

Velkomstpjece
til beboere og pårørende

Flintholm Plejeboliger



Elga Olgas Vej 5 · 2000 Frederiksberg

Find os på www.plejhjemsoversigten.dk

FREDEKRSBERG
KOMMUNE



Opdateret: 23-12-2024

INDHOLD

Bygningen - fællesskabet i centrum	4
Personalet og vores værdier	5
Din bolig - sådan ser den ud	6
Din bolig - plantegning og husleje	7
Prisliste - serviceydelser du betaler for	8
Vask af egen beklædning og linned-pakke.....	9
Din bolig - gode råd til indretning	10
Indflytning - praktiske ting jeg skal gøre	11
Du har indflydelse	12
Aktiviteter, Klippekort og fysisk træning	13
Pårørende - hvad kan jeg hjælpe med.....	14
Praktiske oplysninger.....	15
Når vi skal tage afsked med dig.....	16

TELEFONLISTE

Flintholm Plejeboliger (DAB boligafdeling 9705)

DAB Ejendomsadministration

Finsensvej 33 · 2000 Frederiksberg (huslejobetaling, lejekontrakt m.v.)..... 77 32 00 00

Flintholm Plejeboliger

Elga Olgas Vej 5 · 2000 Frederiksberg · e-mail: [flintholm \(snabela\) frederiksberg .dk](mailto:flintholm@snabela.frederiksberg.dk)

Kontakt personalet:

Administration og lommepenge (man, tir og tor, fre kl. 10-13).....	38 21 56 50
Plejepersonale, 1. og 2. sal (ikke akut kontakt gerne kl. 13-14).....	28 98 56 50
Plejepersonale, 3. og 4. sal (ikke akut kontakt gerne kl. 13-14).....	28 98 20 96

Kontakt ledelsen:

Afdelingsleder, beboere på 1. - 2. sal.....	28 98 20 95
Afdelingsleder, beboere på 3. - 4. sal.....	28 98 02 05
Forstander	28 98 03 17

VELKOMMEN TIL DIT NYE HJEM

Kære nye beboer

Hjertelig velkommen til Flintholm Plejeboliger.

Vi håber, du falder godt til i dit nye hjem, og at dine gæster vil opleve, at det er rart at komme på besøg hos dig.

I denne pjece får du svar på nogle af de spørgsmål, der naturligt dukker op, når du er blevet tilbudt en plejebolig. Du skal være klar til at flytte ind indenfor få dage, da boligen ellers skal tilbydes en anden med behov for pleje fra ventelisten.

Vi vil gerne vise dig og dine pårørende dit nye hjem, inden du flytter ind. Ring og aftal tid for et besøg og en snak med personalet.

Alle medarbejdere vil gøre sit bedste for, at du får hjælp og omsorg til at klare de ting i hverdagen, som du ikke længere selv kan, eller måske blot behøver lidt hjælp og støtte til.

Det er vores mål, at din livskvalitet kan bevares. Vi forventer, at du og dine pårørende deltager aktivt omkring de aktiviteter og gøremål, som relaterer sig til dig og dit nye hjem. Vi glæder os til et godt samarbejde.

De bedste hilsner

Personalet på Flintholm Plejeboliger



FÆLLESSKABET I CENTRUM

Flintholm Plejeboliger er bygget år 2007 som en 5-etagers ellipseformet bygning midt i den grønne Flintholm byhave tæt ved Flintholm station og metro. Bygningens mange fællesterrasser og solrige have indbyder til en hyggelig stund eller gåtur.



Hver boligetage har 12-13 boliger med tilknyttet plejepersonale. Fra din hoveddør træder du ud i et ellipseformet fællesareal, der inviterer til fællesskab og består af afslappende siddegrupper, spisepladser, aktivitets- og tv-afsnit. Boligerne er fra 65-85 m² inkl. andel af fællesareal.

På de fire øverste etager er der 50 lyse og handicapvenlige 2-rums plejeboliger med stue/ thekøkken, soveværelse og stort badeværelse med gulvvarme. Bygningens stueetage indeholder ud over hovedindgang og adgang til byhaven, festsal, fysioterapi, frisør og personalefaciliteter.



KVALITETSSTANDARD

Flintholm Plejeboliger følger Frederiksberg Kommunes kvalitetsstandarder på ældreområdet ud fra det budget og personaleressourcer kommunalpolitikerne tildeler os. Vi har personalekompetencer der også tilgodeser beboere med demens og/eller et alkoholforbrug.



