



HØRSHOLM KOMMUNE

# Ældre i Hørsholm

Kvalitetsstandarder  
for sundheds- og  
ældreområdet

# Indhold

Forord	3
Indledning	4
Læsevejledning	6
Forebyggende hjemmebesøg	7
Forebyggelse og sundhed	9
Selvtræning	19
Aktivitetstilbud	22
Transport og kørsel	27
Støtte til pårørende	29
Tilbud til borgere med demens eller hukommelsessvækkelse	310
Hjælpe midler og boligindretning	33
Genoptræning	37
Hverdagsrehabilitering	40
Støtte og hjælp til anretning af mad og madservice	43
Praktisk støtte og hjælp	45
Støtte og hjælp til personlig pleje	50
Omsorgstandpleje	53
Sygepleje	55
Hjælp og støtte til borgere med hastigt fremadskridende sygdom	57
Indsatser til alvorligt syge og døende borgere	58
Midlertidigt ophold på Sundheds- og Rehabiliteringscenter Hørsholm	60
Ældre- og handicapvenlige boliger	63
Plejebolig	66
Praktiske oplysninger	71
Sådan søger du	72
Sagsbehandlingsfrister	73
Frit valg af leverandør	75
Klageregler	82
Persondata	83
Lovgrundlag	85
Adresser og kort	94

# Forord

I Hørsholm Kommune har vi vedtaget en ældrepolitik med en vision om, at alle borgere skal leve et trygt, værdigt og godt liv – hele livet! Det fremgår blandt andet af ældrepolitikken, at du som borger i Hørsholm, når du bliver ældre, fortsat skal kunne leve det liv, du ønsker, uanset om du har mange eller få ressourcer og uanset om du har brug for en hjælpende hånd.

I dette katalog med kvalitetsstandarder beskriver vi det politisk fastsatte serviceniveau for den støtte og hjælp, vi kan tilbyde dig. Kvalitetsstandarderne skal godkendes politisk en gang årligt, hvilket er med til at sikre, at du altid modtager den eller de rette indsatser ud fra dine behov, lovgivningen og det til enhver tid fastsatte serviceniveau.

Vi mennesker er forskellige og har forskellige behov. Det gælder også, når vi bliver ældre. Derfor har vi i Hørsholm en lang række forskellige tilbud om aktiviteter og indsatser, som skal bidrage til en tryk og aktiv hverdag for dig, så du forhåbentlig oplever, at der er et tilbud, der passer til netop din situation og dine behov. Af kvalitetsstandarderne vil du kunne se, at vi har tilbud til dig, der er frisk og kan klare det meste selv, og til dig, der har brug for mere hjælp for at kunne leve det liv, du gerne vil.

Vi vil gerne hjælpe dig til at kunne mest muligt selv, for vi ved, at det giver den største livskvalitet. Der ligger en stor frihed i at kunne klare sig og mestre hverdagen selv. Derfor er udgangspunktet, at den, der kan selv, skal selv.

I dette katalog finder du en vifte af svar som for eksempel, på hvordan du kan få ortopædisk fodtøj, hjælp til tandbørstning, træning mod slidgigt eller deltager i aktiviteter. Vi har tilbud for både

krop og sind. For når vi holder hoved og krop i gang og ses med dem, der betyder mest for os, så kan vi klare mere – også når vi bliver ældre.

Det er vores håb, at du vil bruge denne oversigt til at få et overblik over de muligheder og rettigheder, du har til at få hjælp. Derudover at du finder inspiration til for eksempel at deltage i et aktivitetstilbud, og får mod på fortsat at holde dig i gang i det omfang, du kan.

God læselyst.

*Caroline Victoria Christensen  
Formand for Sports-, Sundheds- og Kulturudvalget i Hørsholm Kommune*

*Annette Wiencken,  
Formand Social- og Seniorudvalget  
i Hørsholm Kommune*

# Indledning

I Hørsholm Kommune har vi en lang række tilbud om aktiviteter og indsatser indenfor behandling, træning, pleje og omsorg, som skal bidrage til en tryk og aktiv hverdag for dig. Det er vigtigt, at vi samarbejder om at sikre dig et godt liv. Det betyder, at kommunens ældrepleje vil hjælpe dig til at bevare dine færdigheder – og dermed din selvstændighed – så længe som muligt. Før vi bevilger dig en indsats, vil vi derfor vurdere, om der er andre tiltag, der kan hjælpe dig til et så selvstændigt liv som muligt. Det kan indebære, at vi giver råd og vejledning til, hvordan du kan tilrettelægge din hverdag, f.eks. om indkøb af rengøringsredskaber, arbejdsstillinger, tilrettelæggelse af dagens opgaver mv. Det kan også indebære et rehabiliteringsforløb, der består af et træningsforløb, der gerne skulle have som slutresultat, at du fortsat selv kan varetage opgaven. Det kan du læse mere om under Hverdagsrehabilitering.

Kommunens indsatser skal være et sikkerhedsnet, som griber dig, når du ikke længere kan selv, men vi vil gerne understøtte din selvstændighed så længe som muligt. Derfor er det vigtigt, at vi samarbejder om at sætte ind med den rigtige indsats. Vi lægger vægt på at have et godt samarbejde med de praktiserende læger og hospitalerne, samt med de øvrige aktører på ældreområdet.

Hørsholm Kommune har en bred vifte af tilbud og indsatser af forskellig karakter. Nogle kan du frit tilmelde dig – det er i høj grad aktivitetstilbud og forebyggende tilbud, ligesom foreningslivet har mange tilbud. Nogle skal du betale et mindre beløb for at deltage i. Andre indsatser skal du søge om og visiteres til. At blive visiteret betyder, at en medarbejder fra kommunen – en visitator – vurderer, hvilken hjælp du har behov for og ret til. Hvis du alene har behov for råd og vejledning, vil dialogen med visitator som regel finde sted over telefonen. Har du behov for hjælp til flere ting, vil visitatoren som regel komme på besøg i dit hjem. Der er også tilbud, som din læge skal henvise dig til. Du kan se under de enkelte afsnit, hvornår der er krav om visitation til en indsats. Det vil til enhver tid bero på en konkret, individuel vurdering af, hvad den rigtige indsats er for dig indenfor rammerne af lovgivningen og Hørsholm Kommunes kvalitetsstandarder.

Dette katalog giver dig et overblik over, hvad Hørsholm Kommune kan tilbyde af støtte og hjælp til dig, der i samråd med kommunen har brug for hjælp og støtte eller boligskifte.

Du kan læse mere om kommunens vision i ældrepolitikken – Hørsholm hele livet, som du finder [her](#).



# Læsevejledning

Kvalitetsstandarderne, som du sidder med, giver dig et overblik over de tilbud og indsatser, som Hørsholm Kommune har til rådighed på sundheds- og ældreområdet. Kataloget giver dig og dine pårørende et samlet overblik over kommunens tilbud og indsatser til dig, der er ældre og/eller har brug for hjælp i hjemmet på grund af en funktionsnedsættelse. Vi har gjort vores bedste for at beskrive alle tilbud og indsatser så udførligt som muligt, men hvis du sidder tilbage med spørgsmål, kan du kontakte Center for Sundhed og Omsorg. Find kontaktoplysninger under **Adresser og Kort**.

Kataloget er inddelt i en række afsnit. I indholdsfortegnelsen kan du finde det emne, som er relevant for dig. Inden for hvert emne kan du og dine pårørende læse nærmere om kommunens tilbud og indsatser.

For hvert tilbud eller indsats vil der stå, hvordan du søger om hjælpen, hvor du kan finde yderligere information, og eventuelt hvad tilbuddet koster. De praktiske oplysninger er placeret i en boks til højre på siden. I nogle tilfælde vil det være muligt for dig at vælge mellem flere leverandører, hvilket er beskrevet nærmere i afsnittet **Frit valg af leverandør**.

I slutningen af kataloget kan du finde en række praktiske oplysninger. Her kan du bl.a. læse, hvordan du bliver visiteret til en indsats, om sagsbehandlingstider, klagemuligheder mv. Bagerst i kataloget finder du den relevante lovgivning, som er grundlaget for vores tilbud og indsatser til dig. Kvalitetsstandarderne opdateres én gang årligt, så de er i overensstemmelse med lovgivningen samt kommunens eksisterende tilbud og indsatser.

# Forebyggende hjemmebesøg

I Hørsholm Kommune vil vi gerne understøtte, at du kan leve et så selvstændigt og aktivt liv som muligt.

Fra du fylder 75 år, har du mulighed for at få et forebyggende hjemmebesøg, hvor en medarbejder besøger dig i dit hjem.

Formålet med det forebyggende hjemmebesøg er at bidrage til din trivsel, tryghed og sundhed samt forebygge problemer, inden de opstår.

Det forebyggende hjemmebesøg er en samtale om din aktuelle livssituation, og om hvordan du oplever at klare dig i hverdagen. Samtalen er en vejledende samtale, hvor du kan tale om emner, som vedrører din sundhed og trivsel samt dine tanker og ønsker for fremtiden.

Relevante emner for samtalen kan derfor være:

- Din dagligdag
- Ændrede livsforhold
- Aktiviteter og interesser
- Helbred
- Netværk
- Bolig

Derudover vil du kunne få råd og vejledning til, hvordan du udnytter dine egne ressourcer bedst muligt og hvilke sundhedsfremmende aktiviteter, som vil kunne være relevante for dig.

Besøget varer omkring en time.

## Hvornår kan du få et forebyggende hjemmebesøg

Når du fylder 75 år, og igen når du fylder 80 år, får du tilbud om et forebyggende hjemmebesøg. Fra du fylder 82 år, får du hvert år tilbud om et forebyggende hjemmebesøg. Når du fylder 70 år, får du også tilbud om et forebyggende hjemmebesøg, hvis du bor alene.

## Seniorsamtaler +65 år

Seniorsamtaler er et forebyggende hjemmebesøg til dig, der er mellem 65 og 81 år og oplever, at der er forandringer eller udfordringer, der påvirker din dagligdag og trivsel.

Det kan f.eks. være, at du har:

- oplevet en ændring i dit helbred eller i din trivsel.
- mistet en, du holder af.
- oplevet problemer i dagligdagen.
- en alvorlig syg ægtefælle/samlever.

Tilbuddet om et forebyggende hjemmebesøg er ikke for dig, der allerede modtager personlig pleje og praktisk hjælp, da du er i løbende kontakt med kommunens medarbejdere, der kan give dig råd og vejledning i hverdagen.

Den forebyggende medarbejder kan ikke visitere til praktisk hjælp eller personlig pleje. Medarbejderen kan vejlede dig til, hvordan du gør, hvis du ønsker at søge om hjælp, herunder hvordan du får kontakt til Visitationen. Du kan læse mere i afsnittet **Sådan søger du**.

