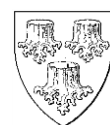


Velkommen på Lyngehus Plejecenter 2022



Informationspjece for dig og dine pårørende



Velkommen

På Lyngehus ønsker vi at være *et godt sted at bo, at besøge og at arbejde*.

Hos os tilstræber vi, at du som beboer fortsat kan leve et meningsfyldt og aktivt liv, og at du oplever at blive hørt og inddraget i forskellige beslutninger.

Vi byder dig og dine pårørende hjerteligt velkommen og inviterer jer til en åben dialog og et tæt samarbejde.

Indflytning

Når du flytter ind på Plejecenter Lyngehus, vil du og dine pårørende modtage mere information om huset. Du vil ligeledes modtage invitation til en indflytningssamtale og få et skema, hvor du og dine pårørende kan skrive lidt om din livshistorie. Oplysningerne er vigtige for vores arbejde med at give dig den individuelle pleje og omsorg, du har brug for. Hvis du ønsker det, er dine pårørende meget velkomne til at deltage i indflytningssamtalen. Samtalen er en gensidig dialog om forventninger og har fokus på at få klarlagt hvilken pleje og omsorg, du har brug for. Ved samtalen vil personalet fortælle om dagligdagen, tilbud om aktiviteter mm.

Serviceaftale

Serviceaftalen er en aftale mellem dig og Allerød Kommune om de ydelser, du modtager og betaler for, når du bor på plejecentret. Betalingen for ydelserne sker ved træk bagud i din pensionsudbetaling. Det betyder, at der går to måneder fra du modtager ydelserne, til de trækkes i pensionen. Serviceaftalen skal underskrives hurtigst muligt og afleveres til personalet.

På servicepakkeskemaet vælger du, om du vil tilmeldes måltiderne. Kun, hvis du selv kan varetage indkøb til - og forberedelse af alle dine måltider, kan du fravælge måltiderne. Herudover kan du vælge, om du ønsker at få vasket dit personlige tøj, om du vil tilmeldes linnedpakken og om du ønsker rengøringsartikler, toiletpapir og vinduespudsning.

Din underskrift er en fuldmagt, der giver kommunen ret til at anmode Udbetaling Danmark om at trække i din pensionsudbetaling til dækning af ovennævnte tilvalg. Hvis du ikke modtager pension, vil du i stedet få tilsendt en faktura på beløbet.

Husleje og licens



Huslejen opkræves af boligselskabet og består af et beløb i forhold til boligens størrelse. Hertil kommer udgifter til varme, vand, el og antennebidrag.

Der er mulighed for at søge om forskellige former for tilskud og nedsættelse af betaling. Du kan læse mere og søge boligstøtte på www.borger.dk.

Kan du ikke søge digitalt, kan du få hjælp ved at henvende dig til Borgerservice på Allerød Rådhus.

Fra 1. januar 2022 betaler du til public service gennem din skat. Beløbet bliver reguleret automatisk, og du skal ikke foretage dig noget.

Har du spørgsmål til betaling af medielicens, kan du besøge Kulturministeriets hjemmeside: <https://kum.dk/kulturomraader/medier/mere-om-mediemarkedet>

Du kan få mediecheck, hvis du er folkepensionist eller førtidspensionist (tilkendt før 2003) og har en personlig tillægsprocent på 100.

Hvis du har spørgsmål om mediechecken, kan du kontakte Udbetaling Danmark, Pension på 70 12 80 61.

Nøgler

Før du kan flytte ind, indkalder boligselskabet dig og/eller dine pårørende til en besigtigelse af din nye lejlighed. Boligselskabet udleverer ved besigtigelsen nøgler til boligen dig og/eller dine pårørende.

Når hoveddøren er låst om aftenen og natten, kan evt. gæster kontakte husets Døgntelefon – se telefonnummer bagerst i pjecen - eller de kan benytte ringeklokken for at komme i kontakt med personalet.

Post

Du skal huske at skifte folkeregisteradresse - samt at skifte din postadresse senest 5 dage efter indflytning, så du fremover modtager din post på plejecentret. Hvis du ikke selv er i stand til det, skal dine pårørende såvidt muligt sørge for jævnligt at tømme din postkasse og gennemgå din post.

