

## Indflytning i Søndersøhaves plejeboliger

### Boligerne

Søndersøhave er plejeboliger med fast personale, som man førhen kaldte plejehjem. Der er i alt 69 boliger. 58 boliger har to rum, og 24 af boligerne er egnet til ægtepar.

Boligerne er forskelligt indrettet med møblerbar entré, lys stue med lille tekøkken og køleskab samt soveværelse med indbyggede skabe og en justerbar plejeseng. Boligerne har vinduer mod enten øst eller syd.

Badeværelset er stort og indrettet til brug for beboere med kørestol og behov for hjælp. I nogle boliger er badeværelset uden vindue.

Boligerne, der er renoveret i 1997/98, er cirka 53 kvadratmeter. Boligerne, der er bygget i 2005, er cirka 48 kvadratmeter.

Hele Søndersøhave blev renoveret i 2020-2021, hvor også brandsikkerheden blev opgraderet.

Hver bolig er forsynet med nødkaldeanlæg samt tv- og telefonstik.

Ud over selve boligen skal du betragte fællesarealet som en del af din bolig. Du betaler også husleje for din andel af fællesarealet.

### Medarbejderne

I Søndersøhave er der ansat plejepersonale med forskellige kompetencer og uddannelser. Der er social- og sundhedshjælpere, social- og sundhedsassistenter, sygeplejersker og servicemedarbejdere. Herudover er der ansat medarbejdere, der varetager driften af bygningen.

Søndersøhave er organiseret i fire teams, orange, grønt, blå og gult team. Medarbejderne om aftenen og natten samarbejder med sygeplejerskerne i døgnplejens vagtcentral. Endvidere samarbejder vi med akutsygeplejen for Gentofte, Gladsaxe og Rudersdal kommuner.

### Kontaktperson

Alle beboere får udpeget en kontaktperson, der primært er ansvarlig for de generelle forhold omkring beboeren. Normalt er kontaktpersonen en medarbejder i dagvagt. Kontaktpersonen har som alle andre fridage og ferie og er derfor ikke på arbejdet alle dage. Indimellem bytter vi rundt på kontaktpersonerne, og når det sker, skal du nok blive orienteret om det.

### Tavshedspligt

Du bestemmer selv, hvem medarbejderne må udtale sig til om dine personlige forhold. Medarbejderne har tavshedspligt og udtaler sig ikke til nogen om dine personlige forhold uden din tilladelse. Tavshedspligten gælder også efter arbejdsforholdets ophør.

## Maden

Søndersøhave får leveret den varme mad fra Det Danske Madhus. Vi tilbereder selv morgenmad, smørrebrød og mellemmåltider, for på den måde kommer der også til at dufte af mad i huset, og det skaber en hjemlig atmosfære.

Kosten i Søndersøhave er sammensat ud fra den nyeste viden om ernæringsbehovet hos ældre mennesker. Måltiderne sammensætter vi i dialog med beboerne.

Du har mulighed for at få specielle diæter, hvis du har behov for det. Nogle diæter skal ordineres af en læge.

Vi følger hver enkelt beboers ernæringstilstand nøje, da ernæringstilstanden har stor indflydelse på livskvaliteten.

Vi opfordrer til, at du spiser sammen med andre beboere med henblik på samvær. Ved alle måltider deltager medarbejdere, som yder hjælp ved behov.

## Sådan er vi organiseret

Afdelingen Pleje & Sundhed Myndighed i Gentofte Kommune afgør, hvem der skal have hvilken bolig tilbudt.

Søndersøhave hører under kommunens område Pleje & Sundhed Drift, som blandt andet består af otte plejeboliger og to dagcentre. Tilsammen bor 540 borgere i kommunens plejeboliger, og der er 530 fuldtidsmedarbejdere i plejeboligerne.

