



1 *Velkommen til Plejehjem Sophielund*

I denne velkomstmappe kan du og dine pårørende læse lidt omkring det praktiske ved livet på Plejehjem Sophielund.

Har du spørgsmål, er du selvfølgelig altid velkommen til at spørge personalet eller afd. lederen i huset.

Bagerst finder du følgende, som vi beder dig/dine pårørende om at forholde jer til:

Information der skal underskrives og returneres på kontoret i hus 88:

- Kontrakt om Serviceydelser- kopien beholdes.
- Gæstespisning – Tilmelding fra Breelte (Valgfrit)
- Tilmelding til PBS (valgfrit)
- Pårørendesamarbejde
- Fodterapeut kontaktoplysninger(valgfrit)

Information der skal udfyldes og afleveres til personalet i huset:

- Livshistorie
- Tjekliste til vigtige ting at medbringe

Information der skal beholdes af pårørende:

- Bilag "A" gør det nemmere for dig selv at være pårørende.



Velkommen til Plejehjem Sophielund.

Plejehjem Sophielund er et af Hørsholm Kommunes plejehjem og et bosted for 60 borgere, med moderat til svært demente tilstande.

Boligerne i husene 85-87 er på 30² og i husene 88-91 på 42 m².

Huslejen er derfor forskellig.

De er alle indrettet med entré, stue og badeværelse.

I entréen er der indrettet en lille køkkenniche.

Stuen har egen udgang til en lille terrasse og i stuen er der ligeledes antenne- og telefonstik.

Badeværelset er indrettet handicapvenligt.

Ved indflytning:

Din bolig på Plejehjem Sophielund skal rent praktisk sidestilles som ethvert andet lejemål ude i byen.

Der skal betales indskud, husleje, forsikringer, licens (internet/radio/tv).

Inventar og personlige plejeartikler skal selv medbringes, herunder dyner, puder, linned, shampoo, tandbørste, cremer, parfumer mv.

Der er ved indflytning el-seng i lejligheden.

Ønsker du at benytte egen seng er du velkommen, men den eksisterende el-seng fjernes ikke fra lejligheden.

El-sengen er et arbejdsredskab for personalet i tilfælde af din tilstand kræver yderligere pleje.

(El-sengen kan sænkes og der kan evt. kommes plaid og puder på)

2

OBS!! Vi gør opmærksom på at der på Plejehjem Sophielund ikke må benyttes levende lys

Inden indflytning i lejligheden, skal I kontakte ejendomsinspektøren, til at syne lejligheden sammen med ham. Kvittering på indbetalt indskud, skal kunne fremvises ved synet. Nøglerne overdrages herefter.

Samtlige lejligheder udlejes af DAB som er ansvarlige for **alt** praktisk vedrørende lejemålet.

Herunder udlevering af nøgler, mangellister osv.

Der er tilknyttet en ejendomsmester, Kristian Simonsen fra DAB til Plejehjem Sophielund, som har kontor tæt på plejehjemmet.

Kontaktoplysninger DAB:

Driftscenter 2 - Ejendomskontoret

Ådalsvej 95 Stuen

2970 Hørsholm

Tlf: 45572054

driftscenter2@boligafdeling.dk

Ved fraflytning:

Opsigelsesblanket og rydningserklæring udleveres af afdelingslederen eller social- og sundhedsassistenten i huset.

Lejligheden skal tømmes for indbo inden 8 dage.

Rydningserklæring gives på særlige betingelser, og indeholder forpligtelser som skal overholdes for at få lov til at tømme lejligheden.

Ved samme lejlighed synes boligen med ejendomsinspektøren og samtlige nøgler afleveres.

Kan fristen for fraflytning indenfor 8 dage ikke overholdes, kan flyttefirmaet Hjort Olsen pakke boet i container til opbevaring indtil boet er afsluttet. Værdigenstande (smykker) og evt. penge opbevares på Plejehjem Sophielund.

Opbevaring af indbo dækkes af boets indboforsikring, pårørende opfordres til at kontakte borgers forsikringsselskab.

E-mail: plejebolig-sophielund@horsholm.dk **Tlf:** 48 49 43 41 **Facebook:** Plejehjem Sophielund



Det daglige:

Foruden lejemålet, betales der hver måned til Servicepakken.

Denne "pakke" dækker udgifterne til mad/drikke, toiletpapir, vinduespolering, fælleshygge mv. Servicepakken opkræves forud og bliver trukket via. PBS.

Udfyld vedlagte blanket, såfremt du ønsker at Sophielunds administration tilmelder dig PBS.

Når du er flyttet ind får du tilknyttet en kontaktperson som sammen med afdelingslederen aftaler et indflytningsmøde med dig/dine pårørende.

Her drøfter vi forventninger, behov, ønsker, pleje og omsorg.

Vi på Sophielund ønsker vi et godt samarbejde med dig og dine nærmeste, og det er os magtpåliggende at være tro mod vores kerneopgave "at skabe et home away from home", således at DU kommer til at føle dig hjemme her.

Besøgstider:

Vi har ikke besøgstider.

Dine pårørende er hjertelig velkomne når som helst, så længe det ikke påvirker dine medbeboere i for stor udstrækning.

Muligheder på Plejehjem Sophielund:

Mad:

Den varme mad bliver leveret primært fra Breelteparkens køkken og tilberedes af personalet som aftensmåltid.

Der bliver i løbet af ugen bestilt mad fra Nemlig.com, og der købes ind fra Netto til morgenmad og frokost.

Der serveres 3 måltider dagligt, med lidt hyggelige mellemmåltider i løbet af dagen.