Er du tilmeldt digital post, skal du selv eller dine pårørende varetage dette.

Hvis du ikke er i stand til at tjekke den digitale postkasse, skal du kontakte Borgerservice på Allerød Rådhus for at blive fritaget for digital post. Du vil så fremadrettet modtage din post fra det offentlige i brevform.

Besøg



Vi har ikke besøgstider på Lyngehus. Dine pårørende er derfor altid velkomne til at besøge dig i din bolig.

Vi henstiller dog til at dine gæster viser hensyn til din døgnrytme - og til de øvrige beboere.

For at du i ro og mag kan komme op og i gang med dagen, opfordrer vi til, at besøg ikke lægges for tidligt om morgenen. Det samme gælder for besøg ud på aftenen, hvor du er på vej i seng.

Det er vigtigt for os at undgå for meget uro omkring måltiderne i spisestuen, og derfor bedes et evt. besøg omkring spisetid foregå i din egen bolig.

Det er ikke muligt for dig at holde husdyr i din bolig, men dine gæster er velkomne til at medbringe deres hund, når de er på besøg, såfremt hunden er omgængelig og rolig. Hunden skal altid holdes i snor på fællesarealerne

Vi opfordrer til, at du vælger en pårørende fra familien, som kan være personalets primære kontaktpårørende.

Du vil allerede fra indflytningdagen få tildelt en forløbsansvarlig sygeplejerske samt en fast kontaktperson fra plejegruppen, som vil være dem, der kender dig og dine pårørende bedst. Disse medarbejdere vil bl.a. deltage i indflytningssamtale mm. Andre medarbejdere samt vores elever og studerende vil dog også hjælpe dig i hverdagen.

Du og dine pårørende kan altid trygt henvende jer til personalet. Ved større ændringer i din helbredstilstand eller i din medicin kontakter vi, efter forudgående aftale med dig, din kontaktpårørende.

Når du skal ud af huset

Har du behov for ledsagelse til lægebesøg, tandlæge eller ambulans hospitalsbesøg, skal du i videst muligt omfang aftale dette med dine pårørende, da personalet som udgangspunkt ikke har ressourcer til at hjælpe med denne

opgave. Har du ingen pårørende, vil personalet naturligvis prioritere at give dig den nødvendige hjælp.

Indretning af boligen



Før du selv flytter ind i din nye bolig, skal du og dine pårørende sørge for at få dine møbler bragt til plejecentret og få indrettet lejligheden, så den er rar for dig at flytte ind i. I skal selv stå for udpakning, placering af møbler samt ophængning af gardiner, billeder og lamper. Vi anbefaler mørklægningsgardiner.

For at forebygge at du falder, bør du undgå løse tæpper og løse ledninger på gulvet. Dine møbler skal placeres, så du er i stand til at komme rundt, og så der er plads til evt. hjælpemidler og til det personale, der skal hjælpe dig.

Du kan ikke medbringe din egen seng, når du flytter i plejebolig, idet der allerede står en seng med hæve/sænkefunktion klar til dig i din nye bolig.

Det er vigtigt, at der er et godt lys i din bolig, så personalet kan hjælpe dig ordentligt. Ved indflytning kan vi vejlede dig og dine pårørende i køb af lamper. Du eller dine pårørende skal selv købe og udskifte pærer i dine egne lamper.

Det skal du selv medbringe/anskaffe

- Møbler undtaget seng, billeder mm.
- Vaskbare dyner og hovedpuder gerne 2 stk.af hver, så vi kan skifte og vaske ved behov. Evt. også et sengetæppe og lidt pyntepuder.
- Toiletartikler og hudplejeprodukter.
- Skridsikker bademåtte, badeforhæng,
- Tøj, overtøj og fodtøj. For at begrænse den tid personalet bruger på tøjvask, opfordrer vi til, at du har tøj nok til mindst en uge.
- Hvis du har hjælpemidler, skal du medbringe dem ved indflytning. Hvis du får behov for andre/nye hjælpemidler, kan du tale med personalet om det.

Mad og måltider



På Lyngehus har vi en stor, hyggelig spisestue, hvor du kan vælge at spise alle dine måltider i fællesskab med andre af husets beboere. Her dufter ofte dejligt af mad, og her er personale fra tidlig morgen til midt på aftenen.