## Sådan får du tilbuddet

Du får tilsendt et brev med tilbud om forebyggende hjemmebesøg fra kommunen, enten i din digitale postkasse (e-Boks) eller som et fysisk brev, hvis du er fritaget fra digital post. Det er frivilligt, om du vil tage imod tilbuddet. For at aftale tid til det forebyggende hjemmebesøg skal du kontakte forebyggelseskoordinatoren. Se kontaktinfo i boks til højre.

Hvis du er i målgruppen for en seniorsamtale og ønsker dette, skal du selv kontakte forebyggelseskoordinatoren og aftale en tid til dette.

### **LOVGRUNDLAG**

Lov om Social service § 79 a

### **KONTAKT**

Forebyggelseskoordinatoren kan kontaktes tirsdage og torsdage kl. 13.00 -14.00 på tlf. 48 49 86 02 eller på mail: [terapeuter@horsholm.dk](mailto:terapeuter@horsholm.dk)



# Forebyggelse og sundhed

Hørsholm Kommune har rehabiliteringstilbud til dig med kronisk sygdom som f.eks. KOL, kræft eller diabetes. Ordet rehabilitering betyder at vende tilbage til noget, du kunne tidligere eller forebygge, at din sygdom udvikler sig. Vi har fokus på at hjælpe dig til at leve et så selvstændigt og aktivt liv som muligt.

Kommunens tilbud om rehabilitering kan være relevant for dig, hvis du har fået en sygdom som KOL, diabetes, kræft eller hjertekarsygdom. Rehabilitering kombinerer to dele – undervisning og fysisk træning. Du undervises i din specifikke sygdom, så du lærer at forstå den, og du tilbydes fysisk træning og kommer i bedre form. Undervisning og træning foregår på hold med andre, som har udfordringer, der ligner dine. Når du får en bedre forståelse for din sygdom, kan du bedre håndtere den og dermed øge din livskvalitet.

Der er meget stor forskel på, hvordan sygdom påvirker os, og derfor får du både en personlig samtale inden forløbet, og når forløbet er slut.

Du skal henvises til rehabilitering af enten egen læge eller den hospitalsafdeling, der følger dig. Når du er blevet henvist til et tilbud om rehabilitering, indkaldes du til en samtale med en sundhedsfaglig medarbejder i kommunen. Dine pårørende kan eventuelt deltage i dele af forløbet sammen med dig. Hvert enkelt tilbud tilpasses dig og dit behov i det omfang, det er muligt.



## Tilbud til dig med KOL (kronisk obstruktiv lungesygdom)

Vi tilbyder vejledning og støtte til dig i at opnå livsstilsændringer for at kunne leve bedst muligt med KOL. Det er et tilbud om støtte, vejledning og inspiration til at håndtere livet med KOL, hvor du får mulighed for at møde andre med samme sygdom og udveksle erfaringer. Tilbuddet gives efter henvisning fra din egen læge eller hospitalet.

Vi planlægger dit forløb sammen, hvor vi starter med en afklarende samtale, der tager udgangspunkt i din situation. Dit individuelle forløb tilrettelægges på baggrund af samtalen, herunder dine mål, motivation for deltagelse samt en faglig vurdering.

Forløbet kan indeholde tilbud om:

- Fysisk træning 2 gange om ugen af 1 times varighed i 10 uger. Træningen er superviseret af fysioterapeuter.
- Undervisningsforløb med 9 mødegange af 1-1,5 times varighed. Undervisningen varetages bl.a. af fysioterapeuter, ergoterapeuter, sygeplejersker og kliniske diætister.
- Individuel diætvejledning.
- Rygestop vejledning.

Når din henvisning er modtaget, vil du indenfor to uger blive kontaktet enten telefonisk eller via e-Boks med henblik på indkaldelse til den afklarende samtale, hvorefter dit forløb planlægges.

### LOVGRUNDLAG

Sundhedsloven §119

### HENVISNING

Tilbuddet kræver henvisning fra egen læge eller hospitalet

### KONTAKT

Sundheds- og Rehabiliteringscenter

Hørsholm

mail: [terapeuter@horsholm.dk](mailto:terapeuter@horsholm.dk)

tlf. 48 49 86 00

hverdage kl. 08.00-12.00

### BETALING

Tilbuddet er gratis

### KØRSEL

Du skal selv stå for transporten

## Tilbud om telemedicin til dig med KOL

Telemedicin er til dig med svær KOL, eller til dig, som oplever, at du har brug for hjælp til at forstå din sygdom og håndtere den mentale belastning, der følger med at leve med KOL.

Det er din egen læge eller lungeambulatoriet, der skal henvise dig til tilbuddet. Når du er blevet henvist, får du udleveret en ilt- og pulsmåler samt en skærm med netværksforbindelse. Du bliver grundigt oplært i at bruge udstyret og foretage målinger. Du lærer at måle værdier (iltmætning, puls, vægt), svarer løbende på spørgsmål om din sygdom samt mulige symptomer på forværring og kan dermed holde øje med din KOL i dit eget hjem. Formålet er, at du lærer din sygdom bedre at kende.

Hjemmesygeplejersken holder øje med dine målinger ca. en gang ugentligt og følger op, hvis der sker ændringer. Kontakten foregår telefonisk eller via videoopkald på skærmen. Sker der væsentlige ændringer i din KOL-sygdom, skal du kontakte egen læge med henblik på justering i behandlingen.

### LOVGRUNDLAG

Sundhedsloven §138.

### HENVISNING

Tilbuddet kræver henvisning fra egen læge eller hospitalet.

### KONTAKT

Hjemmesygeplejen

Telefon: 48 49 41 99 (tryk 6)

Telefontid: 09.00-10.00 og 14.00-14.30  
(hverdage)

### BETALING

Tilbuddet er gratis. Du låner en telemedicinsk kuffert med udstyr, som returneres, hvis du stopper i tilbuddet.

### KØRSEL

Tilbuddet foregår i dit eget hjem.

## Tilbud til dig med type 2 diabetes

Vi tilbyder vejledning og støtte til dig i at opnå livsstilsændringer for at kunne leve bedst muligt med type 2 diabetes. Tilbuddet gives efter henvisning fra din egen læge eller hospitalet.

Tilbuddet indeholder støtte, vejledning og inspiration til at håndtere livet med din sygdom. Du får også mulighed for at møde andre med samme sygdom og udveksle erfaringer.

Vi planlægger dit forløb sammen, hvor vi starter med en afklarende samtale, der tager udgangspunkt i din situation. Dit individuelle forløb tilrettelægges på baggrund af samtalen, herunder dine mål, motivation for deltagelse samt en faglig vurdering.

Tilbuddet er målrettet dig, der:

- har type 2 diabetes, et forstadium til type 2 diabetes eller metabolisk syndrom.
- er motiveret for en livsstilsændring.
- er motiveret for at fortsætte med motion, når undervisnings- og træningsforløbet er slut.

Dit forløb kan indeholde tilbud om:

- Fysisk træning 2 gange om ugen af en uges varighed i op til 12 uger. Træningen er superviseret af fysioterapeuter.

- Undervisningsforløb med 9 mødegange. Varighed 1-1,5 time per gang. Undervisningen varetages bl.a. af fysioterapeuter, ergoterapeuter, sygeplejersker, fodterapeuter og kliniske diætister. Undervisningen vil have fokus på, hvordan du lærer at leve med din sygdom.
- Individuel diætvejledning.
- Rygestop vejledning.
- Samtale om alkohol.

Når vi har modtaget din henvisning, vil du indenfor to uger blive kontaktet enten telefonisk eller via e-Boks med henblik på indkaldelse til den afklarende samtale.

### LOVGRUNDLAG

Sundhedsloven §119

### HENVISNING

Tilbuddet kræver henvisning fra egen læge eller hospitalet

### KONTAKT

Sundheds- og Rehabiliteringscenter  
Hørsholm  
mail: [terapeuter@horsholm.dk](mailto:terapeuter@horsholm.dk)  
tlf. 48 49 86 00  
hverdage kl. 08.00-12.00

### BETALING

Tilbuddet er gratis

### KØRSEL

Du skal selv stå for transporten

## Tilbud til dig med hjertesygdom

Vi tilbyder støtte, vejledning og inspiration til at håndtere livet med din hjertesygdom. Du får også mulighed for at møde andre med samme sygdom og udveksle erfaringer. Formålet er at støtte og inspirere dig med hjertekarsygdom til at opnå størst mulig kvalitet i dit hverdagsliv. Tilbuddet er målrettet borgere med iskæmisk hjertesygdom i stabil fase eller med hjertesvigt.

Vi planlægger dit forløb sammen, hvor vi starter med en afklarende samtale, der tager udgangspunkt i din situation. Dit individuelle forløb tilrettelægges på baggrund af samtalen, herunder dine mål, motivation for deltagelse samt en faglig vurdering. Tilbuddet kræver henvisning fra egen læge eller hospitalet.

Du skal:

- være motiveret for at gennemføre et rehabiliteringsforløb.
- kunne deltage og indgå på et hold.
- være medicinsk velbehandlet.
- være over 18 år og bosiddende i Hørsholm Kommune.

Forløbet kan indeholde tilbud om:

- Fysisk træning 2 gange om ugen af 1 times varighed i op til 12 uger. Træningen er superviseret af fysioterapeuter.
- Undervisningsforløb med 7 mødegange af 1,5 times varighed. Undervisningen varetages af fysioterapeuter, ergoterapeuter, sygeplejersker og kliniske diætister.
- Individuel diætvejledning.
- Rygestop vejledning.

Når din henvisning er modtaget, vil du indenfor to uger blive kontaktet enten telefonisk eller via e-Boks med henblik på indkaldelse til den afklarende samtale.

### LOVGRUNDLAG

Sundhedsloven §119

### HENVISNING

Tilbuddet kræver henvisning fra egen læge eller hospitalet

### KONTAKT

Sundheds- og Rehabiliteringscenter  
Hørsholm

mail: [terapeuter@horsholm.dk](mailto:terapeuter@horsholm.dk)

tlf. 48 49 86 00

hverdage kl. 08.00-12.00

### BETALING

Tilbuddet er gratis

### KØRSEL

Du skal selv stå for transporten

## Tilbud til dig med kræft

Hørsholm Kommune kan tilbyde dig et rehabiliteringsforløb med det formål, at du bedst muligt kan fortsætte din tilværelse både under og efter behandlingen for kræft.

Tilbuddet indeholder fysisk træning samt støtte, vejledning og inspiration til at håndtere livet med kræft. Du får også mulighed for at møde andre, der lever med kræft, og udveksle erfaringer.

Du skal henvises til kræft-rehabiliteringsforløb af enten din egen læge eller hospitalet.

Tilbuddet er målrettet dig, der opfylder de følgende kriterier:

- Har eller har haft kræft.
- Er i risiko for at få eller har fået betydelige begrænsninger i din fysiske, psykiske og/eller sociale funktionsevne som følge af en kræftsygdom eller behandling.
- Har senfølger konstateret og diagnosticeret op til fem år efter endt behandling.
- Er motiveret for og har overskud til at deltage i et rehabiliteringsforløb.