I fællesskøkkenerne står der frisk kaffe, the, saft, juice og vand igennem hele dagen.

Du har selvfølgelig mulighed for at have "lækkerier" inde i din lejlighed, som kun er dit.

Dine pårørende er altid meget velkomne til at spise med – dette aftales forud med personalet i huset og således der kan bestilles ekstra måltider fra Breelteparkens køkken.

Det koster ca. 50 kr. for et måltid, og det opkræves sammen med din Servicepakken.

Blanket findes bagerst i denne mappe.

Fodterapeut:

Du er meget velkommen til at bruge en fodterapeut efter eget valg, hvis du har en du er glad for. Aktivitetscentret Sophielund på modsatte side af plejecentret, har 2 fodterapeuter tilknyttet, som jævnligt kommer forbi, hvor der kan aftales en løbende behandling.

Personalet kan også være behjælpelig med at følge dig over til Aktivitetscentret Sophielund hvor fodterapeuterne har klinik.

Kontaktoplysningerne findes bagerst i denne mappe.

Afregning sker udenom plejehjemmets administration og skal aftales direkte imellem dig/dine pårørende og fodterapeuten f. eks. via mobilepay.

Fællesrum:

Plejehjemmet er opdelt i syv huse. I hvert hus er der en fælles dagligstue med radio og TV samt fælles spisestue. Dette store rum er opdelt af et køkkenafsnit, hvor man kan følge med i tilberedelsen af måltiderne.

Du kan frit bevæge sig imellem alle husene og er selvfølgelig meget velkommen til at hygge i de andre fællesrum, hvis du er faldet i god snak med én derfra.

Telefon, Internet & TV:

Der er telefonstik i alle boliger og man kan oprette et nyt abonnement eller medflytte sin eksisterende telefon hertil via sit teleselskab.

E-mail: plejebolig-sophielund@horsholm.dk **Tlf:** 48 49 43 41 **Facebook:** Plejehjem Sophielund



Der er antennestik i alle boliger og du skal selv medbringe dit eget TV og vælge den Tv-pakke du ønsker.

Du får en blanket af DAB som skal gives til DAB med ønskede TV pakke.

I vores dagligstuer er der opsat fjernsyn og her abonnerer vi på YouSee's store Tv-pakke, hvor vi ofte kører kavalkader lige fra Morten Korch til James Bond.

Gudstjeneste/Musikandagt:

Afholdes 1 gang hver måned, dog ikke i juli og januar.

Arrangementet afholdes typisk i hus 88.

Præsten og kordreng kommer nede fra Kokkedal sogn.

Hjælpemidler:

De hjælpemidler som kommunen tidligere har bevilget, skal medbringes ved indflytningen fra eget hjem. Opstår der behov for nye hjælpemidler, anskaffes disse via hjælpemiddelafdelingen på Rådhuset i samråd med plejehjemmets personale og tilknyttede fysioterapeuter.

Læge:

Du er selvfølgelig meget velkommen til fortsat at benytte din egen læge efter indflytning. Vores plejehjemslæge på Sophielund hedder Inger Højvig og kommer på stuegang 1 gang ugentligt.

Hvis du vælger at skifte til Inger Højvig efter indflytning, er det via personalet der sammen med egen læge, koordinerer skiftet.

4

Medicinudbringning:

Der er mulighed for udbringning af medicin fra byens apoteker mod et udbringningsgebyr til Apoteket/Taxa. Udbringning af akut ordineret medicin opkræves sammen med Servicepakken. Medicinen doseres af den ansvarlige social- og sundhedsassistent i det hus hvor du bor.

Tandpleje:

Der er frit tandlægevalg. Har du ikke mulighed for at benytte almindelig tandlæge mere, kan du visiteres til omsorgstandpleje som foregår oppe på tandplejeklinikken på Vallerødskolen.

Transport uden hjælpemidler:

Har du mulighed for at tage en taxa, er det den transport type der vil blive brugt når omsorgstandplejen indkalder dig til det årlige tandeftersyn. Personalet hjælper med bestilling af rettidig taxa, samt ledsagelse hvis nødvendigt.

Kørslen opkræves sammen med den månedlige Servicepakke.

Er du bruger af hjælpemidler (f.eks. kørestol) eller har nedsat syn:

Kan der bestilles kørsel via Flex Handicap.

Flex handicap skal bevilges ud fra de gældende kriterier.

Du eller dine pårørende kan søge om Flex Handicap i Borgerservice på Rådhuset.

Betaling af dette sker udenom Plejehjemmets administration.

Ønsker du uddybende information:

Tandplejens kontor: tlf. 4849 6040 eller Visitationen på tlf. 4849 3611 mellem kl. 9-13 eller sende en mail til som-post@horsholm.dk.

Vi anbefaler at du ved indflytning, evt. med hjælp fra dine pårørende, undersøger mulighederne for hvilken type transport du kan få hjælp til.

Sygepleje:

E-mail: plejebolig-sophielund@horsholm.dk **Tlf:** 48 49 43 41 **Facebook:** Plejehjem Sophielund



Sygeplejen varetages af husets 2 sygeplejersker og alle vores social- og sundhedsassistenter. I aften/nattetimerne er det sygeplejersker Kommunens Akut-team der varetager sygeplejen.

Post:

Tilsendt post lægges i din postskuffe ved husets indgang eller postkassen udenfor din dør. Anden opbevaring skal aftales med din kontaktperson.

OBS!! Du/I skal selv sørge for at ændre adressen i folkeregistret til Plejehjem Sophielund

Rengøring:

Rengøring i lejlighederne udføres af Plejehjemmets Serviceassistenter.

