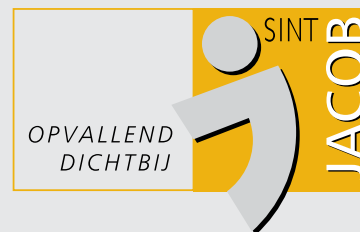




STICHTING
Sint Jacob



ConsultatieBureau Voor Ouderen

Consultatiebureau voor ouderen

Voor een afspraak kunt u bellen met BureauZorgbemiddeling van Sint Jacob. Ook kunt u een e-mail sturen. Het ConsultatieBureau van Sint Jacob is te vinden in het Gezondheidscentrum aan de Briandlaan te Haarlem. Een afspraak duurt ongeveer een uur en is gratis.

CBO, Sint Jacob

Briandlaan 11, Haarlem
Openingstijden:
dinsdag van 09.00 uur tot 17.00 uur
donderdagmiddag van 13.00 tot 17.00

Tel: 023 892 29 80
bureauzorgbemiddeling@sintjacob.nl
www.sintjacob.nl

STICHTING
Sint Jacob



juli 2008





Ook als u ouder wordt wilt u prettig blijven leven. Het ConsultatieBureau voor Ouderen (CBO) van Stichting Sint Jacob speelt een belangrijke rol bij het voorkomen en helpen oplossen van gezondheidsproblemen.



Op oudere leeftijd kunnen veel dingen veranderen. Stoppen met werken, verlies van partner, familie of vrienden, er kunnen lichamelijke klachten optreden. Al deze veranderingen hebben invloed op de manier waarop u in het leven staat. Gelukkig zijn er veel voorzieningen, maatregelen en adviezen om goed met al die veranderingen om te kunnen gaan.

Tijd voor een praatje

Al meer dan dertig gemeenten hebben consultatiebureaus voor senioren en Haarlem nu dus ook. Stichting Sint Jacob is een CBO gestart en hanteert de landelijke richtlijn voor consultatiebureaus. Daarin wordt de manier waarop u woont en de gezinssituatie wordt besproken. Uw bloeddruk, het gewicht, bloedsuiker, hartslag en cholesterol worden gecontroleerd. Als het nodig is krijgt u tips voor bijvoorbeeld het verlagen van de cholesterol.

Advies en tips

Het ConsultatieBureau voor Ouderen is er voor iedereen van 60 jaar en ouder. Voor een bezoek kunt u een afspraak maken. U krijgt dan een vragenlijst thuis gestuurd. Tijdens uw bezoek bespreekt de wijkverpleegkundige de lijst met u en verricht de metingen van bloeddruk, cholesterol etcetera. Eventueel kan de wijkverpleegkundig u de weg wijzen naar bijvoorbeeld fysiotherapeut of diëtist.

gezond

Mevrouw J. voelt zich helemaal gezond. Uit voorzorg liet zij toch eens haar bloeddruk, cholesterol, hartslag en gewicht controleren bij een consultatiebureau voor senioren. Wat bleek, haar bloeddruk was veel te hoog. Zij is doorverwezen en heeft medicijnen gekregen. Daardoor is erger waarschijnlijk voorkomen.

praten

Wilt u ook eens uw bloeddruk en dergelijke laten controleren? Of zijn er zaken die u niet met uw familie kunt delen of wilt u uw kinderen niet lastig vallen? Praat eens met de wijkverpleegkundige van het ConsultatieBureau voor Ouderen. Zij kan u adviseren en tips geven.