Der udføres uanmeldte tilsyn af kommunen, styrelsen for patientsikkerhed og fødevarestyrelsen. Tilsynsrapporter offentliggøres på vores hjemmeside.

VÆRDIGRUNDLAG FOR FLINTHOLM PLEJEBOLIGER

Flintholm Plejeboliger er et hus, der mestrer beboernes forskellighed. Rehabilitering og vedligeholdelse af dine fysiske og kognitive funktioner tænker vi ind i dagligdagens gøremål. Det gode liv skal leves uanset dine ressourcer.



PERSONALE

For at sikre dig den størst mulige livskvalitet, hjælp og støtte i hverdagen, har vi personale med sundheds- og plejefaglige kompetencer i form social- og sundhedsassistenter og -hjælpere samt sygeplejersker og pædagoger. Din fysiske træning sker sammen med vores fysioterapeut.

Antal personaler på vagt er forskellig over døgnet og ugen. Fremmødet er størst på hverdage frem til kl.14, hvor vi håndterer ikke akut kontakt til læge og hospital. Telefonopkald fra pårørende af ikke akut karakter er bedst på hverdage mellem kl. 13-14 eller via e-mail til [flintholm\(snabela\)frederiksberg.dk](mailto:flintholm(snabela)frederiksberg.dk).

Plejepersonalet er organiseret i to teams, der hjælper beboere på enten 1. og 2. sal eller 3. og 4. sal. Hvert team ledes af en afdelingsleder, der kvalitetssikrer den pleje og omsorg, som personalet yder til beboerne. Ejendommens bygningsdrift ledes af en teknisk serviceleder. Forstanderen er plejecentrets øverste ansvarlige.

FORTÆL DIN LIVSHISTORIE VED INDFLYTNING

Vi vil gerne lære dig at kende og få de bedste forudsætninger for at hjælpe dig. Derfor beder vi dine pårørende og dig om at skrive din livshistorie og daglige vaner. Er du hukommelsessvækket, er genkendelighed, musik og minder særlig vigtigt. I din bolig kan du hænge en liste med dine yndlings musiknumre og aktiviteter.

PLEJEPLAN OG BEHANDLINGSTESTAMENTE

Vi udarbejder en individuel plejeplan, der indeholder information om den samlede pleje- og omsorgsindsats, du har brug for. Fortæl os, hvis du har udfyldt et vejledende plejetestamente på www.borger.dk.

Du kan også udfylde et behandlingstestamente på ww.borger.dk, som sikrer at læger følger dine ønsker til behandling, hvis du ikke selv er i stand til at give besked. Du kan her tage stilling til, om du vil fravælge livsforlængende behandling og genoplivning ved hjertestop. Hvis du ikke har registreret dine ønsker, vil lægerne som udgangspunkt gøre, hvad de kan for at holde dig i live.

DIN PLEJEBOLIG

Takker du ja til en tilbudt plejebolig, skal du flytte ind indenfor en uge. Du lejer boligen af boligselskabet "Frederiksberg Kommunes Almene Boliger". Du kan søge om boligstøtte hos Udbetaling Danmark. Husleje, vand, tv-grundpakke og varme opkræves af DAB Ejendomsadministration. Vi tilmelder dig til elselskabet. Du skal selv oprette evt. telefon, internet og stor tv-pakke hos YouSee.



Vedligeholdelse og rengøring

Faste installationer som wc, vandhaner, køleskab og plejeseng vedligeholder boligselskabets servicepersonale. Du er selv ansvarlig for indvendig vedligeholdelse og brugen af din bolig. Du betaler til ejendommens drift over huslejen, og du må forvente, at boligen evt. ikke er nymalet ved indflytning. Vi leverer rengøring af din bolig efter kommunens kvalitetsstandard, som i udgangspunktet er hver 3. uge. Ønsker du et højere serviceniveau, kan du hos en privat leverandør tilkøbe ekstra rengøring.