Vi planlægger dit forløb sammen, hvor vi starter med en afklarende samtale, der tager udgangspunkt i din situation. Dit individuelle forløb tilrettelægges på baggrund af samtalen, herunder dine mål, motivation for deltagelse samt en faglig vurdering.

Forløbet kan indeholde tilbud om:

- Fysisk træning 1-2 gange om ugen af 1 times varighed. Træningen er superviseret af fysioterapeuter.
- Undervisning Kom godt videre.
- Individuel diætvejledning ved behov
- Rygestop vejledning.
- Mindfulness.
- Opfølgende samtaler med henblik på afklaring af behov for støtte mm.
- Kursusforløb Kom godt videre.



Kommunerne Allerød, Fredensborg, Hillerød og Hørsholm samarbejder om et 3-dages kursustilbud, der hjælper dig med at genvinde kontrol og handlekraft i din hverdag.

På kurset veksles der mellem små faglige oplæg, erfaringsudveksling og øvelser. Du skal derfor være indstillet på at deltage aktivt på kurset med egne erfaringer og oplevelser. Du vil også få rig mulighed for at lytte til andres erfaringer og måske selv få nye ideer til handlemuligheder. Vi skaber et fortroligt rum på kurset, hvor også sårbare ting kan deles.

#### **LOVGRUNDLAG**

Sundhedsloven §119

#### **HENVISNING**

Tilbuddet kræver henvisning fra egen læge eller hospitalet

#### **KONTAKT**

Sundheds- og Rehabiliteringscenter  
Hørsholm

mail: [terapeuter@horsholm.dk](mailto:terapeuter@horsholm.dk)

tlf. 48 49 86 00

hverdage kl. 08.00-12.00

#### **BETALING**

Tilbuddet er gratis

#### **KØRSEL**

Du skal selv stå for transporten

#### **MØDESTED**

*Kom godt videre* foregår i:

Klubhuset

Skovvang Stadium

Poppelvej 1 B

3450 Allerød

## Tilbud til dig med lænderyglidelser

Rehabiliteringstilbuddet til dig med nyopståede lænderygsmerter har til formål at hindre, at dine rygproblemer bliver varige og medvirke til, at du kan fortsætte et sundt og aktivt liv.

Rehabiliteringsforløbet indeholder et tilbud om træning og rådgivning til lægefagligt færdigudredte borgere fra og med 18 år:

- Med nyopståede lændesmerter.
- Med eller uden udstråling til ben.
- Med tiltagende gangrelaterede bensmerter.
- Som ikke længere kan gå så langt.
- Hvor lægen mistænker forsnævring af rygmærskanalen (spinalstenose).

Vi planlægger dit forløb sammen, hvor vi starter med en afklarende samtale, der tager udgangspunkt i din situation. Dit individuelle forløb tilrettelægges på baggrund af samtalen, herunder dine mål, motivation for deltagelse samt en faglig vurdering.

Forløbet kan indeholde tilbud om:

- Fysisk træning, som udgangspunkt på hold, 1-2 gange om ugen af en times varighed i op til otte uger. Træningen er superviseret af fysioterapeuter.
- Rygcafe, der omhandler emnerne anatomi, smertehåndtering, fysisk aktivitet og ergonomi.
- Individuel diætvejledning (ved BMI over 30).
- Rygestop vejledning.

Du skal henvises til rehabiliteringsforløbet af din egen læge eller hospitalet. Du vil blive kontaktet indenfor to uger og få en tid til den afklarende samtale

### LOVGRUNDLAG

Sundhedsloven §119

### KONTAKT

Tilbuddet kræver henvisning fra egen læge eller hospitalet

Sundheds- og Rehabiliteringscenter  
Hørsholm

mail: [terapeuter@horsholm.dk](mailto:terapeuter@horsholm.dk)

tlf. 48 49 86 00

hverdage kl. 08.00-12.00

### BETALING

Tilbuddet er gratis

### KØRSEL

Du skal selv stå for transporten



## Hjælp til at blive fri for brug af nikotinprodukter

Tilbuddet er til dig, der har overvejet at stoppe med at ryge eller bruge andre nikotinprodukter. Det bedste, du kan gøre for din sundhed og livskvalitet, er at kvitte tobakken – uanset hvor gammel du er. Derfor vil vi rigtig gerne hjælpe og støtte dig i beslutningen.

Ved at stoppe med at ryge eller bruge øvrige nikotinprodukter, kan du nedsætte risikoen for visse øjensygdomme, blodpropper, luftvejsproblemer og mange kræftsygdomme.

I Hørsholm Kommune har vi tilbud til dig, der gerne vil holde op med at ryge eller stoppe med at bruge andre former for nikotinprodukter. Tilbuddet er gratis og kan opstartes, så snart du er motiveret for et rygestop. Kontakt vores stopkonsulent og aftal en tid til den første samtale. Kontaktinfo står i boks til højre.

Et stopforløb kan bestå af op til seks individuelle mødegange, hvor du sammen med stopkonsulenten planlægger dit rygestop og/eller nikotinafvænning, og en dato for rygestoppet/nikotinstoppet fastsættes. Derefter afholder I samtaler om, hvordan du fortsat holder kursen mod et nyt liv uden rygning eller nikotinprodukter.

### KONTAKT

Sundheds- og Rehabiliteringscenter  
Hørsholm  
mail: [terapeuter@horsholm.dk](mailto:terapeuter@horsholm.dk)  
tlf. 48 49 00 86  
hverdage kl. 08.00-12.00

### BETALING

Rygestoptilbuddet er gratis

### KØRSEL

Du skal selv stå for transporten

### MØDESTED

Sundheds- og Rehabiliteringscenter  
Hørsholm Louiselund 9  
2970 Hørsholm



# Selvtræning

I Hørsholm Kommune vil vi gerne støtte op om, at du kan leve et sundt og aktivt liv – hele livet. Ved at træne, øger du din fysiske styrke og fastholder din evne til at fungere godt i hverdagen. Mange har også glæde af det sociale samvær, der opstår under træning.

Er du fyldt 65 år, førtidspensionist eller folkepensionist, og har du lyst til og mulighed for at træne selv, kan du blive selvtræner på Sundheds- og Rehabiliteringscenter Hørsholm eller Aktivitetscenter Sophielund.

For at blive selvtræner skal du opfylde følgende kriterier:

- Du skal være bosiddende i Hørsholm Kommune.
- Du skal være fyldt 65 år, være førtidspensionist eller folkepensionist.
- Du skal kunne transportere dig selv til træningsstedet.
- Du skal kunne forstå en instruktion i et træningsprogram.
- Du skal kunne træne uden, at der er personale til stede.

## Tilmelding

For at komme i gang med selvtræning, skal du skrive en mail til [terapeuter@horsholm.dk](mailto:terapeuter@horsholm.dk), hvis du ønsker selvtræning på Sundheds- og Rehabiliteringscenter Hørsholm, eller til [sophielund@horsholm.dk](mailto:sophielund@horsholm.dk), hvis du ønsker selvtræning på Aktivitetscenter Sophielund.

I mailen skal du skrive dit fulde navn, de første seks cifre i dit cpr. nummer samt et telefonnummer, som du kan kontaktes på i dagtimerne.

Du vil herefter blive indkaldt til en instruktion i brugen af træningslokalet og træningsprincipper. Ventetiden vil maksimalt være fire uger.

Træningslokalerne indeholder løbebånd, kondicykler, crosstrainer, romaskine samt et udvalg af styrketræningsmaskiner og diverse mindre træningsredskaber.

## Træningstider

Selvtræningen vil være muligt dagligt i afgrænsede tidsrum, både morgen og eftermiddag/aften på hverdage samt i dagtimerne i weekenden. Udenfor almindelig åbningstid kræver det en nøglebrik at komme ind og træne.

Selvtræning kan foregå i følgende tidsrum på Sundheds- og Rehabiliteringscenter Hørsholm:

- Mandag, tirsdag, torsdag og fredag 07.00-08.00
- Mandag, tirsdag, onsdag og torsdag 12.00-13.00
- Mandag, tirsdag, onsdag, torsdag 15.30-21.00 og fredag 14.30-21.00
- Lørdag, søndag og helligdage 07.00-21.00

Selvtræning kan foregå i følgende tidsrum på Aktivitetscenter Sophielund:

- Mandag  
kl. 07.00-09.30 og kl. 11.00-21.00
- Tirsdag, onsdag, torsdag og fredag  
kl. 07.00- 21.00
- Lørdag, søndag og helligdage  
kl. 07.00-21.00

Det er vigtigt, at du overholder åbningstiderne, da der foregår øvrige aktiviteter i træningslokalerne udenfor dette tidsrum. Der vil med jævne mellemrum være en terapeut til stede i selvtræningstiden, så du kan få justeret dit træningsprogram eller få råd og vejledning ift. træning.

### Medlemskab

Selvtræning koster 150 kr. månedligt, instruktionsmåneden er dog gratis. Derudover vil der blive opkrævet 100 kr. i administrationsgebyr for udstedelse af nøglekort, der giver adgang til træningsfaciliteterne indenfor åbningstiderne. Ved udmelding skal du aflevere nøglekortet.

Det månedlige beløb vil blive opkrævet via girokort/PBS.

Der er ikke mulighed for at holde pause i selvtræningstilbuddet. Har du udmeldt dig af selvtræningstilbuddet, vil du tidligst kunne indmelde dig på ny efter tre måneder.

### Opsigelse

Ønsker du at opsig dit medlemskab som selvtræner på Sundheds- og Rehabiliteringscenter Hørsholm eller på Aktivitetscenter Sophielund, kan det gøres med en måneds varsel til udgangen af den efterfølgende måned. Ved udmelding skal du aflevere nøglekortet.

### KONTAKT

Aktivitetscenter Sophielund  
Sophielund 25  
2970 Hørsholm  
Kontakt instruktøren på 48 49 43 23  
tirsdag, onsdag, torsdag og fredag  
kl. 08.30-09.00  
eller  
mail: [sophielund@horsholm.dk](mailto:sophielund@horsholm.dk)

Sundheds- og Rehabiliteringscenter  
Hørsholm  
Louiselund 9  
2970 Hørsholm  
mail: [terapeuter@horsholm.dk](mailto:terapeuter@horsholm.dk)  
tlf. 48 49 00 86

### BETALING

Der er brugerbetaling for anvendelse af tilbuddet. Spørgsmål vedr. betaling  
tlf. 48 49 43 28



# Aktivitetstilbud

Formålet med kommunens aktivitetstilbud er at skabe muligheder for meningsfulde aktiviteter i samværet med andre og forebygge ensomhed. Yderligere er formålet at hjælpe dig til at forebygge tab af fysiske, psykiske eller sociale ressourcer og fremme din generelle sundhedstilstand.