Plejecentret tilbyder en sund og varieret døgnforplejning og serverer som udgangspunkt tre hovedmåltider og tre

mellemmåltider samt drikkevarer hver dag. Hvis du har særlige kostbehov tilrettelægger sygeplejerskerne, evt. i samarbejde med kommunens kostkonsulent, en individuel kostplan til dig.

Køkkenpersonalet planlægger menuen med udgangspunkt i beboernes ønsker og behov. Noget mad produceres i vores eget køkken, mens dele af maden leveres af 'MAD til hver DAG', og færdigtilberedes herefter i køkkenet.

På Lyngehus prioriterer vi højt, at alle højtider fejres med de måltider, der "hører sig til". Her laves derfor eksempelvis både Skt. Hans mad på grill, påskefrokost, julemiddag, fødselsdagslagkager osv.

Du er velkommen til selv at indkøbe supplerende varer, og opbevare dem i køleskabet din bolig.

Dine pårørende er velkomne til at spise med

Der er mulighed for, at dine pårørende kan spise med. Tilmelding skal ske til personalet mindst tre uger før, så vi kan nå at bestille ekstra mad.

Er I flere end 2, henstiller vi til, at I spiser i din egen bolig.

Ved arrangementer og højtider kan der være andre tilmeldingsfrister.

Personalet sørger for i god tid at informere dig og dine pårørende om dette.

Betaling for gæstemad sker via træk i din pensionsudbetaling, og du skal give tilladelse til dette ved indflytning på serviceskemaet.

Skal du holde et lidt større arrangement er der mulighed for, at du kan låne et lokale på Lyngehus, hvor der også er et lille køkken. Du og dine pårørende skal selv stå for arrangementet og efterlade lokalet, som I modtog det.

Hverdagsrehabilitering



Personalet vil, på baggrund af deres faglige viden og erfaring støtte dig i at fastholde de ting, du selv kan. Vi arbejder nemlig ud fra en hverdagsrehabiliterende tilgang med afsæt i, at vi tror på, at det giver dig livskvalitet at opleve, at du har selvbestemmelse, frihed i - og indflydelse på din hverdag. Det er derfor vigtigt, at du opretholder de aktiviteter, der gør hverdagen meningsfuld for dig.

Hverdagsrehabilitering har til formål at styrke din evne til at klare dig selv bedst muligt i din hverdag.

Aktiviteter på Lyngehus



På Lyngehus forsøger vi kontinuerligt at skabe rammer, der gør det muligt for beboerne at leve et "fuldt" liv. Ud over at tilbyde pleje, omsorg, mad og drikke, ønsker vi også at kunne tilbyde beboerne socialt samvær samt større eller mindre aktiviteter i hverdagen. Som ovenfor beskrevet er vores spisestue samlingspunkt for beboerne. Her vil der hver dag være tilbud såsom sang og musik, stolegymnastik, kreative sysler, gudstjeneste, spil, højtlesning, filmeftermiddage mm. – eller det kan være besøg af udefrakommende underholdning til vores lidt større arrangementer. I 2022 har vi i juni måned afholdt både "Royal Run" og "Tour de Lyngehus". Disse to store arrangementer var en kæmpe succes, så vi håber, at kunne gøre dette til en tradition.

På Lyngehus har vi ydermere en klippekortsmedarbejder, der tilbyder individuel aktivitet for den enkelte beboer 45 minutter hver 2. uge.

Din bolig som arbejdsplads



Når du bor på plejecenter, er din bolig både et hjem og en arbejdsplads. Derfor foretager vi en arbejdspladsvurdering (APV) af boligen, når du har indrettet dig. Formålet er at vurdere personalets arbejdsforhold, og det kan være nødvendigt efterfølgende at foretage justeringer i indretningen. Det vil altid ske i samråd med dig. Du må ryge i din egen bolig, men minimum en halv time inden personalet kommer, og så længe

der er personale i boligen, må du ikke ryge inden døre. Hvis du ryger, skal du huske at lufte ud, inden personalet har opgaver i boligen.

Vi henstiller til, at pårørende ikke ryger, når de er på besøg.