Indflytning og indretning

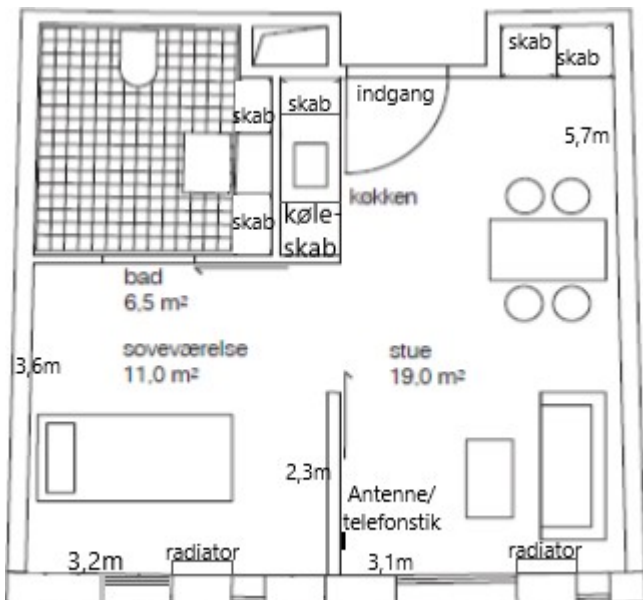
Du pakker selv flyttekasser ud og indretter din bolig med møbler, billeder og lamper. Har du behov for hjælp, afholder du udgifterne hertil. Du skal sikre god belysning i boligen og plads omkring plejesengen af hensyn til plejepersonalet. Lamper ophængt i loftet under skinne-systemet til loftlifte må max. være 11 cm høje. Der er opsat 2 loftslamper og gardiner i boligen. Undgå løse tæpper og søm ledninger fast til fodpanelet, så du minimerer faldulykker.

I loftet er opsat røgalarmer og vand-sprinklere, der åbner automatisk ved brand. Rør dem ikke. Du må ikke uden DAB's skriftlige tilladelse og krav om installation af emhætte opsætte brødrister, ovn, microovn eller kogeplade i boligen, da opvarmning af fødevarer udvikler røg, der udløser røgalarmer. Udløser du en røgalarm, vil brandvæsenet automatisk rykke ud. Du må ikke tænde levende stearinlys. Udgifter til udrykning kan pålægges lejer jf. DAB's ordensreglement. Er du ryger skal du opsætte en elektrisk luftrenser, så personalet ikke udsættes for passiv rygning i din bolig.

Du skal medbringe:

- Møbler, personlige minder, billeder, musik og bøger
- Dyne og pude af syntetisk materiale der tåler tørretumbler
- Tøj til alle årstider (tøj til mindst 14 dages brug ved daglig tøjskift)
- Elektrisk luftrenser, hvis du er ryger





BOLIGERNES BELIGGENHED

SOLO-BOLIG (I SIDERNE):

- 1. sal: 101, 102, 103, 104, 105, 108, 109, 110
 - 2. sal: 201, 202, 203, 204, 205, 209, 210
 - 3. sal: 301, 302, 303, 304, 305, 308, 309, 310, 311
 - 4. sal: 401, 402, 403, 404, 405, 409, 410, 411
- har nettoareal på: 36,5 m²

Boligstørrelse inkl. fællesareal: 65 m²

Bolig 408 (nettoareal: ? m²)

Boligstørrelse inkl. fællesareal: 71 m²

Bolig 208 (nettoareal: ? m²)

Boligstørrelse inkl. fællesareal: 83 m²

Ikke vist på tegning:

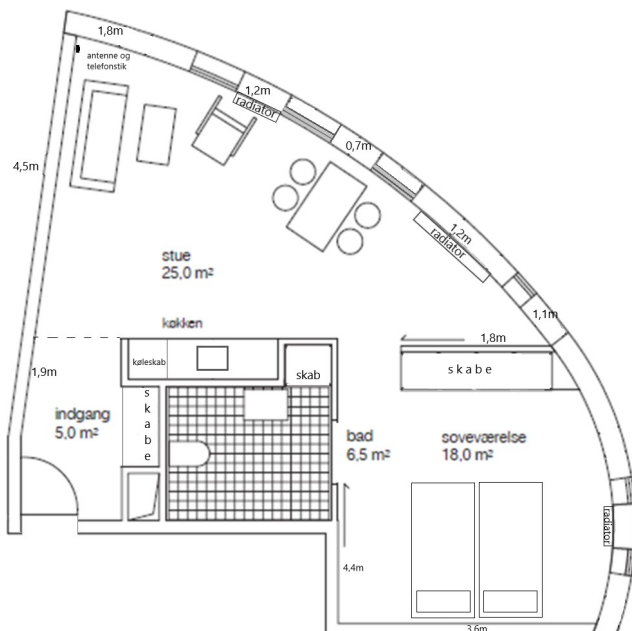
Bolig 107, 207, 307, 407 (nettoareal: 42,3 m²)
Boligstørrelse inkl. fællesareal: 71 m²

Ikke vist på tegning:

Bolig 112, 212, 313, 413 (nettoareal: ? m²)
Boligstørrelse inkl. fællesareal: 79 m²