Fællesområderne bliver gjort rent af en ekstern leverandør.

Vi følger kommunens standarder for rengøring, hvilket vil sige hver 14. dag, samt den anden uge let rengøring.

Pudsning af sølvtøj, rengøring af pyntegenstande i skabe og bøger i reol osv. udføres ikke som en del af den almindelige rengøring.

Vaskeri:

Plejehjemmets personale vasker dit tøj, med mindre du har angivet andet på din Servicekontrakt. Vi anbefaler, ved nye tøj anskaffelser, at I tager hensyn til hyppig vask ved høje temperaturer og ikke købes f.eks. 100 % uld fremadrettet.

Dine pårørende bedes stå for vask af dine uld, cashmere og silke bluser da vi ikke kan tage ansvaret for det i vores industrimaskiner.

Tørrestativ skal medbringes ved indflytning.

Rygning:

Plejehjem Sophielund har en rygepolitik der gør det muligt at færdes i et røgfrit miljø i de respektive huse. Det betyder rygeforbud i fælleslokalerne og på gangarealerne.

Det er tilladt for dig at ryge i din egen bolig, dog med lukket dør til fællesarealerne, samt tilladt på terrasserne udenfor.

Træning/Aktivitet:

Træning og aktivitet foregår på tværs af husene, i træningsrummet og udenfor.

Husk vedligeholdelsestræning er også at holde fast i selv at kunne gå en tur ud i haven, eller ud til spisebordet.

Der tilbydes fysisk træning individuelt eller på hold, sociale aktiviteter af forskellig slags både på plejecentret og ude af huset med ledsager.

Der arrangeres busture, specialarrangementer, fester mm.

Udenoms arealerne:

Opdelingen af de syv huse gør, at der dannes små gårdhaver. Her er der mulighed for at du kan sidde ude og nyde det, hvis vejret ellers tillader det.

Ud for hver lejlighed er der tillige etableret en lille terrasse.

Hegnet på bagsiden af Plejehjemmet, medvirker til at du trygt kan have din terrassedør åben og færdes sikkert på udendørsarealerne.

Beboer-/pårørenderåd

Vi har beboer-/pårørenderåd som er et brugervalgt råd. Rådet skal i samarbejde med ledelsen og medarbejdere, skabe en slags "rådgivende bestyrelse" mhp at bevare og videreudvikle et godt forhold mellem beboere, pårørende og personalet.

Vedtægter for beboer-/pårørenderåd kan fås ved henvendelse til plejebolig-sophielund@horsholm.dk.

E-mail:plejebolig-sophielund@horsholm.dk **Tlf:** 48 49 43 41 **Facebook:** Plejehjem Sophielund





Pårørendesamarbejde

Plejehjem Sophielund har udarbejdet – i samarbejde med beboer-/pårørenderådet – en pårørende-politik, der beskriver www.plejeboligerne.horsholm.dk hvor du kan læse om vores pårørendesamarbejde.

Pårørendekonsultation

1-2 gange årligt eller efter ønske, inviteres du eller evt. kun dine pårørende til en konsultation med afdelingslederen og din kontaktperson for at drøfte hverdagen og hvordan det går.

Værdigrundlaget for Plejehjem Sophielund:

Vi udviser værdighed og respekt overfor hinanden

Det sker ved at:

- Vi tager hensyn til hinanden og vi viser forståelse for at der er forskellige måder at være og leve på.
- Vi udviser venlighed og imødekommenhed med takt og tone overfor hinanden.
- Vi udviser indfølelse og situationsfornemmelse.

Samarbejdet bygger på åbenhed og ærlighed

Det sker ved at:

- Vi samarbejder og bestræber os på altid at have en åben og ærlig dialog.
- Vi lytter og taler med hinanden
- Vi lægger vægt på at sige tingene som de er. Ubehagelige og svære ting siges nænsomt.
- Der ydes hjælp og service under hensyntagen til den enkeltes ressourcer

Du kan forvente en god og tryk atmosfære

Det sker ved at:

- Pårørende inddrages i pleje og omsorg til beboeren.
- Vi leverer den nødvendige hjælp.
- Vi prøver på at skabe hjemlighed omkring dig og tværfaglighed i opgaveløsningen.

Du vil i din lejlighed kunne opleve tiltag/ændringer i forhold til hjælpemidler, flytning af møbler, tæpper eller plejeseng. Disse tiltag gøres for at hjælpe dig, men også fordi din lejlighed er plejepersonalets arbejdsplads, hvor der skal tages hensyn til arbejdsmiljøet.

Vi vil altid konsultere dig og dine pårørende omkring dette, medmindre det drejer sig om en akut situation.

Én gang årligt udarbejdes en arbejdspladsvurdering på lejligheden ifølge lovgivningen.



Oversigt over Sophielund

Sti fra Ådalsvej

Plejecenter Sophielund

Ældreboliger

Aktivitetscenter

Indkørsel til
Sophielund
med bil fra
Alsvej

Ældreboliger

Sti fra Bolbrovej



Hele vejssystemet på Sophielund er bygget til **meget forsigtig** kørsel.

Der kan parkeres på området, dog kun i de dertil afmærkede felter.

Der foretages effektiv parkeringskontrol.

Ved særlige behov (til- og fraflytning) kan der lånes en særlig dispensation ved henvendelse til personalet.

I øvrigt gælder færdselslovens regler om standsning og parkering og man har herefter ret til af- og pålæsning uden for afmærkede båse, dog med hensyntagen til de tidsbegrænsninger som loven foreskriver.