Aktivitetstilbuddene tilbyder forebyggende og sundhedsfremmende aktiviteter, som giver dig mulighed for at:

- øge din trivsel og livskvalitet.
- øge dit netværk/mindske og forebygge ensomhed.
- fastholde dine ressourcer.

Hørsholm Kommune har følgende fire aktivitetstilbud:

- **Aktivhuset Selmersbo** er et åbent brugerdrevet tilbud, der drives i samarbejde med kommunen. Tilbuddet er til dig, der er selvhjulpen.
- **Aktivitetscenter Sophielund** er dels et åbent tilbud til dig, som er selvhjulpen, og dels et midlertidigt visiteret dagtilbud til dig, der har behov for støtte, mens du er på aktivitetscentret.
- **Dagcenter Breelteparken** er dels et åbent tilbud til dig, som er selvhjulpen, og dels et midlertidigt visiteret dagtilbud til dig, der har behov for støtte, mens du er på dagcentret.
- **Daghjemmet Kammerhuset** er et visiteret tilbud – primært til dig, der har en demenssygdom.

Fælles for alle tilbuddene er, at de tilbyder en vifte af aktiviteter tilpasset brugerne af stedet.

Det kan f.eks. være gymnastik, sang og musik, markering af højtider og årstider, madlavning, højtlæsning, foredrag og udflugter.

Du kan blive bruger af tilbuddene ved selv at tage kontakt til dem eller til visitationen. Hvis du henvender dig direkte til et af kommunens aktivitetstilbud, vil medarbejderne være behjælpelige med at fortælle dig om hvilke tilbud, der er på det pågældende sted.

Det er gratis at komme på kommunens aktivitetstilbud, men der vil være brugerbetaling for fx mad, arrangementer eller materialer. De fleste steder er der mulighed for at købe mad.

## Frivillige tilbud

I Hørsholm Kommune er der en lang række tilbud om idræts- og kulturaktiviteter i regi af byens foreninger eller Frivilligcenter og Selvhjælp Hørsholm. Her kan du lade dig inspirere til at holde dig i gang enten som bruger eller som frivillig.

Kommunen har et abonnement hos Boblberg.dk, som er en digital platform for fællesskaber. På Boblberg.dk kan du og andre brugere skabe nye sociale relationer og fællesskaber baseret på jeres fælles interesser. Det kan være alt fra, at man søger en ny gåtursmakker, en læse- eller strikkeklub eller en ekstra spiller til fodboldholdet. Du kan oprette en profil, hvor du søger efter nye bekendtskaber på [www.boblberg.dk](http://www.boblberg.dk).

## Aktivhuset Selmersbo

Aktivhuset Selmersbo er et levende samlingssted for dig, der bor i Hørsholm Kommune. Her er der fokus på det sociale samvær gennem forskellige aktiviteter. Der er fælles frokost, banko, fester og der er forskellige hold, du kan deltage i f.eks.

sprogundervisning, yoga eller bridge. Selmersbo er brugerstyret, så det er medlemmerne, der står for de fleste af arrangementerne i samarbejde med lederen af Selmersbo.

Læs mere om Selmersbo: [www.selmersbo.dk](http://www.selmersbo.dk)

### **Aktivitetscenter Sophielund**

Aktivitetscenter Sophielund er et tilbud til dig, som er pensionist eller på efterløn og bor i eget hjem. Du kan komme på aktivitetscentret, som det passer for dig, hvis du er helt selvhjulpen. Hvis du f.eks. har brug for støtte til aktiviteter, måltider eller toiletbesøg, så kan du blive visiteret til centrets dagtilbud, hvor du kan komme to gange om ugen fra kl. 10.00-14.00. I det tilfælde vil der være personale til stede, som kan støtte dig, når du har behov. Du kan også blive visiteret til aktivitetscentret, hvis din ægtefælle eller samboende hjælper dig i hjemmet og har behov for aflastning.

Hvis du er visiteret til dagtilbud på Aktivitetscenter Sophielund, får du forplejning i form af formiddagskaffe, frokost og eftermiddagskaffe, når du er på centret.

Du opkræves brugerbetaling for forplejning og til eventuel transport. Brugerbetalingen kan oplyses af visitationen eller ved kontakt til medarbejderne på centret.

Aktivitetscentret tilbyder mange forskellige aktiviteter. Du har eksempelvis mulighed for at gå til træning – enten som selvtræner eller på gymnastikhold. Derudover er der forskellige kreative hold, sang, bridge, yoga med videre. Der bliver arrangeret fester, filmvisning og andre fælles aktiviteter (Se udbuddet på hjemmesiden).

Aktivitetscenter Sophielund har et spisested, hvor du har mulighed for at nyde både varme og kolde retter, som kan spises på stedet eller tages med hjem. Spisestedet har åbent mellem kl. 11.30 og 13.00.

Aktivitetscentret har en brugerbestyrelse bestående af engagerede repræsentanter for brugerne af centret.

Læs mere om Aktivitetscenter Sophielund her: <https://sophielund.horsholm.dk>

### **Breelteparkens Dagcenter**

Breelteparkens Dagcenter er et tilbud til dig, som er pensionist eller på efterløn og bor i eget hjem. Du kan komme på dagcentret, som det passer for dig, hvis du er helt selvhjulpen. Hvis du f.eks. har brug for støtte til aktiviteter, måltider eller toiletbesøg, så kan du blive visiteret til centrets dagtilbud, hvor du kan komme to gange om ugen fra kl. 10.00-14.00. I det tilfælde vil der være personale til stede, som kan støtte dig, når du har behov. Du kan også blive visiteret til dagcentret, hvis din ægtefælle eller samboende hjælper dig i hjemmet og har behov for aflastning.

Hvis du er visiteret til dagtilbud på Breelteparkens Dagcenter, får du forplejning i form af formiddagskaffe, frokost og eftermiddagskaffe, når du er på centret.

Du opkræves brugerbetaling for forplejning og til eventuel transport. Brugerbetalingen kan oplyses af visitationen eller ved kontakt til medarbejderne på centret.

På Breelteparkens Dagcenter er det målet at skabe en indholdsrig hverdag for dig. Dagcentret

tilbyder derfor et væld af aktiviteter og medarbejderne er lydhøre over for dine ønsker. Du kan fx deltage i aktiviteter som musik og sang, håndarbejde og fysisk træning.

Der er desuden en frisørsalon, en fodterapeut og en fysioterapeut på Breelteparken.

Breelteparken har et spisested, som hver dag serverer mad til beboere, brugere, pårørende, medarbejdere samt lokalområdets pensionister. Spisestedet har åbent mellem kl. 12.00 og 13.00.

Læs mere om Breelteparkens Dagcenter her:  
<https://breelteparken.horsholm.dk/dagcenter>

### **Daghjemmet Kammerhuset**

Daghjemmet Kammerhuset er et tilbud til dig, der har demens eller andre fysiske eller psykiske udfordringer.

Du kan blive visiteret til Kammerhuset, hvis du bor i eget hjem og har et omfattende og vedvarende behov for støtte og pleje i dagtimerne. Du kan også komme i Kammerhuset, hvis din ægtefælle eller samboende hjælper dig i hjemmet og har behov for aflastning.

Du kan blive visiteret til mellem en og fem dage om ugen i Kammerhuset – afhængigt af dit behov. Dit behov bliver vurderet i samråd med dig, visitationen, kommunens demenskoordinator, Kammerhusets personale, hjemmeplejen og eventuelt dine pårørende. Du skal være opmærksom på, at der kan være venteliste til Kammerhuset.

Hvis du er visiteret til Daghemmet Kammerhuset, får du forplejning i form af formiddagskaffe, frokost og eftermiddagskaffe.

Du opkræves brugerbetaling for forplejning og til eventuel transport. Brugerbetalingen kan oplyses af visitationen eller ved kontakt til medarbejderne på centret.

Aktiviteterne i Kammerhuset varierer og kan for eksempel være højtlesning, avislæsning, aktiviteter i mindre grupper sammensat efter interesser, gåture, køretur i vores minibus, banko eller musik og sang. Vi udarbejder en aktivitetsplan for månedens aktiviteter, som du kan orientere dig i.

Daghjemmet Kammerhuset understøtter, at du lever et liv med relationer og fællesskab uanset dit funktionsniveau. Vi bruger udtrykket ”ude godt, så hjemme bliver bedre.”

Er du eller en af dine pårørende interesseret i at høre mere om aktivitetstilbuddene, kan du kontakte kommunens demenskoordinator eller visitationen.

Læs mere om Daghemmet Kammerhuset her:  
<https://kammerhuset.horsholm.dk>

### **Frivillig på et aktivitetstilbud**

Hvis du gerne vil være frivillig på et af kommunens aktivitetstilbud, er der gode muligheder for at påtage sig forskelligartede opgaver efter interesse. F.eks. er flere aktiviteter styret af frivillige, og på spisestederne hjælper mere end 30 frivillige til ved at varetage forskellige opgaver i et tæt samarbejde med personalet.

Kontakt personalet på et af aktivitetstilbuddene, hvis du er interesseret i at høre mere om det frivillige arbejde.



## **LOVGRUNDLAG**

Aktivhuset Selmersbo:  
Servicelovens §79  
Aktivitetscenter Sophielund og  
Breelteparkens Dagcenter:  
Servicelovens §§ 79 og 86 stk. 2  
Daghjemmet Kammerhuset:  
Serviceloven §§ 84 stk. 1 og 86 stk. 2

## **VISITATION**

Du skal kontakte visitationen eller kommunens demenskoordinator, for at blive visiteret til Kammerhuset, Aktivitetscenter Sophielund eller Breelteparkens Dagcenter.

## **KØRSEL**

Hvis du ikke selv kan transportere dig og bor et stykke derfra, kan mod brugerbetaling få kørsel til Kammerhuset og hvis du er visiteret til Aktivitetscenter Sophielund og Breelteparkens Dagcenter.

## **GENERELT OM AKTIVITETSTILBUDDENE**

### **TRANSPORT**

Hvis du pga. af fysiske, psykiske eller sociale årsager ikke selv kan transportere dig til et aktivitetstilbud, kan du blive godkendt til en kørselsordning. Du skal kontakte Daghemmet Kammerhuset, Aktivitetscenter Sophielund eller Breelteparkens Dagcenter for at søge om at blive godkendt til kørselsordningen. Hvis du bliver godkendt til kørselsordningen, er der en egenbetaling, som reguleres en gang årligt.

### **BETALING**

Der vil være brugerbetaling til de konkrete aktiviteter, du deltager i og for mad.

### **KONTAKT**

Hvis du gerne vil deltage i aktiviteterne på et aktivitetstilbud, kan du kontakte det enkelte sted.  
For at blive visiteret til et aktivitetstilbud skal du kontakte

Visitationen:

Telefon 48 49 00 11

Mandag, tirsdag, torsdag, fredag kl. 9.00-12.00.