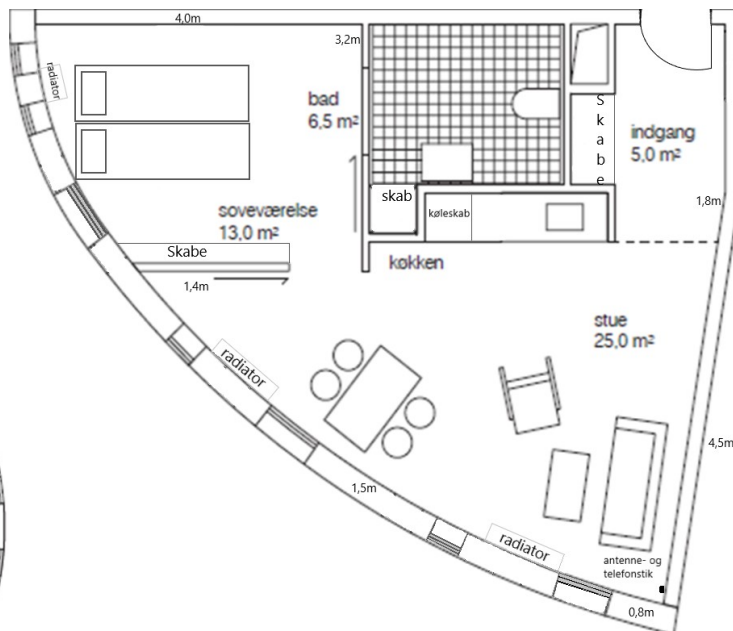
ÆGTEPAR-BOLIG (SYD-ØST):

Bolig 106, 206, 306, 406 (nettoareal 54,5 m²)
Boligstørrelse inkl. fællesareal: 85 m²



ÆGTEPAR-BOLIG (NORD-VEST):

Bolig 111, 211, 312, 412 (nettoareal 49 m²)
Boligstørrelse inkl. fællesareal: 79 m²



Du kan ansøge om boligstøtte på www.borger.dk efter indflytning, når vi har opdateret cpr-registret med din nye adresse.

Husleje-eksempel	Pris pr. måned (år 2025)
Husleje inkl. vand, a/c varme og tv-grundpakke	bolig 65 m ² 9.011 kr. bolig 79 m ² 10.828 kr.
Kan du få boligstøtte til anvist plejebolig? Regn på borger.dk. Afhænger af alder, år i DK, indkomst og formue Er din eneste indtægt fuld folkepension får du måske	Boligstøtte 65 m ² bolig 6.300 kr. Boligstøtte 79 m ² bolig 6.700kr.
Servicepakker, fuld forplejning m.v. (se side 8)	Pr. person 5.153 kr.
Depositum, ansøg om lån til beboerindskud på borger.dk	engangsbeløb 26.364 - 34.476 kr.

VI SAMLES OM MÅLTIDERNE



Mad og småmåltider skal være en oplevelse med hygge, duft og smag, selv om dine smagsløg og tygge – og synkefunktion ændres med alderen. Vi sætter en ære i at tilberede måltider af økologiske råvarer, hvor vi sikrer det gode værtskab. Maden leveres fra Kastanjehavens produktionskøkken og tilberedes i de åbne køkkener på hver boligetage. Du vil dagligt opleve duften af lækker mad, mens vi i fællesskab tilbereder og dækker op til fællesspisning. Du kan vælge at få maden serveret i din bolig.

Vi sikrer den gode ernæring til småt spisende ved at servere små energitætte hapsere og mellemmåltider uden for hovedmåltiderne.



BEBOERBETALING

-din udgift til mad, vask og rengøring

Vi anbefaler, at du til start vælger alle ydelser, så du får den korrekte ernæring og ro til at finde dig til rette i din nye bolig og evt. fokusere på træning og aktiviteter. Med tiden kan du se, om der er ydelser du selv kan stå for. Fravælger du en ydelse, skal dine pårørende og dig sørge for at ydelsen leveres på anden måde. Opsigelse af en serviceydelse kan ske med en måneds varsel til den 1. Kontakt ejendomskontoret herfor.