Telefonliste til Plejehjem Sophielund

85/86/87	Afdelingsleder Nina Christensen	Hus 88	48 49 43 90
	Personale	Hus 85	48 49 43 81
	Personale	Hus 86	48 49 43 83
	Personale	Hus 87	48 49 43 82
Kontor			
	Trine Grusgaard- Adm./økonomi	Hus 88	48 49 43 71
88/89/90 /91	Afdelingsleder/daglig leder Elena	Hus 88	48 49 43 48
	Personale	Hus 88	48 49 43 43
	Personale	Hus 89	48 49 43 50
	Personale	Hus 90	48 49 43 73
	Personale	Hus 91	48 49 43 72
	Hovednummer Sophielund		48 49 43 41

Plejehjem Sophielunds hjemmeside:

<https://plejeboligerne.horsholm.dk/>

Plejehjem Sophielunds E-mail adresse:

plejebolig-sophielund@horsholm.dk

Plejehjem Sophielunds Facebook like page:

[Plejecenter Sophielund](#)

Du kan også finde Plejecenter Sophielund på www.Plejehjemsoversigten.dk



Fodterapeuter:



Du har her på Plejecenter Sophielund mulighed for at benytte fodterapeuterne tilknyttet Aktivitetscentret, der ligger på modsatte side af Plejecenter Sophielund. Din kontaktperson eller pårørende kan kontakte en af nedenstående, hvorefter de kan komme ud til dig efter aftale. Du er selvfølgelig også velkommen til at benytte andre, hvis du har nogen du er glad for.

Lone Rasmussen statsaut. Fodterapeut.

Tlf.: 48 49 43 29
Sophielund 25-27
2970 Hørsholm

Fodklinikken Sophielund v. Mette Lyng Reakes

Tlf.: 48 49 43 29
Sophielund 25-27
2970 Hørsholm

Hvis du ønsker at deltage i ordningen hvor der udføres fodbehandling enten på klinikken i Aktivitetscentret eller i eget hjem, **bedes du udfylde nedenstående og aflevere denne på kontoret ovre i Aktivitetscentret (på modsatte side af Plejehjem Sophielund)**

Beboers navn: _____

Hus _____ Lejlighed: _____

Medlem af sygeforsikring Danmark, gruppe 1 eller 2: _____

CPR nummer på beboer: _____

Navn på pårørende der skal kontaktes vedrørende betaling: _____

Vedrørende betaling ønskes kontakt via:

SMS – til mobil nr.: _____

E-mail: _____

**Fodterapeuterne sender en sms eller mail når din pårørende har fået fodbehandling:
Der kan betales via:**

- Netbank
- Mobilepay
- kontant

E-mail: plejebolig-sophielund@horsholm.dk **Tlf:** 48 49 43 41 **Facebook:** Plejehjem Sophielund



**FØLGENDE BLANKETTER
BEDER VI DIG UNDERSKRIVE
& AFLEVERE TIL
PERSONALET**

....SENEST 1 UGE EFTER INDFLYTNING.





Kontrakt om serviceydelser

Serviceydelser indeholder alt fra den daglige forplejning, rengøring, vinduespolering, tøjvask, udgifter til husholdnings artikler, fælleskøkken remedier og medielicens i fællesarealerne.

Plejehjem Sophielund

Sophielund 85-91, 2970 Hørsholm

Tlf. 48 49 43 41

E-mail: plejebolig-sophielund@horsholm.dk

Hjemmeside: www.plejeboligerne.horsholm.dk

Facebook Like-page: Plejecenter Sophielund



Hørsholm Kommunes ældrepolitik

Der skal tilbydes de ældre og handicappede et værdigt otium, hvor medansvar, medindflydelse og selvbestemmelse er i højsædet.

Det skal skabes grundlag for, at ældre og handicappede kan klare sig længst muligt via forebyggende initiativer.

Kommunen skal sikre en rådgivning, der så vidt mulig er individuel i ydelsens art og størrelse, som effektivt tilgodeser såvel midlertidige som varige problemer.

De ældre og handicappede borgere skal sikres mulighed for en tilværelse præget af god kvalitet med hensyn til bolig, kultur, sundhed og social tryghed.

Samarbejdet med frivillige foreninger skal styrkes.

Borgerne skal fortsat sikres mulighed for at modtage hjemmepleje i eget hjem.

Borgere med et stort plejebenhov skal fortsat kunne tilbydes plejebolig.

Hørsholm Kommune skal sikre de ældre og handicappede den bedst mulige service med de givne ressourcer ved løbende at udvikle arbejdsgange og metoder.

Kvalitetsstandarder

Der er udarbejdet kvalitetsstandarder, også kaldet kravspecifikationer på følgende 16 områder:

- 1. Personlig pleje og hjælp, praktisk bistand og sygepleje ved indflytning**
- 2. Psykisk pleje og omsorg**
- 3. Målrettede pædagogiske opgaver**
- 4. Undersøgelser og behandling**
- 5. Mad og måltider**
- 6. Medicinhåndtering**
- 7. Praktisk bistand – rengøring**
- 8. Praktisk bistand – tøjvask/linnedvask**
- 9. Praktisk bistand – indkøb af medicin**
- 10. Træning efter serviceloven**
- 11. Aktivitet**
- 12. Forebyggelse og sundhedsfremme**
- 13. Anden hjælp til beboeren**
- 14. Særlig behov**
- 15. Sygepleje**
- 16. Kvalitetsstandard for plejeboliger**

Kvalitetsstandarderne kan læses i sin helhed i "Kvalitetsstandarder for sundheds og ældreområde", som findes på Hørsholm Kommunes hjemmeside:

<https://www.horsholm.dk/borger/aeldre/kvalitetsstandarder-for-sundheds-og-aeldreomraadet?term=Kvalitetsstandarder%20for%20sundheds%20og%20%C3%A6ldreomr%C3%A5det>

PDF kan hentes via:

<https://www.horsholm.dk/p/Hoersholm%20Kommune/Aeldre/Kvalitetsstandarder-for-sundheds-og--ldreomr-det-2024.pdf>



Servicekontrakt 2026 mellem Plejehjem Sophielund og

Navn:

Cpr. nr.:

Bolig nr.:

Indflytningsdato:

Herved aftales køb af nedenstående ydelser gældende fra indflytningsdato.