Vi er altså en del af et større fællesskab med mange forskellige resurser og kompetencer. Vi kan planlægge uddannelse af vores medarbejdere i fællesskab, og vi hjælper hinanden både i det praktiske arbejde og med mere overordnede faglige spørgsmål og indsatser.

Faglige konsulenter er ansat på tværs i Pleje & Sundhed Drift. De arbejder eksempelvis med demens samt pleje og lindring i den sidste tid. Konsulenterne laver retningslinjer for hygiejne og medicin håndtering og planlægger temadage og udviklingsprojekter lokalt og i fællesskab. En del af administrationen i Pleje & Sundhed deler alle, så vi bruger resurserne bedst muligt.

## Inden indflytningen

Når du skal flytte ind, er der mange praktiske ting at tage stilling til. Derfor bliver du og dine pårørende inviteret til et møde med daglig leder eller forstander umiddelbart efter indflytning.

På mødet taler vi blandt andet om dine daglige vaner, og hvilke daglige gøremål du har kunnet udføre alene eller med hjælp inden indflytningen. Det kan være en god idé, at du inviterer dine pårørende til at deltage i mødet.

Inden indflytningen har vi brug for oplysninger om dig med hensyn dit helbred, eventuel medicin og behandling, funktionsniveau og plejebehov. Søndersøhave kontakter gerne de medarbejdere, der inden indflytningen har givet dig pleje og omsorg. Det kan være hjemmeplejen, aflastningsafdelingen, Tranehaven eller hospitalet.

Vi vil meget gerne kende din 'livshistorie'. En medarbejder vil i forbindelse med indflytningen udlevere en skabelon til livshistorien. Du og dine pårørende bedes udfylde og aflevere den snarest efter indflytning.

### **Aftalekontrakt**

Når du flytter ind i Søndersøhave, bor du stadig i din egen bolig. Derfor skal du vælge, gerne sammen med dine pårørende, hvilke ydelser og tilbud du vil benytte. Du underskriver en aftalekontrakt, angående blandt andet kost og kulturelle aktiviteter. Den daglige leder vil vejlede dig om dette. Betaling bedes tilmeldt Betalingsservice.

### **Økonomi**

Du får udbetalt pension som hidtil og skal betale husleje, el og varme. Huslejen bliver udregnet af Pleje & Sundhed på basis af din indkomst og boligens størrelse samt andel af fællesarealer. Husk at tilmelde betalingen af huslejen til Betalingsservice. Du kan ansøge om personlige tillæg hos din sagsbehandler i kommunen.

### **Hjælp til flytningen**

Måske kan du få hjælp til udgifterne i forbindelse med flytningen, fx dobbelt husleje og flyttemand. Du kan ansøge om et personligt tillæg i den kommune, hvor du bor nu.

### **Boligstøtte og varmetilskud**

Du kan være berettiget til boligstøtte og varmetilskud. Begge dele skal du ansøge om hos Udbetaling Danmark. Se mere på [www.borger.dk](http://www.borger.dk).

### **Administration af boligerne**

Gentofte Kommune ejer bygningen, der huser plejeboligerne Søndersøhave. Gentofte Kommune har en aftale med Københavns Almindelige Boligselskab (KAB), der administrerer og udfærdiger lejekontrakten. Derfor betaler du husleje til KAB. Husk at tilmelde betalingen af huslejen til Betalingsservice

### *Syn af boligen*

Indflytningssyn foretages af teknisk afdeling, Birger Hansen, telefon 39 98 78 30, eller Jørgen Eskildsen telefon 39 98 78 38. Ved synet bliver eventuelle fejl og mangler gennemgået, og indflytningsrapporten skal være udfærdiget, før du kan få udleveret nøgle/chip til boligen og flytter ind.

Ved udlevering af nøgler/chip skal du medbringe kvittering/udskrift fra netbank som dokumentation for indbetalt indskud og første måneds husleje.

