

Velkommen til Søndersøhave

✧ Tillæg til pjecerne "Velkommen i din nye plejebolig på plejehjem" og "Når du flytter på plejehjem".



Disse sider er et tillæg til pjecerne om plejeboliger i Gentofte. I pjecerne står alt det generelle om at flytte på plejehjem.

Her er de specifikke informationer for Rygårdcentret. Gem dem gerne, så du kan finde praktiske oplysninger, telefonnumre osv.

Vi glæder os til at lære dig at kende, og vi ønsker at skabe et godt samarbejde med dig og dine pårørende, og derfor er du altid velkommen til at kontakte os.

Venlig hilsen

Hanne-Lene Hedegaard, forstander

Søndersøhave

Søndersøvej 41 A-E, 2820 Gentofte

Telefonnr.: hele døgnet 39 98 76 55

Forstanders telefonnr.: 24 66 42 80

Hovedmail: sondersohave@gentofte.dk

Forstandermail: hhl@gentofte.dk

Hjemmeside: soendersoehave.gentofte.dk

Der er i alt 69 boliger, fordelt på 4 teams. 24 af boligerne er egnet til ægtepar. Boligerne er på henholdsvis cirka 48 kvadratmeter og 53 kvadratmeter.

Boligerne er forskelligt indrettet med møblerbar entré, lys stue med lille tekøkken og køleskab samt soveværelse med indbyggede skabe. Boligerne har enten vinduer mod øst eller syd. 11 af boligerne er store et rums boliger med bad og tekøkken.

Badeværelset er stort og indrettet til brug for beboere med kørestol og behov for hjælp. I nogle boliger er badeværelset uden vindue. 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. Rundt om i huset er der små fællesarealer, hvor man kan sidde alene eller sammen med andre beboere, og vi har to tv-stuer.

Praktiske oplysninger – alfabetisk

Administrationen

Administrationen ligger i indgang E og har åbent mandag-torsdag kl. 8-15 og fredag kl. 8-14. Administrationen kontaktes på hovednummeret.

Beboer- og pårørenderåd

På Søndersøhave har vi et valgt beboere- og pårørenderåd. Rådets opgave 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.

Der afholdes valg til beboer - og pårørenderådet i alle lige år, inden udgangen af 1. kvartal. Rådet består af beboere, pårørende, medarbejderrepræsentanter og ledere. Referat fra møderne omdeles til alle beboere.

Har du punkter, som du ønsker behandlet på møderne, kan du skrive til beboer- og pårørenderådet, eller du skriver til sonderso-have@gentofte.dk

Navne på rådets medlemmer og suppleanter fremgår på hjemmesiden, hvor senest referat af møde kan tilgås. Oversigten over medlemmer kan også ses på opslagstavlen i hver afdeling.

Hvis du er interesseret i at deltage i rådets arbejde, kontakt venligst afdelingslederen i afdelingen eller ret henvendelse til forstanderen.

Frivillige

Som frivillig er du en ekstra hånd og det friske pust i vores hverdag. Som frivillig overtager du **ALDRIG** personalets arbejde.

Selvom arbejdet er ulønnet, skal både beboeren, den frivillige og plejepersonalet vide, at de kan regne med hinanden, vi har derfor nogle enkelte forventninger til det at arbejde som frivillig, herunder: Du overholder aftaler og melder fra, hvis du bliver forhindret i et aftalt besøg.

Som frivillig kan du f.eks. bidrage med:

Lettere havearbejde, så som lugning, plukker blomster, frugter og bær.

Deltage i udflugter, køre minibussen samt andet samvær og nærvær.

Fodpleje

Vi har tilknyttet en selvstændig fodplejer, som har lokale på Søndersøvej 41 E i stuen. Du kan aftale tid på telefon 42 50 85 85. Afregning sker via mobilepay eller bankoverførsel. Du kan også vælge en anden fodplejer uden for huset.

Frisør

Vi har tilknyttet en selvstændig frisør, som har lokale på Søndersøvej 41 E i stuen. Du kan aftale tid på telefon 26 37 74 72. Afregning sker via mobilepay eller bankoverførsel. Du kan også vælge en anden frisør uden for huset.

Gudstjeneste

Der er gudstjeneste den sidste onsdag i måneden, og det foregår i Kultursalen i underetagen. Præsterne fra Jægersborg Kirke forretter gudstjenesten. Tidspunktet for gudstjenesten kan du se i kulturkalenderen på.

Julegudstjenesten afholder Søndersøhave efter aftale med præsten.

Ønsker du at tale med en præst uden for gudstjenesten, kan personalet formidle kontakten.

Måltider

Vi tilbereder selv morgenmad, frokost og mellemmåltider, på den måde kommer der også til at dufte af mad i huset, og det skaber en hjemlig atmosfære.

Søndersøhave følger Sundhedsstyrelsens anbefalinger om kost. Vi følger hver enkelt beboers ernæringstilstand nøje, da ernæringstilstanden har stor indflydelse på livskvaliteten.

Tager du på besøg eller på ferie, skal vi have besked fem hverdage før, så vi kan afbestille maden, så du ikke skal betale for den, mens du er på ferie.

Vi opfordrer til, at du spiser sammen med de andre beboere med henblik på sociale samvær. Vi lægger vægt på den gode stemning, veldækkede borde, genkendelige pladser og tid og ro til at få et livsbekræftende fællesskab. Ved alle måltider deltager en eller flere medarbejdere som måltidsvært og yder hjælp ved behov.

