremme sundhed og livskvalitet for ældre. For ergoterapeuter er det vigtigt, at ældre kan leve det liv, de gerne vil – og ergoterapeuter hjælper med at understøtte det.

Ergoterapeuter arbejder forebyggende ved at styrke den enkeltes personlige viden og muligheder, og har samtidig øje for, at risikofaktorer i omgivelserne fjernes eller formindskes.

Ergoterapeuter har fokus på aktivitet og deltagelse, fordi aktiviteter og samvær med andre i hverdagen for de fleste opleves som positivt for ens oplevelse af sundhed og velbefindende.

Ergoterapeuter arbejder i kommuner, på institutioner, på hjælpemiddelcentraler og sygehuse.

Læs mere om Ergoterapeutforeningen på www.etf.dk



Bedre Ældresikkerhed

Formålet med Bedre Ældresikkerhed er at minimere antallet af de mange forskellige ulykker, der forekommer hvert år blandt den ældre del af befolkningen. Bedre Ældresikkerhed omfatter:

- Foredrag om forebyggelse af ulykker i hjemmet
- Sikkerhedstjek i hjemmet målrettet den ældre del af befolkningen

Foredrag

Foredraget tager udgangspunkt i:

- Forebyggelse af brandulykker
- Forebyggelse af ulykker i dagligdagen
- Personlig sikkerhed

Varighed: 3 timer

Pris pr. foredrag for 10-30 deltagere: 999 kr.

Bestilling af foredrag

Ønsker I at få et foredrag om forebyggelse af ulykker, bedes I rette henvendelse til Beredskabsforbundet mandag til fredag på telefon 3524 0000, e-mail: bf@beredskab.dk eller www.bedre-aeldresikkerhed.dk

Sikkerhedstjek i hjemmet

Med et sikkerhedstjek i hjemmet får du en sikkerhedsrådgiver til at gennemgå hjemmet og afdække de risici for ulykker, der specielt er til stede eller kan opstå. Besøget afsluttes med, at du får en rapport, der kort redegør for de risici, der observeres og forslag til, hvordan du kan håndtere dem.

Sikkerhedsrådgiveren vil tage udgangspunkt i:

- Personlig sikkerhed
- Brandsikkerhed
- El-sikkerhed
- Tyveri/kriminalitet

Varighed: 45 min.

Pris pr. sikkerhedstjek: 400 kr./250 kr. ved tilmelding af et antal personer svarende til 10 husstande.

Bestilling af sikkerhedstjek

Bestilling af et sikkerhedstjek kan ske mandag til fredag hos Falcks Rådgivningscenter på telefon 7033 3399 eller e-mail: raadgivningscenter@falck.dk



Beredskabsforbundet
– når hjælp er en æressag

Hedelykken 10 • DK-2640 Hedehusene
Telefon +45 3524 0000 • Telefax +45 3524 0001
www.beredskab.dk • bf@beredskab.dk

Protektor: **HENDES MAJESTÆT DRONNINGEN**