Onsdag lukket.

Demenskoordinator:

Telefon 49 49 46 90

mandag til torsdag kl. 9.00-12.00.

Her finder du Hørsholm Kommunes  
aktivitetstilbud:

### **Aktivhuset Selmersbo**

Selmersvej 13, 2970 Hørsholm

mail: [selmersbo@horsholm.dk](mailto:selmersbo@horsholm.dk)

tlf. 48 49 43 00

Åbningstider

Mandag-torsdag kl. 09.00-16.00

Fredag kl. 09.00-14.00

### **Aktivitetscenter Sophielund**

Sophielund 25, 2970 Hørsholm

mail: [sophielund@horsholm.dk](mailto:sophielund@horsholm.dk)

tlf. 48 49 43 20

Åbningstider

Mandag-torsdag kl. 09.00-15.00

Fredag kl. 09.00-14.00

### **Dagcenter Breelteparken**

Breeltevej 1, 2970 Hørsholm

mail: [breelteparken@horsholm.dk](mailto:breelteparken@horsholm.dk)

tlf. 45 16 09 99

Mandag-fredag kl. 9.00-15.00

### **Daghjemmet Kammerhuset**

Sophielund 27, 2970 Hørsholm

mail: [kammerhuset@horsholm.dk](mailto:kammerhuset@horsholm.dk)

tlf. 48 49 44 30

Åbningstider

Mandag-fredag kl. 08.15-15.00



# Transport og kørsel

I Hørsholm Kommune vil vi gerne understøtte dig i at kunne leve det liv, du ønsker. Derfor er der forskellige muligheder for at få støtte til at transportere sig rundt. Nogle kræver en henvisning og andre er tilgængelige for alle.

## Handicapkørsel (Flexhandicap)

Hvis du ikke er stand til at benytte offentlige transportmidler, har du mulighed for at søge om kørsel gennem flexhandicap-ordningen.

Du kan få kørsel med flexhandicap-ordningen, hvis du opfylder følgende betingelser:

- Du skal være meget bevægelseshæmmet, blind eller stærkt svagsynet.
- Du skal være kørestolsbruger eller have et ganghjælpemiddel som fx en rollator, gangbuk eller albuestokke, som er bevilget af kommunen.

Formålet med flexhandicap-ordningen er, at du har samme muligheder for kørsel som andre, hvis du ikke kan benytte bus eller tog. Du kan bruge flexhandicap-ordningen til kørsel til alle formål som fx besøg hos familie og venner, indkøb, fritids- og kulturelle aktiviteter samt til behandling, hvor andre kørselsordninger ikke dækker.

Flexhandicap-ordningen giver dig mulighed for:

- 104 enkeltture om året.
- Kørsel hele døgnet.
- Kørsel i hele Østdanmark samt de brolagte øer.
- At blive fulgt fra dør til dør.
- At medbringe 2 hjælpemidler.
- At medbringe op til 2 ledsagere til halv takst forudsat, at ledsagerne ikke selv har brug for hjælp eller er kunde hos flextrafik.

- At medtage op til to børn under 12 år gratis.
- At medbringe fører- eller servicehund eller 1 dyr i en taske.
- At medbringe 1 kuffert og 1 stk. håndbagage.
- Da kørselsordningen er kollektiv, kan du ikke forvente at blive kørt en direkte rute. Det betyder, at du skal påregne en omvejskørsel på op til 30 min. pr. tur eller en forlængelse på op til 150 % af den direkte køretid. Du betaler kun kilometertakst svarende til direkte kørsel.

## LOVGRUNDLAG

Lov om trafikkselskaber §11

## KONTAKT

Hvis du ønsker at vide mere og søge om flexhandicap-ordningen, kan du læse mere på Movias hjemmeside her.

Hvis du har spørgsmål til ansøgningskemaet eller til flexhandicap-ordningen, skal du kontakte Borgerservice på 48 49 00 00

## PRIS

Flexhandicapordningen koster et årligt medlemsgebyr, der reguleres hvert år ved den årlige takstændring for kollektiv trafik. Herudover betaler du en fast grundpris samt en fast kilometertakst:  
Grundpris for op til 5 km: 30,00 kr.  
Kilometertakst 5-40 km: 3 kr.  
Kilometertakst over 40 km: 1,40 kr.  
Der er ingen maksimal egenbetaling. Egenbetalingen opkræves gennem Movia månedligt via Betalingsservice

## Kørselsordning med Flextur

Hørsholm Kommune er med i Kørselsordning med Flextur, som er et tilbud til alle kommunens borgere. Flextur er en mulighed for dig, der har for langt til kollektiv trafik, eller blot har behov for at komme nemt og bekvemt fra punkt A til punkt B uden skift. Hvis du f.eks. har brug for at blive kørt lige til din adresse med tunge varer på slæb, så kan Flextur være løsningen.

Flextur giver dig adgang til at bestille kørsel på de tidspunkter, hvor du har behov. Du bestiller kørslen hos Movias kundecenter på tlf. 70 26 27 27 eller via [hjemmesiden](#) senest to timer før ønsket afhentning. Du kan kun køre til andre kommuner, hvis de også tilbyder Flextur kørsel.

Bestilling kan ske kl. 08-16 alle dage, og afhentning kan ske i tidsrummet 06-23, også på alle ugens dage.

Flextur koordineres med Movia Flextrafiks øvrige kørsler, og du kan derfor komme til at køre sammen med andre kunder. Flextur udføres typisk af taxaer og minibusser.

### HENVISNING

Flextur kræver ikke henvisning. En Flextur koster 36 kr. i opstartstakst inkl. 10 km kørsel indenfor kommunen og 8 kr. pr. efterfølgende kilometer. Du betaler ikke for eventuel omvejskørsel i forbindelse med afhentning og afsætning af andre kunder

### KONTAKT

Du kan læse mere om flextur [her](#).

## Kørsel til læge eller speciallæge

Hvis du er pensionist eller førtidspensionist og er væsentligt gangbesværet, eller har anden sygdom, som gør det umuligt for dig at benytte offentligt transport, herunder Flextur, kan du visiteres til kørsel til almen praktiserende læge eller nærmeste speciallæge, hvor din behandling betales af regionen.

Du skal samtidig også tilhøre sygesikringsgruppe 1, det vil sige, der skal stå "1" midt på dit gule sygesikringskort.

For at modtage hjælp til kørsel, skal du visiteres til dette.

Kørslen varetages af Movia Flextrafik bil eller liftbus. Der kan være andre passagerer med i bilen, hvorfor bilen ikke nødvendigvis kører den direkte vej.

### LOVGRUNDLAG

Sundhedsloven § 170

### VISITATION

Du skal visiteres til kørsel. Det sker ved henvendelse til Borgerservice

### KONTAKT

Hvis du er visiteret til kørsel, bestiller du kørslen ved at kontakte Borgerservice på tlf. 48 49 00 00

Mandag, tirsdag, fredag kl. 09.00-12.30,

Torsdag kl. 09.00-12.30 og 15.00-17.00

Onsdag lukket

# Støtte til pårørende

I Hørsholm Kommune værdsætter vi den indsats, som pårørende yder for deres familiemedlemmer eller andre nærtstående. Derfor har vi en række tilbud til dine pårørende, hvis de får brug for råd og vejledning. Dine pårørende kan altid tage en snak med de medarbejdere, der er ansat på plejehjemmene, eller som kommer i jeres hjem. Det er vigtigt med en god dialog – også når tingene er svære.

Det er ofte en ny og særlig situation at være pårørende til en person, som har brug for støtte og hjælp. Der kan derfor være behov for støtte og vejledning til begge parter. I Hørsholm Kommune lægger vi stor vægt på at lytte til og støtte pårørende, fordi det for alle parter er af stor betydning, at der er et godt samspil. Omvendt så ser vi også gerne, at de pårørende er en aktiv del af samarbejdet. Hvis du på et tidspunkt får behov for hjælp fra andre end dine pårørende, er det vigtigt for alle, at der bliver skabt et godt samarbejde, og at alle føler sig inddraget og værdsat.

Sammen med dig, som skal have støtte og hjælp, aftaler vi, hvilken rolle dine pårørende har i dagligdagen, hvad I har behov for hjælp til, samt hvordan vi samarbejder. Det er en betingelse for, at vi kan inddrage og samarbejde med dine pårørende, at du – hvis du har behov for støtte og hjælp – skal give samtykke til, hvem vi må samarbejde med og hvordan.

Når du får behov for støtte og hjælp, står dine pårørende over for nye udfordringer i hverdagen. Det kan for eksempel være en ny rolle, overvejelser om fremtiden, bekymringer og sorg. I den situation er det helt afgørende, at de ikke står alene, og at de i tide får talt med andre om det, der kan være svært – både følelsesmæssigt og praktisk. På Sorgvejviseren kan I finde tilbud

til sorgramte fra kommuner, foreninger og i regi af Folkekirken. Du kan ved at angive Hørsholm Kommune i søgefeltet finde frem til de tilbud, der er for sorgramte i kommunen. Find Sorgvejviseren [her](#).

## Visitationen

Hvis I som familie har brug for rådgivning og vejledning om støtte og hjælp til en pårørende, kan I henvende jer til Visitationen i Hørsholm Kommune.

## Bisidder

Du og dine pårørende kan altid vælge at få støtte fra en bisidder, når I f.eks. skal til et møde med kommunen, ved lægebesøg og lignende. En bisidder er et ekstra sæt øjne og ører, som kan hjælpe jer med at huske, hvad der blev sagt, eller huske hvad det var, I selv ville sige eller spørge om. En bisidder kan være en pårørende, en ven eller en bekendt. En bisidder kan også være en frivillig person. Bisidderen er uafhængig og er naturligvis underlagt tavshedspligt. Der er mange forskellige organisationer, som tilbyder en frivillig bisidder. Du kan eksempelvis få en gennem Ældre Sagen, hvis du er medlem.

## Plejevederlag

Hvis du er uhelbredeligt syg eller døende, og en af dine pårørende ønsker at passe og pleje dig i dit hjem i den sidste tid, har din pårørende mulighed for at søge plejevederlag. Din pårørende har ret til at få orlov fra sit arbejde, hvis vedkommende er berettiget til plejevederlag. Det er muligt at dele plejeopgaven og plejevederlaget mellem flere pårørende.

## Pasning af nærtstående

Hvis du selv er alvorligt syg eller har et handicap og en af dine pårørende ønsker at søge orlov til at passe dig, har vedkommende mulighed for at søge pasning af nærtstående i op til 6 måneder. Din pårørende skal være tilknyttet arbejdsmarkedet og vil blive ansat af Hørsholm Kommune.