Servicepakke pr. person	Pris pr. måned (år 2025)
Personlig pleje (wc-papir, shampoo, tandpasta, tandbørster, barber-skum, servietter, håndsæbe, protesemidler m.v.)	109 kr.
Vask af egen beklædning Medbring tøj til 14 dages daglig tøjskift, der tåler maskinvask og tørretumbling	198 kr.
Leje og vask af linned Sengelinned, liggestykker, håndklæder, vaskeklude og viskestykker	527 kr.
Rengøring (rengøringsmidler, mopper, klude, stænger, støvsuger, affaldsposer m.v.)	58 kr.
Morgenmad og døgnets drikkevarer Lunt brød, æg, oste, yoghurt, grød, mælk, juice, saft, the, kaffe	870 kr.
Varm frokost (med forret eller dessert) og dagens mellem-måltider Mellemmåltider er fx fromager, is, supper, frugtgrød, oste	2380 kr.
Kold aftensmad Smørrebrød og efterfølgende kaffe / the / kage	1.011 kr.

VASKERI-ORDNING FOR EGEN BEKLÆDNING

Vi tilbyder, at du kan få hentet, vasket og leveret din egen basis beklædning via vores vaskeriordning, som indgår i servicepakken. Ønsker du et højere serviceniveau har du valgfrihed til at indgå aftale med et selvvalgt vaskeri mod egen betaling.

Flertallet af beboere lægger vægt på en lav udgift, hvorfor vaskeriet maskinvasker og tørrer det meste tøj i tørretumbler. Har du enkelte stykker sarte tekstiler hængetørres disse, men undgå for meget uld, silke og hør samt hvidt tøj, hvor pletter svært kommer af igen. Strygning indgår ikke i ordningen. Tjek om der er et mærke med vaskeanvisning i hvert stykke tøj.

Inden for det samlede årlige budget kommunen tildeler os, vil vi gerne anvende så meget tid som muligt på omsorg og sygepleje. Dine pårørende og dig kan hjælpe os ved at følge nedenstående:



- Mærk alt tøj med vores gule tekstilmærker påtrykt bolignummer inden du lægger det i garderobeskabet
- Vi har en mærkningsmaskine i stueetagen, som du kan benytte og den nem at betjene
- Umærket / nyindkøbt tøj skal afleveres i stueetagen i en plastikpose påført teksten "til mærkning, bolig xxx"

Vaskeri-ordning:

- Tøj bør tåle maskinvask og tørretumbler
- Tøjet stryges ikke
- Indkøb tøj til 14 dages tøjskift

Kig dit tøj igennem om de har symbolerne:



Undgå:

- Sart tøj af uld, silke og hør
- Hvidt tøj, hvor pletter er svære at vaske af igen

Undgå tøj med symbolerne:



LEJE OG VASK AF LINNED

Vælger du servicepakken med leje og vask af linned, skal du ikke medbringe lagner, dyne- og pudebetræk, håndklæder og vaskeklude. Du skal medbringe dyner/puder af syntetisk materiale, som du mærker med vores gule tekstilmærker påtrykt dit bolignummer. Fravælger du denne servicepakke skal du selv arrangere vask af dit eget linned m.v.



DIN LEJLIGHED - GODE RÅD TIL INDRETNING



Lej en elektrisk luftrensers

Du må ryge almindelig tobak i din egen lejlighed. Tobaksrøg giver et dårligt indeklima, skader dine besøgende og spredes til fællesarealerne og dine naboer. Nikotin sætter sig på væggene, og du vil formentligt skulle betale for afvaskning og maling ved fraflytning. For at undgå passiv rygning vil personalet ikke komme i din bolig mens du ryger. Du kan minimere skaderne i din bolig, forbedre indeklimaet og vise hensyn ved at købe eller leje en luftrensers.

Du kan få mere information på ejendomskontoret om valg af luftrensers og prisen for at leje en.

Brandhæmmende rygeunderlag

Er du ryger opfordrer vi dig kraftigt til ikke at ryge i sengen, da dyner og puder let antænder. Du bør anskaffe et rygeforklæde og et brandhæmmende rygeunderlag til at lægge under din stol på trægulvet. Har du kognitive udfordringer, er det sikrest at overgå til e-cigaretter.



Møbel forhøjere

Har du svært ved at rejse dig op fra din lænestol eller sofa, så kan møbel forhøjere til at sætte under være en god idé. Find forhandlere på internettet.

Stikprop til loftslamper

Ønsker du at opsætte yderligere loftslamper i lejligheden, fx en pendel over dit spisebord, skal du medbringe en lampestikprop, der passer til lampeudtaget i væggen. Medbring også rawplugs og en loftkrog.



Filt puder og kabel-clips

For at undgå ridser i trægulvet i din lejlighed bør du klistre filt puder eller møbelsko under benene på dine borde og stole. Medbring antennekabel til tv, skruer og beton- og gipsrawplugs, så du kan sætte billeder op.