Måltider inklusiv almindelige drikkevarer (eksklusive kapselvarer) kr. 146 pr. døgn

Omfatter morgenmad, frokost og middagsmad samt eftermiddagskaffe og aftenkaffe.

Fællesudgifter kr. 8 pr. døgn

Omfatter medielicens, blomster samt diverse indkøb til fællesaktiviteter efter beboernes ønske.

Husholdningsartikler kr. 404 pr. måned

Omfatter toiletpaper og plastikposer i boligen og på fællesarealer samt køkkenrulle og husholdningsartikler til fælleskøkkenet.

Rengøringsartikler kr. 166 pr. måned

Omfatter almindelige rengøringsmidler til rengøring af boligen en gang hver anden uge og til rengøring af boligens andel af fællesarealet.

Vinduespolering kr. 82 pr. måned

Omfatter vinduespolering fire gange årligt i lejligheden.

Vask af tøj kr. 186 pr. måned

Omfatter vask af personligt tøj en gang om ugen.

Vask af linned kr. 186 pr. måned

Omfatter vask af håndklæder og sengelinned en gang om ugen.

Bortset fra fællesudgiften og udgiften til husholdningsartikler kan de enkelte ydelser fravælges. Du skal være opmærksom på, at **hvis du fravælger dele af servicepakken står du selv – eller dine pårørende – for de/den fravalgte ydelse(r)**. Ved fravalg af en eller flere ydelser noteres det herunder.

Alle ydelser betales månedsvis forud via tilmelding til PBS - Betalingsservice. Ved en fraværperiode beregnes der refusion fra 8. dag. Priserne justeres årligt og følger satsreguleringsprocenten.

Jeg ønsker alle ydelser: _____

Jeg har fravalgt følgende ydelse(r): _____

Dato: _____

Beboer

Plejecenter Sophielund



Servicekontrakt 2026 mellem Plejehjem Sophielund og

Navn:

Cpr. nr.:

Bolig nr.:

Indflytningsdato:

Herved aftales køb af nedenstående ydelser gældende fra indflytningsdato.

Måltider inklusiv almindelige drikkevarer (eksklusive kapselvarer) kr. 146 pr. døgn

Omfatter morgenmad, frokost og middagsmad samt eftermiddagskaffe og aftenkaffe.

Fællesudgifter kr. 8 pr. døgn

Omfatter medielicens, blomster samt diverse indkøb til fællesaktiviteter efter beboernes ønske.

Husholdningsartikler kr. 404 pr. måned

Omfatter toiletpaper og plastikposer i boligen og på fællesarealer samt køkkenrulle og husholdningsartikler til fælleskøkkenet.

Rengøringsartikler kr. 166 pr. måned

Omfatter almindelige rengøringsmidler til rengøring af boligen en gang hver anden uge og til rengøring af boligens andel af fællesarealet.

Vinduespolering kr. 82 pr. måned

Omfatter vinduespolering fire gange årligt i lejligheden.

Vask af tøj kr. 186 pr. måned

Omfatter vask af personligt tøj en gang om ugen.

Vask af linned kr. 186 pr. måned

Omfatter vask af håndklæder og sengelinned en gang om ugen.

Bortset fra fællesudgiften og udgiften til husholdningsartikler kan de enkelte ydelser fravælges. Du skal være opmærksom på, at **hvis du fravælger dele af servicepakken står du selv – eller dine pårørende – for de/den fravalgte ydelse(r)**. Ved fravalg af en eller flere ydelser noteres det herunder.

Alle ydelser betales månedsvis forud via tilmelding til PBS - Betalingsservice. Ved en fraværperiode beregnes der refusion fra 8. dag. Priserne justeres årligt og følger satsreguleringsprocenten.

Jeg ønsker alle ydelser: _____

Jeg har fravalgt følgende ydelse(r): _____

Dato: _____

Beboer

Plejecenter Sophielund



TILMELDINGSBLANKET TIL BETALINGSSERVICE

Plejehjem Sophielund opkræver udgifter til kost og anden forplejning – såfremt du ønsker det, kan vi tilmelde dine betalinger til PBS – Betalingsservice.

Ønsker du at vi opretter en PBS aftale for dig, er det nødvendigt at udfylde nedenstående.

Du kan også sagtens selv tilmelde dig via. din bank.

Undertegnede ønsker at administrationen på Plejehjem Sophielund skal tilmelde mig Betalingsservice og erklærer mig indforstået med at de opretter en betalingsaftale ifht. betaling af Servicepakken.

Indbetaler navn:		Cpr.nr.	Medlem af DANMARK ☐ ja ☐ nej
Hus:	Lejlighed:	Bank:	
Registrerings.nr. :	Kontonummer:		
Dato:	Underskrift:		

Hvad indebærer tilmeldingen?