### *Lån til indskud*

Har du brug for at låne til indskuddet i boligen, skal du ansøge hos Kommuneservice, [kommuneservice@gentofte.dk](mailto:kommuneservice@gentofte.dk). Du skal ikke betale afdrag og renter på lånet i fem år.

## Indretning

Du indretter selv boligen med dine egne møbler og gardiner. Udpakning, placering af møbler, ophængning af gardiner, billeder og lamper må du selv sørge for.

Der må gerne bores i væggene for ophængning af billeder.

På badeværelset må du dog ikke bore huller i væggene for at hænge fx et skab, kroge til håndklæder eller andet op.

Boligen skal være sikker for dig at færdes i. Derfor kan det være u hensigtsmæssigt med tæpper på gulvet, hvis du ikke går sikkert. Tal med medarbejderne om dette, inden du indretter boligen.

Hvis du har mindre tæpper, skal de altid ligge fast på et skridsikket underlag for at forebygge fald. Tæpperne må ikke limes fast af hensyn til gulvbelægningen, i stedet kan du benytte et underlag med netstruktur.

Al belysning skal du selv medbringe undtagen til badeværelset. Også elpærer og batterier til eget forbrug og lamper skal du selv sørge for. Vi opfordrer til, at du opsætter loftsbelysning i boligen. Enkelte boliger er udstyret med lys i entré.

Husk at sætte ledninger op på panelerne, så der ikke er løse ledninger på gulvet. Det er en sikkerhed for dig, og det hjælper medarbejderne, når der skal gøres rent.

Vi anbefaler, at du har et par lamper med et tænd-/sluk-ur, der automatisk tænder lyset, når det er ved at blive mørkt. Ligeledes anbefaler vi, at du om aftenen og natten altid har en lampe tændt i entréen, da dette vil være en stor hjælp for vores medarbejdere.

I boligen er der en elektrisk seng med madras. Du skal selv medbringe dyner og puder (helst to sæt), der skal være vaskbare. Sengelinned kan du medbringe, eller du kan leje sengelinned gennem Søndersøhave.

Boligen er også et arbejdssted for medarbejderne, og derfor er det vigtigt at sikre, at medarbejderne kan komme til at udføre den nødvendige pleje.

Du må være forberedt på, at der undervejs i din tid i Søndersøhave løbende kan være behov for at ændre i møbleringen. Det afhænger af dit behov for pleje.

## APV

APV betyder arbejdspladsvurdering, og da din bolig også er en arbejdsplads for medarbejderne, laver vi ind imellem en faglig vurdering af arbejdsforholdene.

## Måling af forbrug

Der er ikke opsat individuelle varmemålere i boligerne, da udgifterne til aflæsning af målere og udsendelse af regninger forventes at overstige selve forbruget. Udgifterne til varme fordeles ligeligt på alle beboere.

Der er heller ikke individuelle elmålere i boligerne. Langt den største del af elforbruget vil være i fællesområderne, hvor udgifterne alligevel skal fordeles ligeligt mellem beboerne.

Derfor har vi valgt, at beboerne ikke skal belastes af udgifterne til aflæsning af individuelle målere i boligerne.

### **Flyttemeddelelse**

Du skal melde din nye adresse til folkeregistret i Gentofte Kommune, senest fem dage efter at du er flyttet. Din nye adresse er:

Plejeboligerne Søndersøhave  
 Søndersøvej 41 \_\_\_\_\_  
 2820 Gentofte

### **Post**

PostNord modtager automatisk besked om din adresseændring. Vær opmærksom på, at der ikke sker ændringer i din digitale post, som du vil modtage som hidtil i e-Boks.

## **Personlig pleje og praktisk hjælp**

Den personlige pleje og praktiske hjælp, du modtager, tager udgangspunkt i dine individuelle behov og formåen og ud fra Gentofte Kommunes servicebeskrivelser.