### LOVGRUNDLAG

Serviceovens §§ 118 og 119

### VISITATION

Plejevederlag og pasning af nærtstående bevilges af Visitationen.

### KONTAKT

Visitationen på tlf. 48 49 00 11  
Mandag, tirsdag, torsdag, fredag  
kl. 09.00-12.00.  
Onsdag lukket.  
eller ansøg digitalt [her](#).

# Tilbud til borgere med demens eller hukommelsessvækkelse

## Tilbud til borgere med en demenssygdom

Demens er en fællesbetegnelse for en række sygdomstilstande, hvor der sker en vedvarende svækkelse af mentale funktioner. Demens er derfor ikke en specifik sygdom, da mange forskellige sygdomme kan medføre demens. Demens er en samlet betegnelse for en gruppe sygdomme, der angriber hjernen. En demenssygdom medfører ændringer i dømmekraft, følelser og personlighed og påvirker hukommelse, koncentration, sprog og orienteringsevne.

Demenssygdommene bliver kaldt "de pårørendes sygdom", da du som dement ikke altid føler dig generet af symptomerne, mens den eller de pårørende kan blive hårdt belastet af demens i familien.

Det er vigtigt, at dine pårørende er opmærksomme på eventuelle symptomer på en begyndende demenssygdom, og at de medvirker til, at den demensramte bliver undersøgt for sygdommen.

## Daghjemmet Kammerhuset

Du kan blive visiteret til daghjemmet Kammerhuset, hvis du bor i eget hjem og har et omfattende og vedvarende behov for støtte og pleje i dagtimerne. Du kan også blive visiteret til Kammerhuset, hvis din ægtefælle/samboende hjælper dig i hjemmet og har behov for aflastning.

Du kan blive visiteret til Kammerhuset 1-5 dage om ugen. Dette bliver vurderet i samråd med Visitationen, kommunens demenskoordinator, Kammerhusets personale, hjemmeplejen og eventuelt dine pårørende. Der kan være venteliste.

Læs mere om Daghjemmet Kammerhuset under **Aktivitetstilbud**.

## Pårørendegrupper

Formålet med tilbuddet er at give rådgivning og støtte i et netværk af ligestillede, hvor man kan tale med andre pårørende til borgere med demens, som oplever noget tilsvarende, samt udveksle viden og erfaringer. Der er en demenskoordinator til stede, som kan bidrage med svar på spørgsmål, samt give rådgivning og støtte. Der er mulighed for at lave en individuel aftale med demenskoordinatoren, hvis der er ønske herom.

## Støtte og vejledning fra demenskoordinator

Har du mistanke om demenslignende symptomer hos dig selv eller dine pårørende, og er du borger i Hørsholm Kommune, kan du kontakte kommunens demenskoordinator. Hun giver råd og vejledning om hukommelsesproblemer og demens. Demenskoordinatoren kan træffes på tlf. 48 49 46 90 mandag til torsdag mellem kl. 09.00 og 11.00.

Tilbuddet består af besøg af demenskoordinator i borgerens hjem eller andet efter aftale.

Tilbuddet gælder borgere, der er:

- Nydiagnosticerede.
- Har haft en demensdiagnose i længere tid.
- Har brug for støtte og hjælp i hverdagen.

Besøg af demenskoordinator til efterladte.

Har du mistet en pårørende med demens, så har du mulighed for at få besøg af demenskoordinator.

### **Tilbud om undervisning til pårørende**

Hillerød, Frederikssund, Helsingør og Hørsholm kommuner samarbejder om undervisning til pårørende. Du kan kontakte Hørsholm kommunes demenskoordinator, hvis du er pårørende og gerne vil høre mere om tilbuddet.

### **TILBUD OM TRÆNING TIL BORGERE MED DEMENS PÅ SMÅ HOLD**

Du har mulighed for at deltage i et mindre hold for borgere med demens to gange om ugen. Træningen foregår på Sundheds- og Rehabiliteringscenter Hørsholm. Henvendelse til demenskoordinatoren eller Sundheds- og Rehabiliteringscenter Hørsholm

Demenskoordinatoren kan træffes på tlf. 48 49 46 90

Mandag-torsdag mellem kl. 09.00-11.00



# Hjælpemidler og boligindretning

I Hørsholm Kommune vil vi gerne understøtte, at du lever et så selvstændigt liv som muligt, selv om du har en nedsat funktionsevne. Hvis du har en varigt nedsat fysisk eller psykisk funktionsevne, har du mulighed for at søge om hjælpemidler og hjælp til boligindretning, der kan lette din hverdag.

Hjælpemidlet skal kunne afhjælpe følgerne af din nedsatte funktionsevne eller gøre din hverdag lettere – gerne så du bliver mere selvstændig og uafhængig af andre. Du kan også få et hjælpemiddel, hvis det er nødvendigt for, at du kan udføre et erhverv.

Du skal være opmærksom på, at der findes mange hjælpemidler og andre produkter, der kan hjælpe dig i dagligdagen, som du selv skal købe. Det kan f.eks. være skridsikre bademåtter, gigtvenligt køkkenudstyr, læselupper og hvilestole, som du kan købe i almindelig handel.

Du kan ikke få et hjælpemiddel, der kun er til motion. Det er f.eks. en pedaltræner, sofacykel, gangstave osv.

Hvis du har brug for et hjælpemiddel i forbindelse med en behandling, f.eks. på sygehuset, er det behandlingsstedet (sygehus el. skadestue), som skal sørge for de nødvendige hjælpemidler.

Bemærk, at du skal have en bevilling på et ønsket hjælpemiddel, før du anskaffer det, for at kunne få støtte hertil.

## Hjælpemidler og boligindretning, som kan lette din hverdag

Hvis du i din hverdag oplever vanskeligheder med at klare dig selv eller med at komme rundt i din bolig på egen hånd, kan du søge om et hjælpemiddel eller støtte til boligændring. Når du søger, vil du få råd og vejledning. Vi vil gerne finde en løsning, der passer til dine behov sammen med dig. I nogle tilfælde finder vi frem til, at et kompenserende hjælpemiddel er det rette for dig, og andre gange finder vi frem til, at en ændring af din boligindretning er løsningen. Der findes således forskellige former for støtte, som kan hjælpe dig med bedre at klare dig selv. For at få tildelt et hjælpemiddel eller få støtte til boligindretning, er det et krav, at hjælpemidlet eller ændringen af boligindretningen i væsentlig grad kan lette din hverdag. Vi tildeler dig i udgangspunktet den bedst egnede og billigste løsning.

## Hjælp til boligindretning

Du kan søge om hjælp til boligindretning, hvis din bolig kan indrettes således, at du bedre kan klare dig selv. Eksempler på hjælp til boligindretning kan være ændring af adgangsforhold og tilgængelighed i hjemmet, f.eks. fjernelse af dørrtrin eller opsætning af automatisk døråbner.

## Forbrugsgoder

Du kan søge om støtte til forbrugsgoder. Et forbrugsgode er kendetegnet ved at være fremstillet til almindelig brug hos befolkningen og forhandles bredt. Støtte til forbrugsgoder vil som hovedregel blive givet med 50 procent af betalingen på et standardforbrugsgode. Et eksempel på et forbrugsgode er en el-scooter eller et gelænder.

Du kan ikke få støtte til forbrugsgoder, der kan betegnes som sædvanligt indbo. Det kan f.eks.

være smartphone, tablet, vaskemaskine, opvaskemaskine, tørretumbler, mikrobølgeovn, robotstøvsuger o.l. Definitionen af sædvanligt indbo ændres løbende i takt med den teknologiske udvikling og samfundsudviklingen.

## Hjælpemidler til udlån

Du kan søge om hjælpemidler, som du låner af kommunen, f.eks.:

- Rollator
- Kørestol
- Toiletstol
- El-kørestol

Hjælpemidlerne er til udlån, så længe du har et behov, og de skal derfor afleveres tilbage, hvis du ikke længere har brug for dem. Du skal i udgangspunktet selv sørge for daglig drift og vedligeholdelse af de hjælpemidler, som du har lånt, f.eks. udskiftning af dæk og slanger på din kørestol eller rengøring af hjælpemidlet.

## Kropsbårne hjælpemidler

Du kan søge om støtte til kropsbårne hjælpemidler, hvis du har en varig fysisk funktionsnedsættelse. På baggrund af lægelige helbredsoplysninger og din egen beskrivelse, kan du for eksempel få støtte til:

- Diabeteshjælpemidler
- Ortopædisk fodtøj
- Kateterprodukter

Du kan have brug for et personligt hjælpemiddel på grund af en varig tilstand eller sygdom, og det vil som oftest være hospitalet eller din læge, der sender en ansøgning til kommunen på dine vegne. Bemærk, at du skal have en bevilling på et ønsket hjælpemiddel, før du køber det, for at kunne få støtte hertil.

## Bleer

Du kan ansøge om bleer hos kommunen, hvis det er lægeligt vurderet, at du har varig inkontinens. Du skal derfor starte med at kontakte din egen læge og blive undersøgt for, om din inkontinens skyldes en sygdom, og om du kan blive behandlet for din inkontinens.

Hvis dit behov er varigt, og din læge har vurderet, at du ikke kan behandles for din inkontinens, vil din læge kontakte kommunen med henblik på, at du får en blebevilling efter Servicelovens § 113. Lægen skal sende en fyldestgørende ansøgning med udredning til kommunen, og det er kommunen, der afgør, om du kan få en blebevilling. Hjemmesygeplejen vil kontakte dig, når din ansøgning skal behandles. Kommunen bevilger alene bleer og ikke fx liggeunderlag eller stiklagner, da det ikke betragtes som hjælpemidler eller forbrugsgode.

## Kateter

Du kan ansøge om kateterprodukter hos kommunen, hvis du er udredt hos egen læge eller på hospitalet, og dit behov for kateter er varigt. Kommunen vil i samarbejde med dig finde frem til det bedst egnede og billigste produkt.

## Kompressionsprodukter (strømper, ærmer m.v.)

Hvis din egen læge eller hospitalet har ordineret kompression, som led i din aktuelle og vedligeholdende behandling, skal din ansøgning behandles af Region Hovedstaden.

## Hjælpemidler til syn, hørelse og kommunikation

Hvis du har væsentligt nedsat syn eller hørelse, har du mulighed for at søge om et syns-, kommunikations- eller høreteknisk hjælpemiddel. Hørsholm Kommune samarbejder med Kommunikationscenteret i Hillerød, der har en særlig ekspertise på området. Du skal derfor henvende

de dig der, hvis du mener at have brug for et hjælpemiddel. Det kan f.eks. være kikkertbrille, speciallampe, teleslynge eller talemaskine. Her vil de vurdere og afprøve de bedst egnede hjælpemidler til dig, hvis du er berettiget.