Sørg for god belysning og plads omkring plejesengen

Medbring en gulvlampe eller læselampe, som kan placeres tæt på plejesengen, så personalet har en god arbejdsbelysning. Stil ikke møbler tæt på plejesengen, da der skal være 1,5 meter plads til at personalet kan hjælpe dig her. Undgå tæpper på gulvet og søm ledninger fast til fodpanelet, så du minimerer risikoen for faldulykker.

Vi kan bede dig fjerne tæpper, møbler m.v., hvis beboerens sikkerhed eller personalets arbejdsmiljø påvirkes.

Inden flytningen - praktiske ting jeg skal gøre

Du skal ankomme og flytte ind senest 12 dage efter kommunen sendte dig boligtilbuddet. Plejecentret giver dig den præcise dato for indflytning.

Lav aftale med flyttefirma og evt. en handyman til at hænge billeder op
Arranger flytning af møbler og indretning af din nye lejlighed. Vi anbefaler, at du ankommer med flyttekasser og møbler om formiddagen og er flyttet ind inden kl. 14, så personalet i dagvagt kan hilse på dig og opstarte din plejeplan. Bestil en handyman til om eftermiddagen eller dagene efter, så du kan få sat billeder op, hvis du ikke har pårørende der kan hjælpe.
I plejeboligen findes gardiner, plejeseng, køleskab med fryseboks og to loftslamper. Du kan ikke have din egen seng med.

Ønsker du stor tv-pakke, internet eller fastnettelefon?

TIP: Søg efter "mobilabonnement til ældre" på internettet, så du kan vælge et teleselskab, der tilbyder betaling via betalingservice

Kan du nøjes med den lille tv-pakke, der indgår i huslejen, skal du ikke gøre noget aktivt.

Hvis du har behov for:

- den store TV-pakke eller internet via kabelstikket, skal du selv købe det hos YouSee tlf. 70704040. YouSee sender et girokort til dig. Bestil en YouSee -tekniker, hvis du køber internet eller en tv-boks med bland selv-pakker og ikke selv har teknisk viden til at tilslutte boksen. Overvej om du vil kunne betjene tv-boksen i dagligdagen. De fleste kan nøjes med den lille tv-pakke, der indgår i huslejen, eller at tilkøbe den store tv-pakke uden tv-boks.
- Fastnettelefon eller en GSM-simkort bordtelefon med store taster, skal du kontakte dit teleselskab.

På indflytningsdagen og dagene efter

Hvornår skal jeg ankomme?

TIP: aftal at din handyman har skruer, rawplugs og værktøj med

Start tidligt på nuværende adresse. Ankom til din plejebolig med flyttekasser og møbler om formiddagen og begynd indretningen. Vi håber, du er kommet på plads inden kl. 14, så personalet i dagvagt kan hilse på dig og opstarte din plejeplan.

Hvis du bestiller en handyman kan du evt. aftale, at han først kommer i dagene efter og sætter billeder og tv op, så dagen ikke bliver for lang for dig. For nogle beboere med kognitive udfordringer er det dog vigtigt, at boligen er indrettet færdig samme dag.

Medbring din medicin, der opbevares i nuværende bolig.

Husk, at mærke din beklædning med vores tekstilmærker

TIP: aftal evt. at komme forbi en times tid i dagene op til indflytningen

Læg ikke dit tøj i skabe før du har mærket hvert stykke tøj med vores gule tekstilmærker påtrykt dit bolignummer. Tag tøjet med ned i stueetagen, hvor du kan låne vores tekstilmærke-maskine og få udleveret gule tekstilmærker med dit bolignummer.

DU HAR INDFLYDELSE



At flytte i plejebolig er en ny situation både for dig som beboer og dine pårørende. Vi ønsker et godt samarbejde og gode rammer for, at du som beboer eller pårørende kan udøve indflydelse. Det sker ved individuelle samtaler i form af en indflytningssamtale og efter behov. Herudover har vi forskellige fælles fora for beboere og pårørende.

Afdelingslederen for 1. og 2. sal og 3. og 4. sal afholder fælles kaffe-møde nogle gange om året for beboere og pårørende, der har noget på hjerte om hverdagslivet på Flintholm Plejeboliger. Se opslag i elevatoren.

Ønsker du som pårørende at engagere dig dybere i tværgående emner, kan du deltage i Bruger- pårørenderådet. Rådet mødes 4 gange om året og drøfter bl.a. retningslinjerne for den daglige pleje- og omsorgsindsats, kostplaner, arbejdsrutiner, aktiviteter og samvær.



