



Vital Omsorg AS  
**SENIORHJELP**  
Til nytte og glede



Husstell  
og personlig  
hjelp hjemme

Aktiviteter,  
tur og reisefølge

Helse- og  
omsorgstjenester



Vital Omsorg er et lite, privat omsorgsfirma i Oslo. Vi er profesjonelt helsepersonell og voksne, erfarne og vennlige omsorgspersoner. Fra oss kommer det faste, hyggelige personer som du blir kjent med – alltid til avtalte tider.

Vital Omsorg kan veilede deg i hvordan du setter sammen det beste hjelpetilbudet for deg eller dine nærmeste. Vi kan vise deg hvordan du finner frem i offentlige tilbud og tjenester, og hva som finnes av private og frivillige tjenester.

# VÅRE TJENESTER



## Husstell og hjelp hjemme

Mange ønsker eller trenger litt ekstra praktisk hjelp hjemme. Vi hjelper til med

### Husarbeid

- Matlaging fra bunnen av – også festmat. Næringsrik og god mat som vekker appetitten.
- Klesvask, sengetøyskift, rydding og rengjøring.

### Praktisk og personlig hjelp

- Dusj og hårvask – så ofte du ønsker.
- Søknader og papirarbeid.

Alt utført av erfarne, flinke og omsorgsfulle medhjelpere.



## Aktiviteter, tur- og reisefølge

Ønsker du å fylle dagene med mer aktivitet - men trenger litt assistanse?

Vi i Vital Omsorg inspirerer og tilrettelegger så du kan opprettholde fysisk aktivitet, sosialt fellesskap, og interesser.

- Personlig trening og turfølge.
- Følge til butikk, lege, frisør eller kulturarrangementer.
- Hyggelig, trygt og erfarent reisefølge i inn- og utland. Individuelt eller i grupper.

Aktivitet gir glede og god helse!



## Helse- og omsorgstjenester

Profesjonelt helsepersonell og vennlige omsorgspersoner følger opp ved fysisk og psykisk sykdom med trygg og god personlig assistanse og pleie.

Vi har spesialkompetanse blant annet innen demensomsorg og psykisk helse - som angst og depresjoner.

- Dag, kveld og nattilsyn.
- Ekstra oppfølging og tilstedeværelse hjemme eller på sykehjem.

Vi kan være med på å gjøre dagene enklere, tryggere og hyggeligere i utfordrende livsperioder.



# Vital Omsorg AS

Seniorhjelp til nytte og glede

**Postadresse**

Sørkedalsveien 11 B, 0369 Oslo

**Telefon**

22 60 50 05

**E-post**

post@vitalomsorg.no

**Nettsider**

www.vitalomsorg.no