Som udgangspunkt spiser vi cirka på disse tidspunkter, men det kan også aftales individuelt:

Morgenmad:	kl. 08:00
Frokost:	kl. 12.00
Eftermiddagskaffe:	kl. 14.00
Aftensmad:	kl. 18.00
Aftenkaffe:	kl. 20.00

Menuplanen omdeles og menuen bliver præsenteret, før måltidet begynder. Er du i tvivl, spørg da gerne en medarbejder.

Du kan - efter aftale med afdelingslederne og mod betaling – invitere dine gæster til spisning i egen bolig eller sammen med de øvrige beboere. Vil du være sikker på, der er en portion til din gæst, så bestil helst fire hverdage i forvejen.

Nøgler

Ved indflytningen får du udleveret 3 nøglechips. Vi opfordrer på det kraftigste til, at dine to nærmeste pårørende har en nøglechip.

Indgangsdørene bliver låst kl. 15.00 hver dag, for at hindre uvedkommendes adgang til bygningerne. Desuden er det en stor lettelse

i personalets dagligdag, at de nærmeste pårørende har egne nøglechip.

Storskrald og affald

Søndersøhave er med i Gentofte Kommunes sorterings- og genbrugsordning. Genbrugsbeholdere til plastic, glas, metal, papir og pap finder du i kælderen.

Søndersøhave er ikke omfattet af Gentofte Kommunes storskraldsordning. Derfor skal du eller dine pårørende selv sørge for at aflevere eventuelt storskrald på genbrugspladsen i Gentofte.

Trafikforhold

Buslinje 172 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.

Parkeringsmuligheder på området er meget begrænset.

Tøj – vask og mærkning

Dit tøj bliver vasket i afdelingens vaskeri. Silke og uld bliver vasket ved 30 grader og således ikke på særlige programmer for silke og uld. Ønsker du tøj vasket på særlige programmer eller i hånden, må du eller dine pårørende selv vaske det. Strygning og rulning kan vi ikke tilbyde.

Vi gør os altid umage, når vi vasker dit tøj, men der kan ske fejl såsom fejlsortering eller forbytning. Hvis dit tøj skulle blive ødelagt eller forsvinde, når vi vasker det for dig, skal tabet vurderes af det forsikringsselskab, som Gentofte Kommune samarbejder med, med henblik på fastsættelse af eventuel erstatning.

Vi opfordrer til, at du eller dine pårørende selv vasker det tøj, som er af særlig betydning for dig.

Hverdagen

Alle beboere får en kontaktperson, der primært er ansvarlig for de generelle forhold omkring beboeren.

Normalt er kontaktpersonen en medarbejder i dagvagt eller aftenvagt.

Kontaktpersonen har ind i mellem fridage og ferie og er derfor ikke på arbejdet alle dage. Ind i mellem bytter vi rundt på kontaktpersonerne, og når det sker, skal du nok blive orienteret om det.

Vi holder af hverdagen, som Dan Turèll synger om i sangen 'Hyldest til hverdagen'. En god hverdag, hvor du holder dig aktiv, betyder meget for din trivsel.

I de første par måneder skal du vænne dig til et nyt sted og nye omgivelser. Derfor vil vi gerne i dialog med dig og eventuelt også med dine pårørende om, hvordan vi kan hjælpes ad med at skabe en god overgang og en god hverdag. Du har sikker mange spørgsmål, og du skal endelig bare undre dig og spørge løs.

Vi lægger stor vægt på, at beboerne har socialt samvær, og håber på gode nye relationer og et godt naboskab.

Samarbejde med pårørende er en stor og uundværlig resurse for beboerne. Vi forventer, at samarbejdet med pårørende er aktivt og til glæde for alle parter, således at Sønderøhave både er et godt sted at være beboer og et rart sted at komme for din familie og venner.

Pårørende er meget velkomne til at deltage både i dagligdagens samvær og nærvær og lejlighedsvis kulturelle tilbud og ture ud af huset.

Aktiviteter og kulturelle tilbud

I løbet af ugen er der forskellige tilbud, som du er velkommen til at deltage i.

De forskellige tilbud om samvær og nærvær foregår rundt i de forskellige afdelinger og kan fx være:

- musik
- quiz
- banko
- gymnastik
- film
- oplæsning
- kortspil
- petanque
- samtalegrupper
- dialogfrokost

Søndersøhave har også en minibus, som kører ture ud af huset ud i det blå.

Derudover er der i stueetagen et træningsrum med forskellige træningsredskaber, som kan benyttes ved selv at træne eller sammen med en ekstern fysioterapeut eller andre.

Vi tilbyder stolegymnastik en til to gange om ugen. Desuden har vi en rehabilitering tilgang til et aktivt hverdagsliv med beboere, der ikke længere har så let ved at klare de daglige gøremål selv.

Målet er, at beboerne genvinder eller fastholder deres fysiske funktionsniveau bedst muligt.

Fester og arrangementer

Søndersøhave afholder højtidsbestemte frokoster, såsom påskefrokost og julefrokost, der er forbeholdt beboerne.

Til sommerfest, efterårsfest og 1. søndag i adventshygge, er pårørende meget velkomne til at deltage, når vi inviterer hertil. Egenbetaling for pårørende kan forekomme.

Udeliv

Frisk luft styrker immunforsvaret og øger dit velvære. Derfor opfordrer vi til, at du sammen med dine pårørende og de øvrige beboere kommer udenfor.

Du kan fx gå en tur med nogle af de andre beboere. Der er gangstier hele vejen rundt om Rygårdcentret, og på ruten er der flere bænke. Du kan eventuelt låne en kørestol.

Gentofte Kommune
Bernstorffsvej 161
2920 Charlottenlund

Gentofte.dk