Personalet kan, i samarbejde med din egen læge, hjælpe dig med et rygestop, hvis du ønsker dette. Hvis du ryger, opfordrer vi til at du, for din egen og andres sikkerheds skyld, køber og benytter såkaldte rygeforklæder, der er brandhæmmende. Vi har ligeledes indkøbt imprægneringsvæske, vi kan sprøjte på dine møbler mm.

Rengøring og vask



Rengøring af hele din bolig foregår som udgangspunkt hver anden uge. Den modsatte uge ordnes kun toilettet.

Hvis du tilmelder dig grund- og linnedpakken, sørger plejecentret for rent linned samt alle indkøb af rengøringsmidler, toiletpapir mm. til dig. Personalet hjælper dig med at vaske dit private tøj via det vaskekort, du får udleveret ved indflytning. Vi fraråder, at du har tøj med uld eller silke i.

Linned leveres og vaskes af et eksternt firma.

Forsikring og opbevaring af værdier og kontanter

Allerød Kommune har ikke en forsikring, der dækker dit indbo. Derfor skal du selv tegne en indboforsikring. Vi anbefaler, at du opbevarer dine værdier i en værdiboks og derved undgår for mange værdigenstande i boligen og for mange kontanter i pungen.

Medicin, læge og tandlæge



Personalet hjælper dig med at dosere og tage din lægeordinerede medicin. I samråd med din egen læge vurderer personalet, om der kan bestilles dosispakket medicin fra apoteket.

Inden indflytning, skal du oprette en betalingsordning på apoteket (over PBS) til betaling af din medicinregning. Ved akut behov for afhentning af medicin på apotek, kontakter vi dine pårørende, ellers foregår dette for din egen regning. Vi samarbejder med Farum Apotek.

Du kan beholde din nuværende læge, når du flytter i plejebolig. Hvis du har læge i en anden kommune, anbefaler vi, at du vælger en læge i Allerød Kommune. Lægerne på Lyng Bytorv er tilknyttet Lyngehus som vores faste Plejecenterlæger, og du kan med fordel vælge dette lægehus, idet de fast kommer på Lyngehus, og vi har et tæt samarbejde med dem.

Ønsker du at skifte læge i forbindelse med indflytning, er det gratis at modtage et nyt sygesikringskort. Du skifter læge via [Borger.dk](https://borger.dk).

Det er muligt at blive visiteret til omsorgstandpleje, hvis du ikke er i stand til at komme til egen tandlæge. Personalet kan fortælle mere om dette.

Beboer- og pårørende samarbejde

I Allerød Kommune prioriterer vi en god dialog mellem beboere, pårørende og personale omkring livet på plejecenter samt ældreområdet generelt.

Beboere, pårørende og ledelsen på Lyngehus har i foråret 2022 sammen besluttet, at vi to gange årligt mødes til stormøder, hvor alle beboere og pårørende er inviteret til orientering og drøftelser. Herudover mødes ledelsen hvert kvartal med beboerne og drøfter de nære ting – fx aktivitetstilbud, mad osv.

Ud over de officielle samarbejds møder, står ledelsen på Lyngehus i hverdagen altid klar til større eller mindre individuelle samtaler, såfremt du som beboer – eller dine pårørende har behov for et sådan møde.

Kontaktoplysninger

Plejecenter Lyngehus

Hillerødvej 48A, 3540 Lyngby

Døgntelefon: 20 69 05 60

Plejecenterleder Tina Rantzau: Tlf. 30 30 32 25 E-mail: tirc@alleroed.dk

Souschef Kenneth Green: Tlf. 23 35 06 28 E-mail: kegr@alleroed.dk

Sygeplejerske Tina Thejlmann: Tlf. 21 26 95 69 E-mail: tigt@alleroed.dk

Sygeplejerske Lisbeth Balken: Tlf. 21 29 25 36 E-mail: lisb@alleroed.dk

Sygeplejerske Ann Friis Olsen: Tlf. 21 29 26 80 E-mail: anfo@alleroed.dk

Sygeplejerske Laura Madsen: Tlf. 21 28 61 79 E-mail: lnlm@alleroed.dk
(Starter den 1/9-22)

Sygeplejerske Lea Ritz Jensen: Tlf. 21 27 96 16 E-mail: ldrj@alleroed.dk (Barsel)

Vi håber, du bliver glad for din nye bolig.