- at de månedlige udgifter automatisk bliver trukket hver måned
- at man får en detaljeret oversigt over hvad beløbet er brugt til
- at pårørende ikke er afhængig af at indbetale månedsbeløb
- at personalet ikke hver måned skal opkræve beløb til fællesudgifter

Jeg vil samtidig gøre opmærksom på, at det månedlige beløb opkræves månedsvis forud og eventuelle reguleringer foretages bagud.

Spørgsmål i denne anledning kan rettes til mig eller Trine i administrationen.

Med venlig hilsen

Plejecenterleder



Livshistorie

Nedenstående spørgsmål virker måske unødvendigt intimiderende på dig og dine pårørende og vi forventer ikke nødvendigvis at du svarer på dem alle. Men det vil være os en stor hjælp, hvis du vil dele lidt af dig selv, så vi kan lære dig bedre at kende og dermed være med til at sikre at du er længst muligt i dit eget liv med den historie du kommer med. På den måde bliver det os der former os rundt om din hverdag og ikke dig der skal lave om på dig selv.

Vigtige roller du har haft igennem tiden: I familien, på arbejdet, i samfundet, i foreningslivet, sport?

Situationer, som du husker fyldt med glæde:

Mennesker som har haft stor betydning i dit liv:

Grundlæggende værdier eller meninger i dit liv:

Begivenheder som du er glad for at have oplevet:

Noget du er særlig stolt over?

Har du haft vanskelige perioder, som du kom igennem?

Hvor hentede du din styrke fra, i disse perioder? (F.eks. religion eller personer)

Har du lært noget som du ønsker skal videregives til andre? (F.eks. huskeregler, ordsprog, talemåder anekdoter)

Er der noget du gerne vil huskes for?

E-mail: plejebolig-sophielund@horsholm.dk **Tlf:** 48 49 43 41 **Facebook:** Plejehjem Sophielund



Fremtiden:

Hvad kan gøre dig rigtig glad?

Hvad kan gøre din dag rigtig god – hver dag?

Drømme og håb for den tid, som kommer – kan der gøres noget nu? F.eks. sidde udenfor, lytte til speciel musik, gå ture, cykle, træne.

Har du gjort dig tanker om livets sidste tid?

Er der noget du er bange for? Lyn, hunde, mørke etc.?

Er der noget du gerne vil have vi skal gøre, hvis du på et tidspunkt ikke selv kan give udtryk for det?



Tjekliste til nye beboere Vigtige ting at medbringe:

- ☐ Navnemærker til tøj og div.
Evt. fra: www.identiketter.dk
- ☐ 2 dyner
- ☐ 2 hovedpuder
- ☐ 3 sæt sengetøj
- ☐ 3 stk. stræklagner 80x200
- ☐ 5 store blå doseringsæsker fra apoteket
- ☐ 2 tandbørster
- ☐ 1 tandpasta
- ☐ 2 tandpastakrus
- ☐ 1 negleklipper 3i1
- ☐ 1 neglefil
- ☐ 10 små håndklæder 30x70
- ☐ 10 vaskeklude
- ☐ 4 store badehåndklæder
- ☐ 1 vasketøjs kurv i plastik
- ☐ 1 hårbørste/karm
- ☐ 1 hårtørrer (kvinder)
- ☐ 1 Danateket stort blåt hår og kropsvask fra apoteket
- ☐ 1 Deodorant
- ☐ 1 shampoo
- ☐ 1 balsam
- ☐ 1 bodyshampoo
- ☐ 1 ansigts creme
- ☐ 1 bodycreme
- ☐ 1 panthenolsalve
- ☐ 1 barriere creme
- ☐ Proteselim (hvis protese)



- ☐ Barbermaskine/skraber (mænd)
- ☐ 2 uringlas fra apoteket
- ☐ 1 vaskefad
- ☐ 10 bukser
- ☐ 10 trøjer
- ☐ 10 stk. undertøj
- ☐ 10 alm strømper eller fly/støttestrømper
- ☐ Batterier til høreapparater
- ☐ Rektal termometer
- ☐ Sutsko
- ☐ Ude sko
- ☐ Jakke



ORIENTERING OM PLEJECENTER SOPHIELUNDS PÅRØRENDESAMARBEJDE

Selvom din nærtstående er flyttet ind på Plejehjem Sophielund, vil du som pårørende stadig have en betydningsfuld rolle og besidde en viden som vi har brug for, for at kunne tilbyde en så nærværende pleje og omsorg som muligt.

Du som pårørende er vores primære ressource ift. viden omkring din nærtståendes baggrund, behov og daglige rytmer.

Din viden, kombineret med din nærtståendes ressourcer og ønsker, giver de bedste forudsætninger for at opfylde vores fornemmeste opgave:

At skabe et respektfuldt og trygt *Home away from home* for din nærtstående.

Vi har til daglig en åben og familier dialog imellem vores beboere og medarbejderne.

Formålet er at vi i fællesskab skaber tillid og et solidt samarbejde, således forskellige opfattelser ikke bliver til udfordringer, men muligheder.

Fortæl os om dine forventninger, så vi kan finde fælles fodslag.

Det er vigtigt for os at du føler dig velkommen, tryk, velinformeret og ikke mindst medinddraget i livet omkring din nærtståendes liv på Plejehjem Sophielund.

Vi efterspørger nysgerrighed og ser gerne at du spørger en ekstra gang, frem for at du går rundt med tvivl.

Det er vigtigt for os at du:

- Respekterer din nærtståendes ret til selvbestemmelse.
- Husker mennesket bag sygdommen.
- Har forståelse for at sygdommen bliver varetaget af personalet.
- Ved at personalet har tavshedspligt, og vi beder dig respektere denne.