Fodterapeuten kommer i huset

Hvis du har diabetes eller særlige problemstillinger med fødderne, kan du mod betaling få:

- Fodbehandlinger
- Klippet negle

Der kommer en statsautoriseret fodterapeut i huset. Du kan tilmelde dig hos personalet på din etage.

FRISØR

Det skal være nemt at komme til frisøren.

Vi har en fast aftale med en frisør, der kommer hver 14. dag her i huset. Frisørsalonen er i stueetagen, hvor tilmelding kan ske. Betaling sker kontant.



AKTIVITETER OG KLIPPEKORT

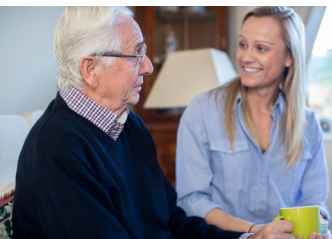
Aktiviteter og samvær skaber livsglæde og livskvalitet, og kan forebygge ensomhed og isolation. Hos os samles beboere og personale, når det er muligt, til aktiviteter og samvær.



Kommunalbestyrelsen har fra år 2024 besluttet at reducere aktiviteter for ældre på plejecentre og pålagt plejecentre budgetbesparelser. Som pårørende har du stor betydning for beboerens trivsel og livskvalitet. Vi håber du vil deltage i det daglige liv så tit det er dig muligt og støtte din nære ved at gå ture og arrangere oplevelser.

Klippekort til aktiviteter anvendes som udgangspunkt til at opfylde individuelle behov. For at sikre bedst mulig udnyttelse vil dette blive tilgodeset, hvor det er muligt, i form af fællesaktiviteter for flere beboere. Du betaler for evt. materialer, entré, forplejning og transport.

Eksempler på Klippekort til aktiviteter



-Tage på café med andre beboere

-Afholde ekstra beboerarrangementer og fester

-Ture ud af huset, fx Tivoli, sommerhus eller svømmehal

-Læse avis eller bøger sammen

-Spille spil, lægge kabale, høre musik eller se i fotoalbum



Højtiderne fejrer vi med påskefrokost, julefrokost og vi holder årligt en fest for beboere og pårørende.

Vi samles og ser film, spiller banko og lytter med, når musikorkestret øver sig.

VEDLIGEHOVDENDE TRÆNING

Vi arbejder i samspil med dig for at forebygge og om muligt genskabe dine funktionsevner fysisk og kognitivt. Vi tilbyder fælles bevægelses- og motionsaktiviteter, samt individuelle forløb med vores fysioterapeut.



PÅRØRENDE - hvad kan jeg hjælpe med ?

Værdighed, god service og høj faglighed er nøgleord i vores kommunale sundheds- og omsorgsarbejde. Det stræber vi efter at levere indenfor det budget og efter de kvalitetsstandarder, som kommunalpolitikkerne har besluttet. Frederiksberg Kommune har fra år 2024 valgt at reducere i aktiviteter til ældre på plejecentre og tildelt plejecentre en besparelse på budgettet grundet en presset økonomi i kommunen. Samfundet oplever at mangle rigtig mange uddannede social- og sundhedsassistenter. Alt dette stiller store krav til os som personale for at vi kan sikre en tryk hverdag for beboerne. Alle os som arbejder på Flintholm har hjertet på rette sted og mange af os ser det som et kald, at yde omsorg og skabe et hjem for vores ældre medborgere.

Vi vil gerne være i løbende dialog med dig som pårørende. Er der noget du undrer dig over eller noget du synes vi kan rette til, så tøv ikke. Du har kendt beboeren længe og vi er først lige ved det. Det er i samspil med dig som pårørende, at vi bedst lykkes.

Et godt og værdigt liv hele livet handler også om, at vi hjælper hinanden i de menneskelige relationer vi knytter som familie, venner og bekendte. Livskvaliteten er et fælles ansvar.

Pårørende er en naturlig del af alles liv - også når vi flytter i plejebolig. Som pårørende er dit engagement og deltagelse i det daglige liv vigtigt for at styrke beboerens trivsel og livskvalitet. Samarbejdet mellem personale og pårørende er af stor betydning. En fælles indsats for at skabe en tryk hverdag betyder meget for alle parter. Derfor håber vi, at du som pårørende har lyst til at deltage i nogle af dagligdagens aktiviteter, når livet skal leves videre i plejebolig.