#### **LOVGRUNDLAG**

Serviceovens §112 (hjælpemidler)  
Serviceovens §113 (forbrugsgoder)  
Serviceovens §116 (boligindretning)

#### **KONTAKT**

Hvis du vil søge om et hjælpemiddel eller boligindretning, kan du anvende ansøgningsskema til visse personlige hjælpemidler på [borger.dk](http://borger.dk) eller kontakt Hjælpemiddelvisitationen på tlf. 48 49 00 12

Mandag, tirsdag, torsdag

Onsdag lukket.

Fredag kl. 09.00-12.00.

Eller kropsbårne hjælpemidler på tlf. 48 49 00 10

Tirsdag og torsdag kl. 09.00-11.00

For hjælpemidler til syn, hørelse og kommunikation kontakt Kommunikationscenteret i Hillerød.  
Læs mere [her](#).

Du finder Hjælpemiddeldepotet her:  
Rundforbivej 176  
2850 Nærum  
Åbent hus:  
Tirsdag kl. 10.00-12.00  
Hjælpemidler kan hentes og afleveres alle hverdage mellem kl. 09.00-14.00

### **Hjælpemiddelbasen**

I Hjælpemiddelbasen kan du finde billeder og oplysninger om ca. 25.000 hjælpemidler. Vær opmærksom på, at du ikke kan få støtte til alle typer og fabrikater. Hjælpemiddelbasen drives af Social- og Boligstyrelsen og kan findes [her](#).

### **Har du været indlagt?**

Hvis du har været indlagt på hospitalet og har brug for hjælpemidler i en kortere periode, så er det hospitalet, som låner dig hjælpemidlet.

### **Frit valg**

Du har mulighed for at vælge et andet hjælpemiddel eller anden leverandør end den, som Hørsholm Kommune benytter.

Læs mere i afsnittet **Frit valg af leverandør**.

### **Åbent hus**

Kom til åbent hus på det tværkommunale hjælpemiddeldepot, hvor du har mulighed for at afprøve mindre hjælpemidler. I nogle tilfælde kan vores sagsbehandlende terapeut give dig hjælpemidlet med hjem samme dag.



# Genoptræning

## Genoptræning og vedligeholdelsestræning

I Hørsholm kommune har vi fokus på at understøtte dig i at leve et så selvstændigt og aktivt liv som muligt. Derfor har vi tilbud om selvtræning på Aktivitetscentret Sophielund og Sundheds- og Rehabiliteringscenter Hørsholm, som du kan læse om i afsnittet **Selvtræning**.

Genoptræning er et tilbud, hvor du får mulighed for at genvinde og styrke dine færdigheder efter sygdom, skade eller indlæggelse, eller hvis du ikke længere er i stand til at klare det, som du kunne tidligere på grund af almen svækkelse.

Formålet med genoptræningen er, at du genvinder din funktionsevne og styrker dine færdigheder til at klare dagligdagens gøremål eller opretholde dine interesser. Genoptræning kan også gøre dig i stand til at mestre din hverdag på en ny måde, hvis din funktionsevne er blevet nedsat.

Genoptræningsforløbet planlægges i samarbejde med dig. Du er således selv med til at sætte mål for dit træningsforløb, og din plan evalueres og justeres løbende ud fra dine mål og behov samt en konkret individuel faglig vurdering. Genoptræningen tilrettelægges efter dine individuelle behov. Genoptræningen vil inddrage digitale understøttede tilbud og kan ud fra dit behov også indeholde holdtræning, individuelle tider eller opfølgninger.

## Genoptræning efter hospitalsindlæggelse

Hvis du har været indlagt på hospitalet og bliver udskrevet med en genoptræningsplan, bliver du henvist direkte til genoptræning på Sundheds- og Rehabiliteringscenter Hørsholm. Bor du i en

plejebolig, foregår genoptræningen på plejehjemmet.

Du vil blive kontaktet enten telefonisk eller via e-Boks inden for fire hverdage efter, at vi har modtaget en henvisning fra hospitalet med henblik på at finde en dato for opstart. Du vil blive indkaldt til en forundersøgelse senest syv dage efter modtagelsen af din genoptræningsplan. Hvis der i genoptræningsplanen står, at din genoptræning først må påbegyndes på et senere tidspunkt, vil du blive indkaldt til det tidspunkt, der står angivet.

## Genoptræning efter sygdom, skade eller svækkelse

Hvis du har oplevet et tab af funktionsevne på grund af sygdom eller almen svækkelse, men uden forudgående hospitalsindlæggelse, kan du få genoptræning, såfremt vi sammen vurderer, at du kan have gavn af træningen. Det forudsætter, at du ikke selv kan varetage din træning og derigennem genvinde din funktionsevne.

Hvis du har behov for genoptræning, skal du henvende dig til Træningsenheden på Sundheds- og Rehabiliteringscenter Hørsholm, der kontakter dig senest fire uger efter henvendelsen og aftaler en tid til en forundersøgelse.

Ved forundersøgelsen vil en fysio- eller ergoterapeut vurdere dit genoptræningsbehov og sammen med dig lægge en plan for dit genoptræningsforløb eller aftale, hvordan du fremadrettet selv kan varetage træningen i din dagligdag med f.eks. et hjemmeøvelsesprogram.

For at du skal få udbytte af genoptræningen, er det vigtigt, at du er motiveret herfor og yder en aktiv indsats i forløbet. Det kan f.eks. være ved,

at terapeuten giver dig nogle hjemmeøvelser, som du skal lave i tiden mellem dit fremmøde til genoptræning, eller at du i din dagligdag forsøger at være mere aktiv.

Det er også vigtigt for udbyttet af genoptræningen, at du har et kontinuerligt fremmøde. Hvis du ikke er i stand til dette, kan genoptræningsforløbet afbrydes. Du kan søge om et nyt forløb, når du igen har mulighed for at deltage aktivt.

### **Vedligeholdelsestræning**

Hvis du har en nedsat fysisk eller psykisk funktionsevne, særlige sociale problemer eller en kronisk lidelse og har behov for at træne dine færdigheder, har du mulighed for at få tilbudt vedligeholdende træning i en afgrænset periode.

Formålet med den vedligeholdende træning er at understøtte dig i at fastholde dine fysiske, psykiske og sociale evner og daglige aktiviteter samt at forebygge tab af færdigheder. Du har mulighed for at få vedligeholdende træning på Sundheds- og Rehabiliteringscenter Hørsholm, hvis du har et træningsbehov, som ikke kan dækkes af andre tilbud som f.eks. foreningstilbud, motionscentre, aktivitetscentre eller vederlagsfri fysioterapi. Dit træningsbehov vil eventuelt også kunne dækkes ved, at du får udleveret og bliver instrueret i et individuelt tilrettelagt hjemmetræningsprogram og får opfølgning på dette.



Varigheden af træningsforløbet afhænger af din situation og dine behov samt en konkret og individuel faglig vurdering. Du kan som udgangspunkt starte et nyt forløb en gang om året med en varighed på op til seks måneder.

Hvis du deltager på holdtræning, er der fokus på, at den foregår i et socialt miljø, hvor du har mulighed for at møde og tale med andre. Træningsforløbet afsluttes med en samtale med fysio- eller ergoterapeut, hvor du vil få gode råd til, hvordan du vedligeholder din funktionsevne og forslag til videre aktiviteter.

#### **LOVGRUNDLAG**

Sundhedslovens §140  
(genoptræning med genoptræningsplan)  
Servicelovens §86.1  
(genoptræning uden genoptræningsplan)  
Servicelovens §86.2  
(vedligeholdende træning)

#### **KONTAKT**

Sundheds- og Rehabiliteringscenter  
Hørsholm  
Louiselund 9  
2970 Hørsholm  
Alle hverdage 08.00-12.00  
på tlf. 48 49 00 86  
mail: [terapeuter@horsholm.dk](mailto:terapeuter@horsholm.dk)

#### **BETALING**

Genoptræning er gratis – der kan dog forekomme egenbetaling på visse træningsremedier eller mad i måltidsgrupper

#### **KØRSEL**

Hvis du har en genoptræningsplan fra hospitalet og ikke har mulighed for selv at transportere dig til genoptræning, så er din kørsel til træning gratis. Du skal kontakte Sundheds- og Rehabiliteringscenter Hørsholm for at lave en aftale om din kørsel. Hvis du i løbet af genoptræningsforløbet bliver i stand til selv at transportere dig til genoptræningen, skal du gøre dette. Hvis du ikke har en genoptræningsplan fra hospitalet, kan du få bevilget kørsel, hvis du ikke kan benytte dig af Flextur eller andre kørselsmuligheder. Der er brugerbetaling på denne kørsel

# Hverdagsrehabilitering

I Hørsholm Kommune vil vi gerne understøtte dig i at kunne klare dig selv bedst muligt i din hverdag – hele livet.

Oplever du vanskeligheder med at overkomme hverdagens aktiviteter, og har du svært ved at klare f.eks. indkøb, rengøring, tøjvask eller personlig pleje, har du mulighed for at få et hverdagsrehabiliteringsforløb, som består af vejledning, støtte og træning i at udføre de almindelige gøremål i hverdagen. Det er en forudsætning, at det bliver vurderet, at du er indenfor målgruppen for at modtage hjælp fra kommunen.

Du vil normalt få tilbudt et hverdagsrehabiliteringsforløb, når du søger om hjemmepleje, hvis en visitator, sammen med dig, vurderer, at du med den rette træning og støtte igen kan blive i stand til at klare alle eller nogle af de gøremål, du søger om hjælp til at klare.

Det er også muligt at få et hverdagsrehabiliteringsforløb, hvis du i forvejen modtager praktisk hjælp eller personlig pleje, men har behov for at træne dine færdigheder med henblik på at opnå en øget grad af selvstændighed.

Målet med hverdagsrehabilitering er, at du igen kan klare flest mulige af hverdagens gøremål.

Forløbet består som udgangspunkt af træning i hverdagens gøremål og kan eventuelt suppleres med anden træning, hvis dette øger dine muligheder for at blive i stand til at klare hverdagens gøremål igen.

Træningen foregår i dit hjem og dit nærområde og vil oftest foregå i forbindelse med, at en social- og sundhedshjælper hjælper dig med de daglige gøremål.

Indholdet i dit hverdagsrehabiliteringsforløb planlægges i et tæt samarbejde mellem dig og en ergoterapeut. Sammen laver I en realistisk plan og målsætning, som tager udgangspunkt i både dine ressourcer og nuværende begrænsninger. Formålet med planen er, at du når dine egne mål for at blive så selvhjulpne som muligt i din hverdag.

Du vil møde et tværfagligt team, der består af medarbejdere fra hjemmeplejen, ergoterapeuter, sygeplejersker, som alle vil hjælpe dig med at nå dine mål. Din træning foregår sammen med en medarbejder fra teamet, ofte en social- og sundhedshjælper.