### **Personlig pleje**

Hjælp til personlig pleje kan eksempelvis være hjælp til af- og påklædning, personlig hygiejne og toiletbesøg. Du kan også få hjælp til at vaske og tørre håret, men oprulning og hårbehandlinger skal du få ordnet hos din frisør.

På grund af risiko for hudinfektion, fx ved kredsløbsforstyrrelser eller sukkersyge, kan du ikke få hjælp til klipning af tånegle; vi henviser i stedet til fodterapeut.

### **Praktisk hjælp**

#### *Rengøring*

Ved indflytningen vurderer vi i samarbejde med dig, hvad du kan klare selv, og hvad du så kan få hjælp til, og i den forbindelse vil vi vurdere, om vi skal udarbejde en rehabiliteringsplan for dig på rengøringen. Du er forpligtet til at anskaffe redskaber, der kan gøre dig mere selvhjulpne.

Rengøringen tager udgangspunkt i en vurdering af dit funktionsniveau:

Begrænsninger:	Lette	Moderate	Svære	Totale
Hjælp til:	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Støvsugning og evt. gulvvask.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Støvsugning og evt. gulvvask</li> <li>• Køleskab, komfur og skabe</li> <li>• Sanitet i badeværelse</li> <li>• Skifte sengetøj.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Støvsugning og evt. gulvvask</li> <li>• Køleskab, komfur og skabe</li> <li>• Sanitet i badeværelse</li> <li>• Skifte sengetøj.</li> <li>• Aftørring af flader.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Støvsugning og evt. gulvvask</li> <li>• Køleskab, komfur og skabe</li> <li>• Sanitet i badeværelse</li> <li>• Skifte sengetøj</li> <li>• Aftørring af flader</li> <li>• Oprydning.</li> </ul>

Rengøringshjælp er lettere rengøring af dine opholdsrum: stue, soveværelse, badeværelse, en eventuel entré og en eventuel køkkenniche.

Du skal være til stede i boligen under rengøringen, og du skal deltage så meget, som du kan.

Rengøring omfatter ikke boligens altan, og der bliver ikke gjort rent på helligdage.

Hvis du har mange pynteting i reoler og vindueskarm, opfordrer vi til, at du støver dem af, når rengøringspersonalet alligevel er i din bolig, eller meget gerne som en aktivitet sammen med dine pårørende.

Det er ikke altid, at hjælpen til rengøring lever op til den enkeltes egen standart. Skulle det være tilfældet, håber vi, at vi gennem dialog kan løse dette.

### *Rengøringsartikler*

Du kan købe vores pakke med rengøringsartikler (se bilag 2), der omfatter spand, diverse rengøringsmidler, svamp, klude, toiletbørste og affaldsposer til køkkenaffald og affald fra badeværelse samt elpærer til nagelfast belysning.

Du skal selv sørge for støvsuger og støvsugerposer og redskab til gulvvask, begge dele skal have teleskopstang. Husk viskestykker.

Fravælger du rengøringsartikler, skal du selv sørge for alle rengøringsartikler som moppe og støvsuger, der skal have teleskopskaft. Desuden skal du sørge for karklude, viskestykker, støvsugerposer, moppespand, støveklude, affaldsposer osv.

### *Rengøringsmidler*

Dine rengøringsmidler og vaskemidler skal være miljøvenlige, og de skal være varedeklarerede på dansk og i original emballage. Af hensyn til både medarbejdere og miljø må der ikke anvendes midler, som indeholder klor, salmiakspiritus eller soda. De må heller ikke indeholde farve- og parfumestoffer. Du kan købe vores pakke med rengøringsmidler.

### *Tøjvask*

Du kan vaske dit tøj i vaskeriet, din kontaktperson vil instruere dig i brugen af vaskemaskinerne. Du skal ikke bruge egen sæbe, da der er sæbedoseringsanlæg på alle vaskemaskiner.