Vi har på Plejehjem Sophielund flere lag af høj faglighed, der dagligt tilsammen tænker 360 grader for optimalt at kunne varetage din nærtståendes situation.

Kombinationen af din nærtståendes sociale, fysiske og mentale behov er ikke altid nemme at gennemskue for det ufaglige øje, når det sygdomsmæssige udvikler sig.

Undrer eller bekymrer du dig om behandlingsvalg eller tiltag, beder vi dig henvende dig til kontaktpersonen, afdelingslederen eller en sygeplejerske, så de sammen kan afmystificere det med dig.

Hvad beder vi om:

Som udgangspunkt har Plejehjem Sophielund desværre ikke ressourcer til at ledsage din nærtstående til læge, behandlinger, undersøgelser, eller større personlige indkøb, da denne i så fald ville mangle i plejen.

Vi beder dig derfor i samarbejde med personalet sørge for ledsagelse, når behovet opstår.

Der bliver løbende holdt større og mindre arrangementer på Plejecenter Sophielund. Vi opfordrer til at du sammen med din nærtstående deltager mest muligt i disse.

Se for yderligere information bilag A. "Gør det nemmere for dig selv at være pårørende"

Bedste hilsner

Plejehjemsleder

Underskrift beboer/nærmeste pårørende

underskrift personale



Tilmelding – gæstebestillinger fra Breelteparkens køkken.

Dine pårørende er meget velkomne til at spise sammen med dig i huset. Vi bestiller maden fra Breelteparkens køkken, og skal derfor give dem besked hvis der er flere end beboerne selv i huset, der skal have mad.

Jeg _____

Er indforstået med at mine pårørende indimellem deltager i spisning, herunder modtager bestilling af retter leveret fra Breelteparkens køkken.

Jeg er indforstået med at måltiderne bestilles forud hos personalet i det pågældende hus og at bestillingerne ikke refunderes, i tilfælde af mine pårørende ikke deltager i spisning alligevel.

De retter der bestilles ekstra, bliver opkrævet sammen med Servicepakken, og vil derfor figurere på den månedlige opkrævning.

Prisen pr. bestilt måltid, er den til enhver tid gældende takst udmeldt fra Breelteparken ca. 50 kroner pr. måltid.

Underskrift _____

Dato: _____

Denne blanket afleveres i postkassen udenfor kontoret i hus 88.



Bilag A

Gør det nemmere for dig selv at være pårørende

Dette afsnit i indflyttermappen omhandler informationer der kan gøre det mere overskueligt for dig som pårørende, at håndtere de praktiske ting der skal klares udenom plejehjemmet. Der vil udover dette skriv, altid være mulighed for at spørge personalet i huset eller på kontoret i hus 88 på Plejehjem Sophielund hvis der opstår tvivl.

Adgangskoden:

Den største tjeneste du kan gøre dig selv som pårørende, er at notere dig, din nærtståendes CPR nummer.

Du skal tænke på CPR som en adgangskode, og du vil blive spurgt om det nærmest hver gang du henvender dig på vejne af din nærtstående.

Telefonnumre/kontaktoplysninger:

Din nærtstående er højst sandsynligt registreret flere steder både i og udenfor det offentlige system.

Det vil typisk bl.a. være steder som Plejehjemmet (hus telefonen) visitationen, rådhuset, læge, transport (beredskabet), banken, foreninger, klubber, osv.

Sørg for at få kontaktinformationerne på disse kodet ind i din telefon/kalender, tydeligt og gerne med et navn/afdeling tilknyttet, så du kan specificere hvem du ønsker at tale med.

22

E-boks:

Er din nærtstående IKKE fritaget for digital post, kan du som pårørende få deres E-post sendt til din egen E-boks.

Der er flere muligheder, men du kan læse mere omkring det på via borger.dk på følgende link.

<https://www.borger.dk/internet-og-sikkerhed/Digital-Post/Hjaelp-og-fritagelse>

Er din nærtstående fritaget digital post, skal du kontakte Borgerservice, på Kommunen.

Plejecenter Sophielund har desværre ikke personalemæssige ressourcer til at ledsage din nærtstående ved hospitalsbesøg. Benyt din adgang til din nærtståendes E-boks, dermed kan du bedst muligt forberede og arrangere evt. ledsagelse til og fra hospitaler, læger osv. På denne måde kan du altid selv være ajour med indkaldelser, orienteringer og ændringer der kommer til din nærtstående.

Ved læseadgang i E-boks:

Tip 1: De første breve lander måske i din egen indbakke, men pludselig er de væk. Så har E-boks måske oprettet din nærtstående som ny bruger, som du skal finde ved at klikke på dit eget brugernavn. Så kommer den anden boks til syne, og så kører det igen.

Tip 2: Der er forskel på e-boks: Appen er sin egen, så vil du også kunne ordne din nærtståendes sager derinde, skal du igennem hele møllen igen med at lave ny fuldmagt med begge CPR numre på og underskrifter og scanne ind til e-boks.

Selvom det er samme virksomhed og fuldmagt allerede er skaffet én gang.

Bank/Økonomi:

Hvis I er enige om at det er bedst, du varetager din nærtståendes økonomi, kan du søge banken om fuldmagt til at tage dig af pengesagerne og betale regningerne.

Bankerne er vant til at disse situationer, så du skal blot fortælle hvordan situationen forholder sig, så hjælper de jer i gang.

Der skal søges særskilt for almindelige bankkonti og evt. depot i den lokale afdeling, som vedkommende har konto i.

Led evt. efter kontoudskrifter, for at finde bank, afdeling og kontaktdata.