Det vil betyde meget for os, hvis du som pårørende kan:

- Tage med som ledsager, når din nære skal på hospitalet eller til speciallæge
- Håndtere praktiske opgaver i plejeboligen, som f.eks. at hænge billeder op, indstille tv og indkøbe og mærke tøj
- Håndtere regningsbetaling, brevpost og e-boks
- Gøre ekstra rent i lejligheden eller tilkøbe dette hos en privat leverandør, hvis du ønsker et højere serviceniveau
- Komme på besøg, gå ture og deltage i de arrangementer vi afholder

PRAKTISKE OPLYSNINGER

Læs udlejers (DAB's) ordensreglement, der er udsendt med lejekontrakten.

Dit bolignummer skal stå på post, der skal leveres til dig. Vi melder din flytning til CPR-registret og bestiller dit nye sundhedskort.



Du kan beholde din egen læge. Vi tilbyder, at du skifter til plejecentrets fast tilknyttede læge. Du kan tilkøbe, at omsorgstandplejen kommer hjem til dig.

Dit forsikringssselskab bør oprette en særlig indboforsikring, der dækker simpelt tyveri og dit personlige erstatningsansvar. Kontanter til små fornødenheder, frisør, fodterapeut m.v. kan afleveres i vores pengeskab.



Du må ikke ryge eller færdes beruset på ejendommens fællesarealer. Du må ryge almindelig tobak i egen bolig, men personalet må ikke udsættes for passiv rygning jf. arbejdsmiljølovgivningen. Du skal rense og udskifte røgfylt luft ved at købe en elektrisk luftrens, samt lufte ud 1/2 time inden personale kommer i din bolig.

Du kan bestille tid i husets frisørsalon, der har åbent ca. hver 14. dag.



Du må kun parkere i båse skiltet med "Flintholm Plejeboliger". Du må ikke parkere på vejarealet eller foran hovedindgangen. Læs reglerne på skiltene.

Vi har et beboer-pårørenderåd. Pårørende inviteres med til møderne.



Lejemålet kan opsiges til fraflytning med en måneds varsel. Pårørende skal tømme boligen inden en uge efter lejers evt. død.



I din bolig og på fællesarealer er der installeret røgalarmer og vand-sprinklere i loftet, der åbner automatisk ved brand. Rør dem ikke. Brug af levende stearinlys er ikke tilladt.



Du må ikke uden DAB's skriftlige tilladelse og krav om installation af recirkulerende emhætte opsætte brødrister, ovn, microovn eller kogeplade i boligen, da opvarmning af fødevarer udvikler røg, der udløser røgalarmer. Du må ikke tænde levende stearinlys. Brug stearinlys på batteri i stedet. Udløser du en røgalarm, vil brandvæsenet automatisk rykke ud. Udgifter til udrykning kan pålægges lejer jf. DAB's ordensreglement.

NÅR VI SKAL TAGE AFSKED MED DIG

Vi skal alle herfra en dag. Hos os sker det med værdighed og lægerne vil følge dine ønsker i et evt. oprettet behandlingstestamente. Vi kan formidle kontakt til vågekoner, hvis du ikke har pårørende.

Ved dødsfald kontakter vi dine nærmeste pårørende, der skal tage sig af følgende:

- Kontakte bedemand og arrangere begravelse
- Sørge for rydning/opbevaring af dit indbo inden en uge efter dødsfaldet
- Deltage i et fraflytningssyn af boligen - ring til ejendomskontoret på 2898 5659
- Modtage dødsboets post

Pårørende skal rydde din plejebolig for møbler/indbo inden en uge efter dødsfaldet i henhold til lejekontrakten. Hvis pårørende ikke selv kan, skal de bestille et flyttefirma. Kontakt ejendomskontoret for at få adgang til boligen og udleveret en rydningserklæring til brug for skifteretten. Herefter afholdes der et fraflytningssyn af boligen.

Så snart plejeboligen er istandsat og genudlejet ophører dødsboets forpligtelse til at betale husleje og elektricitet. Ejendomsadministrationsselskabet udbetaler automatisk for meget betalt husleje og evt. indbetalt depositum, når plejeboligen er genudlejet. Ejendomskontoret sørger for at afmelde tilvalgt servicepakke og elektricitet i plejeboligen. Private telefonabonnementer og evt. tilkøbt internet og stor tv-pakke skal dødsboet opsige hos YouSee.

Efter dødsboskiftelovens § 8 med lovbemærkninger har afdødes nærmeste pårørende omsorgspligt for dødsboets ejendele og indbo indtil skifteretten har taget stilling til, hvordan dødsboet skal behandles. Pårørendes nødvendige udgifter til opbevaring hos et evt. flyttefirma, kan anmeldes som et krav i dødsboet.