Har du behov, får du hjælp til tøjvask. Tøjet bliver maskinvasket så skånsomt som muligt. Dog bliver silke og uld vasket ved 30 grader og således ikke på særlige programmer for silke og uld. Ønsker du tøjet vasket på særlige programmer eller i hånden, må du eller dine pårørende selv vaske det. Strygning og rulning kan vi ikke tilbyde.

## **Praktiske oplysninger**

### **Aviser og blade**

Du kan fortsat abonnere på de ugeblade og aviser, som du plejer at læse.

## Beboer- og pårørenderåd

I Søndersøhave har vi et aktivt beboer- og pårørenderåd, hvis opgave det er at fungere som et forum for dialog mellem beboere og pårørende samt ledere og medarbejdere i tilrettelæggelse af de bedst mulige forhold for beboerne.

Se papiret om rådet.

## Behandlingstestamente

I et behandlingstestamente kan du fravælge livsforlængende behandling, herunder genoplivning ved hjertestop, i tre situationer:

- Hvis du ligger for døden, og behandlingen kun vil forlænge dit liv, men ikke vil betyde, at du får det bedre eller får lindret dine smerter.
- Hvis du er så svækket af sygdom, ulykke eller alder, at du aldrig igen kommer til at kunne tage vare på dig selv fysisk og mentalt.
- Hvis behandlingen kan betyde, at du overlever, men lægen vurderer, at de fysiske konsekvenser af sygdommen eller af selve behandlingen vil være meget alvorlige og lidelsesfulde.

Læs mere på [www.borger.dk](http://www.borger.dk), hvor du også kan oprette dit behandlingstestamente.

## Drikkevarer

Du får drikkevarer til alle måltider, hvis du vælger fuld forplejning. Om formiddagen er det saft, isvand eller juice, eftermiddag og aften er det kaffe, te og saft. Tidspunkterne kan variere.

Hvis du derudover ønsker fx øl, vin og sodavand, anbefaler vi, at du selv køber disse drikkevarer. De kan lægges på køl i dit eget køleskab.

## Forsikring

Plejeboligerne har ikke en fælles forsikring. Vi anbefaler som minimum en ansvarsforsikring. Dit indbo er kun forsikret mod fx brand og vandskade, hvis du tegner en indboforsikring.

Det er ofte muligt at få en rimelig forsikring, hvis du oplyser forsikrings-selskabet om, at du flytter i plejebolig.

## Hjælpemidler

Du skal medbringe de hjælpemidler, du har lånt af Gentofte Kommune.

## Læge

Vi anbefaler, at du vælger vores plejehjemslæge, som kommer her jævnligt og derfor kender beboerne og huset. Du kan også vælge at beholde din nuværende læge. Skift af læge sker inden for de normale bestemmelser.

## Medicin

Du vælger selv, hvilket apotek der skal levere din medicin. Vi har en aftale med Gentofte Apotek om levering. Du skal forinden udfylde en aftale om betaling via Betalingsservice. Se aftalen om betaling af medicin.

## Medielicens

Du betaler selv licens som i en privatbolig. Ved ægtefæller er en husstandslicens dækkende for begge, når den ene flytter i plejebolig. Du behøver ikke melde flytning, det sker automatisk.

## Nøgler

Ved indflytningen får du udleveret to styk nøglechip. De passer til indgangsdørene og til din egen bolig.

Har du behov for yderligere nøglechip, kan de købes for 50 kroner per styk. Du bestiller dem i administrationen, der ligger i stuen, indgang E og betaler via klientbetaling mobile-pay. Beløbet refunderes ikke ved fraflytning.

Vi opfordrer på det kraftigste til, at de to nærmeste pårørende har en nøglechip, da det kan forhindre uvedkommendes adgang til bygningen. Desuden er det en stor lettelse i personalets dagligdag, at de pårørende har egne nøglechip.

## Omsorgstandpleje

Har du nedsat førlighed eller andre vidtgående handicap, der gør det svært for dig at benytte eksisterende tandplejetilbud, kan du blive tilknyttet Omsorgstandplejen. Når du er tilmeldt, kommer tandlægen til dig, og du får tilskud til nogle af ydelserne.