Ansøgningen skal underskrives af to vidner, som ikke må være familie eller plejepersonale.

Når det er faldet på plads, kan du logge på din nærtståendes netbank med dit eget NemID.

E-mail: plejebolig-sophielund@horsholm.dk **Tlf:** 48 49 43 41 **Facebook:** Plejehjem Sophielund



Indtil adgangen er oprettet, kan du få giro-kuverter i banken, som du kan indsende forfaldne regninger i.

Tilmeld flest mulige betalinger til pbs, så der ikke kommer rod med ubetalte regninger, der forlægges eller bare ikke opdaes.

Fuldmagter:

(Er der indgået værgemål/foreligger der en fuldmagt ved indflytning, bedes en kopi sendes til administrationen ELLER nedenstående pårørende fuldmagt kan udfyldes, såfremt det er muligt.)

Der skelnes imellem fuldmagter, og de dækker også forskelligt:

Fremtidsfuldmagt: Så længe den nærtstående er ved sine fulde fem kan der laves en fremtidsfuldmagt. Den oprettes på www.tinglysning.dk. Fremtidsfuldmagten skal vedkendes for en notar på dommerkontoret for at sikre, at din nærtstående er i stand (habil) til at oprette fuldmagten. Herefter er fremtidsfuldmagten gyldig, men inaktiv, indtil der kan blive behov for at sætte den i kraft. Igangsættelse af fremtidsfuldmagten på det økonomiske område kan ske, når du som pårørende ordner alt det økonomiske fordi din nærtstående ikke selv kan mere.

Generalfuldmagten: er ikke tinglyst, men kan stadig give mening, idet den kan bruges i tiden inden fremtidsfuldmagten sættes i gang efter ansøgning til Statsforvaltningen.

Du kan finde et eksempel på en Generalfuldmagt på Ældresagens hjemmeside:

<https://www.aeldresagen.dk/viden-og-raadgivning/hjaelp-og-stoette/paaroerende> eller få lavet en ved en advokat.

Der kan være uenighed om gyldigheden f.eks. med banker etc. Så forhør jer i banken, om der er en særlig fuldmagt.

Vær opmærksom på at en generalfuldmagt ikke gælder på personlige forhold, bl.a. gælder den ikke ved flytning til plejebolig uden habilt samtykke. Det skal være enten en værge eller Fremtidsfuldmægtig der kan godkende den indstilling kommunen udarbejder.

Værgemål: Hvis din nærtstående ikke når at udfærdige en Fremtidsfuldmagt, mens vedkommende stadig væk kan overskue og forstå sine handlinger og stadig ved, hvad det indebærer, kan man blive nødt til at beskikke et værgemål.

Din nærtstående skal have et aktuelt behov for en værge.

Er du i tvivl om hvad der skal til i jeres situation kan du med fordel læse lidt på:

<http://www.statsforvaltningen.dk/site.aspx?p=6436>

Plejetestamente: I et plejetestamente kan din nærtstående tilkendegive sine ønsker for fremtiden til når han/hun ikke længere er i stand til selv at give udtryk for, hvad han/hun vil. Det kan handle om at man går sent i seng, eller ikke vil tales til om morgenen, særlige ønsker vedrørende plejebolig etc.

Livstestamente: Er hvor din nærtstående tilkendegiver, hvorledes omgivelserne skal handle, hvis denne en dag bliver ude af stand til selv at udtrykke, hvad han/hun vil eller ikke vil, specielt m.h.t. at undgå udsigtsløs behandling og /eller livsforlængende behandling i en situation, hvor patienten er udsigtsløs syg.

Det er vigtigt, at det sker, mens den nærtstående selv kan træffe beslutningen.

Anmeldelsen foretages meget let over nettet via www.sundhed.dk.

Obs: Pr 1/1 – 2019 Ændres Livstestamenter og vil herefter hedde Behandlingstestamente. I det nye Behandlingstestamente vil der være muligt at få øget selvbestemmelse i forhold på fravalg af behandling



Den naturlige død:

Plejepersonalet skal som udgangspunkt altid genoplive.

Ønsker din nærtstående ikke at ville have livet kunstigt forlænget, må du gøre noget aktivt for at forhindre det. Livstestamente: Hvis din nærtstående er i stand til det, er et livstestamente en god ting - selvom systemet bestemmer, at du skal være 'uhelbredeligt syg' eller 'uafvendeligt døende' for at få lov til at dø.

Måske har din nærtstående et andet ønske, hvis han/hun er så privilegeret at falde om eller sove ind.

Du skal bestille en konsultation hos din nærtståendes læge og tale med lægen om ønsker og stillingtagen ifht. genoplivning eller ej.

Hvis din nærtstående klart udtrykker, at det faktisk er eget ønske, kan lægen notere det og få koordineret ønsket hos personalet der tager sig af din nærtstående på plejecentret.

Demens.

Der findes demensrådgivning i flere kommuner både til demensramte borgere og til pårørende.

Hørsholm Kommune tilbyder forskellige forløb herunder både i grupper og individuelle støtte samtaler. Det kan og vil på længere sigt hjælpe dig med at forstå udviklingen af sygdommen, og du kan få redskaber til at håndtere det behov din nærtstående udvikler.

Du kan også læse om nogle af tilbuddene på hjemmesiden Sundhed.dk

Ønsker du at få mere at vide om tilbuddene specifikt i Hørsholm Kommune kan du kontakte:

Demenskoordinator Helle Nielsen
Sophielund 25
2970 Hørsholm
Telefon 1: 4849 4690
Mail: Hen@horsholm.dk

Telefontid mandag til torsdag kl. 9-11.