Er du allerede tilmeldt Gentofte Kommunes Omsorgstandpleje, skal du huske at ændre adresse.

## Penge og værdigenstande

Se bilag 3 og bilag 5.

## Pulterrum

Søndersøhave kan ikke stille pulterrum til rådighed.

## Pårørende

Samarbejde med dine pårørende er en stor og uundværlig ressource for både dig og medarbejderne. Vi forventer, at samarbejdet med dine pårørende er aktivt og til glæde for alle parter, således at Søndersøhave både er et godt sted for dig at bo og leve samt et rart sted at komme for din familie og venner.

## Radio og tv

I fællesarealer er der tv med den største pakke fra YouSee. Der er indlagt kabel-tv i alle plejeboliger. I huslejen er indregnet grundpakken. Ønsker du anden pakke, skal du kontakte YouSee på telefon 70 70 40 40 eller skrive til [kundeservice@yousee.dk](mailto:kundeservice@yousee.dk). Prisen for anden pakke skal du betale direkte til YouSee. Ved indflytning skal du selv kontakte YouSee for at melde flytning.

## Rygning

Alle rygere, der flytter ind på Søndersøhave, screenes ved indflytningen for at fastslå, om det er fuldt forsvarligt at ryge uden opsyn.



Herefter laver vi i samarbejde med dig en plan, og nogle gange vil medarbejderne foreslå indkøb af hjælpemidler, der kan hæmme eller forhindre brand. Nogle af tingene skal du selv købe, andre ting kan du ansøge om at få bevilget af din sagsbehandler i kommunen.

Et tiltag i planen kan også være, at vi installerer et anlæg i din bolig, der reagerer hurtigt ved brand og slukker ilden ved at kvæle den med forskellige – ufarlige – luftarter.

### **Telefon**

Du kan medbringe din egen telefon og tilslutte den i boligen. Har du mobiltelefon, tager du den bare med. Du skal selv melde flytning af dit telefonnummer til telefonselskabet og betale udgiften til abonnement og telefonopkald.

### **Toiletartikler**

Du medbringer selv toiletartikler. Du kan også købe vores pakke, se bilag 4a.

### **Trafikforhold**

Buslinje 169 og 179 har stoppested på Ermelundsvej, lige ved Søndersøhave. Buslinjerne har forbindelse til henholdsvis Gentofte Station og Lyngby Station.

Den nærmeste togstation er Gentofte Station, hvortil der er ti minutters gang. Her er der togforbindelse mod København og Hillerød.

Søndersøhave har en handicap-P-plads, der kan benyttes med tilladelse. Parkeringsmulighederne på området er meget begrænsede. Vi anbefaler parkering på Ermelundsvej, Prins Valdemarsvej eller Smakkegårdsvej.

### **Vinduespudsning**

Vinduerne i din bolig bliver pudset fire gange om året, både indvendigt og udvendigt. Vinduespudsningen er en del af huslejen.

## Huskeliste

### Tilmeldinger til Betalingservice

Inden indflytning skal du huske at tilmelde følgende til Betalingservice:

- apotek
- forplejning og ydelser
- husleje.

### Meld flytning

Du skal selv melde flytning vedrørende fx:

- abonnementer
- aviser og blade
- Folkeregistret
- forsikringer
- internet
- medlemskaber af foreninger
- Omsorgstandplejen
- telefon.

### Medbring

Ved indflytning skal du medbringe:

- sygesikringsbevis
- navne, adresser og telefonnumre på dine pårørende med markering af, hvilke af dine pårørende vi kan kontakte. Se oplysningsskemaet.
- dyner og puder, gerne 2 sæt, vaskbare
- hjælpemidler
- negleklipper (3-i-1, stor)
- støvsuger
- redskab til gulvvask
- termometer (helst øretermometer).