Et hverdagsrehabiliteringsforløb kan f.eks. indeholde følgende:

- Træning i dagligdagens gøremål som eksempelvis personlig hygiejne, påklædning, toiletbesøg, tilberedning af måltider, indkøb, tøjvask, og rengøring
- Afprøvning af teknikker, der gør aktiviteterne lettere at udføre f.eks. ved brug af arbejdsredskaber.
- Vejledning i hensigtsmæssige arbejdsstillinger.
- Afprøvning af hjælpemidler.
- Instruktion i hjemmetræningsprogram.

Rehabiliteringsforløbet afsluttes, når du har nået dine mål og igen er blevet i stand til at klare dine daglige gøremål.

Du vil, inden afslutning af hverdagsrehabiliteringsforløbet, få en samtale med en ergoterapeut, hvor du kan få råd og vejledning til, hvordan du kan vedligeholde de opnåede resultater og fastholde dit selvstændige liv.



Når forløbet er blevet afsluttet, vil en visitator kontakte dig for en drøftelse af, om du har behov for anden støtte eller hjælp.

Under hverdagsrehabiliteringsforløbet vil du modtage støtte og hjælp til de nødvendige opgaver i hjemmet, som du eller andre i din husstand ikke selv kan klare. Hjælpen vil blive varetaget af din valgte hjemmeplejeleverandør.

#### **LOVGRUNDLAG**

Serviceovens §83a

#### **KONTAKT**

Hvis du ønsker at søge om et hverdagsrehabiliteringsforløb, skal du kontakte visitationen i Sundhed og Omsorg. på tlf. 48 49 00 11  
Mandag, tirsdag, torsdag, fredag  
kl. 09.00-12.00.  
Onsdag lukket  
Læs mere i afsnittet **Sådan søger du.**

#### **BETALING**

Rehabiliteringsforløbet er gratis for dig.

#### **PRAKTISK HJÆLP OG PERSONLIG PLEJE**

Hvis du efter rehabiliteringsforløbet fortsat har brug for støtte og hjælp til at klare hverdagens aktiviteter, har du mulighed for at søge praktisk hjælp og/eller personlig pleje.  
Læs mere i afsnittet **Sådan søger du.**



# Støtte og hjælp til anretning af mad og madservice

Hørsholm Kommune har forskellige tilbud til dig, der bor i egen bolig og ikke selv kan tilberede og/eller anrette dine måltider. Du kan få bevilget støtte på baggrund af, hvad du selv kan klare, og hvad du har behov for, at andre hjælper dig med. Vi vil gerne støtte dig i at kunne klare mest muligt selv i din hverdag, derfor vil vi hjælpe dig til at genoptræne færdigheder, som du har mistet.

Ud fra en konkret og individuel vurdering af dine ressourcer og begrænsninger, kan du få bevilget støtte eller hjælp til at anrette eller servere morgenmad, frokost, aftensmad og mellemmåltider samt indtagelse af drikke.

## Spisesteder

Kommunen har spisesteder på kommunens aktivitetscentre. På spisestederne kan du bestille mad til at tage med hjem, eller du kan nyde maden eller en kop kaffe på stedet.

Find menu og mere information:

[Aktivitetscenter Sophielund](#)

[Dagcentret Breelteparken](#)

## MADLEVERING

Hvis du har svært ved selv at tilberede mad, har du mulighed for at få madservice. Maden leveres fra Omsorgscentret Breelteparkens køkken, som tilbereder maden og sørger for udbringning. Du kan læse mere om madlevering fra Breelteparkens køkken [her](#).

Maden leveres dagligt som varm hovedret eller som afkølet hovedret, som skal varmes i ovn eller mikrobølgeovn. Der kan også tilkøbes madpakke og forret. Breelteparken kan levere speciallavet mad efter den enkelte borgers behov.



## Hvornår og hvordan leveres maden?

Den kolde mad leveres kl. 09.00-13.00, og chaufføren stiller maden i køleskabet. Du kan således spise maden, når det passer dig.

Den varme mad leveres kl. 10.45-13.00, og skal spises umiddelbart efter leveringen.

Du skal være hjemme ved levering af maden, og hvis du ikke er det, tager chaufføren maden med retur. Hvis du ikke er hjemme, har kommunen en tilsynsforpligtigelse til at sikre, at du ikke er kommet til skade i hjemmet.

## Fritvalgsbevis

Hvis du er visiteret til madservice i eget hjem, har du mulighed for at vælge at benytte et fritvalgsbevis. Fritvalgsbeviset fungerer som en købsret til et dagligt hovedmåltid med levering. Det betyder, at du har mulighed for selv at vælge en madleverandør, der kan levere din mad hjem til dig. Du eller din pårørende skal selv indgå en aftale med en madleverandør, f.eks. en slagter, en kro eller en anden madleverandør.

Der er egenbetaling for madlevering. Egenbetalingen er den samme, uanset om du vælger mad fra Breelteparkens centralkøkken eller gør brug af et fritvalgsbevis. Det kommunale tilskud til madlevering er også det samme, uanset om du vælger madlevering fra Breelteparkens køkken eller fra en anden godkendt madleverandør.

Du kan læse mere om, hvordan du får et fritvalgsbevis til madlevering [her](#) eller kontakte Visitationen på tlf. 48 49 00 11 mellem kl. 09.00-12.00 på alle hverdage for mere information.

### LOVGRUNDLAG

Serviceovens § 83

### KONTAKT

Hvis du ønsker at søge om støtte og hjælp til mad eller madservice, skal du kontakte Visitationen på tlf. 48 49 00 11  
Mandag, tirsdag, torsdag, fredag  
kl. 09.00-12.00.  
Onsdag lukket.

### BETALING

Du betaler for maden, men ikke for levering. Betalingen for madservice opkræves månedsvis bagud. Du kan tilmelde opkrævningen til betalingservice

### AF- OG GENBESTILLING

Ved afbestilling og genbestilling skal du kontakte køkkenet på tlf. 21 34 27 31  
Ring gerne i god tid og senest dagen før leveringen kl. 12.00-13.00, ellers bliver du opkrævet betaling for maden.  
Hvis du ikke længere ønsker madlevering, skal du kontakte Visitationen

# Praktisk støtte og hjælp

Hvis du oplever, at de praktiske opgaver i hverdagen er blevet svære at klare selv, kan du søge Hørsholm Kommune om støtte og hjælp til f.eks. rengøring, tøjvask og indkøb. Du får støtte og hjælp på baggrund af, hvad du selv kan klare, og hvad du har behov for, at andre hjælper dig med. Vi vil gerne støtte dig i at kunne klare mest muligt selv i din hverdag, derfor vil vi hjælpe dig til at genoptræne færdigheder, som du har mistet.

## Støtte og hjælp til rengøring

For at modtage støtte og hjælp til rengøring skal du visiteres til dette. Ved visitationen foretages en konkret, individuel vurdering med udgangspunkt i dine ressourcer og behov, samt dine eventuelle muligheder for at få støtte fra dine pårørende og dit netværk til at løse nogle af opgaverne.

Rengøring kan bevilges, hvis du er ude af stand til at varetage opgaver i forbindelse med rengøring på grund af svære eller totale begrænsninger i funktionsniveauet, og der ikke er andre i husstanden, der kan udføre opgaven.

For at modtage hjælp til rengøring, skal du som udgangspunkt også være berettiget til pleje, med mindre andre forhold taler for det. En diagnose vil ikke i sig selv medføre, at du bliver bevilget rengøring.

Indledningsvist vil vi se på, om du ved hjælp af tilpasninger i dit hjem fortsat kan varetage rengøringen. Du vil blive vejledt til f.eks. at ændre på møbleringen i hjemmet eller eventuelt selv anskaffe en robotstøvsuger, et teleskoprør til den almindelige støvsuger eller købe andre redskaber, som kan gøre det lettere at klare rengøringen. Du vil ligeledes blive vejledt til at fordele rengøringen over flere dage.

Hvis vi efter behandling af din ansøgning om støtte og hjælp vurderer, at du er inden for målgruppen for hjælp, skal du forud for afgørelsen deltage i et praktisk vurderingsforløb. Her vil det blive afklaret, hvad du selv kan klare eller kan træne dig op til at kunne klare igen, herunder om du kan betjene en robotstøvsuger og dermed selv støvsuge.

Først når det er afprøvet, hvorvidt vejledning, rehabilitering, træning eller et hjælpemiddel kan afhjælpe dit behov for støtte, kan det afgøres, om du er berettiget til hjælp og i så fald, hvad du kan få hjælp til. Hvis du ikke ønsker at deltage i afprøvningen, træffer vi afgørelse ud fra de oplysninger, som vi har til rådighed. I enkelte tilfælde, hvor det vurderes, at du ikke kan blive helt eller delvist selvhjulpent, kan du bevilges hjælp uden at have deltaget i et forudgående rehabiliteringsforløb.

Du har mulighed for at få støtte eller hjælp til rengøring hver tredje uge i dagtimerne på hverdage. Hjælpen tilrettelægges således, at du deltager aktivt og hjælper til med det, du kan.

Når du er visiteret til rengøring, vil du blive henvist til at anskaffe en robotstøvsuger, som enten du eller hjemmeplejen kan betjene. Når du modtager rengøringshjælp, skal du selv anskaffe robotstøvsuger, fladmoppesystem og rene klude samt rengøringsmidler. Det forventes, at du har anskaffet alle redskaber og har installeret robotstøvsugeren, når din rengøringsindsats går i gang.

Når du er visiteret til rengøring, vil du blive tilbudt ekstra større rengøring á 2 timers varighed én gang om året, udover den almindelige visiterede rengøring. Du kan læse mere i pjecen, som du finder nederst på hjemmesiden [her](#).

Er du i en vanskelig økonomisk situation, har du mulighed for at søge om økonomisk tilskud hos Hørsholm Kommune til en række enkeltudgifter. Du kan læse mere [her](#).

### Støtte og hjælp til tøjvask, samt skift af sengetøj

For at modtage støtte og hjælp til tøjvask og skift af sengetøj, skal du visiteres til dette. Ved visitationen foretages en konkret, individuel vurdering med udgangspunkt i dine ressourcer og behov, samt dine eventuelle muligheder for at få støtte fra dine pårørende og dit netværk til at løse nogle af opgaverne.

Du kan få hjælp og støtte til tøjvask og skift af sengetøj, hvis du har svære eller totale begrænsninger i dit funktionsniveau, og hvis der ikke er andre i husstanden, der kan udføre opgaven.

For at modtage støtte og hjælp til tøjvask og skift af sengetøj, skal du som udgangspunkt også være berettiget til pleje, medmindre andre forhold taler for det. En diagnose vil ikke i sig selv medføre, at du bliver bevilget tøjvask og skift af sengetøj.

Indledningsvist vil vi se på, om du ved hjælp af tilpasninger i dit hjem, fortsat kan varetage tøjvasken selv. Du vil blive vejledt til eksempelvis at afprøve mere hensigtsmæssige rutiner/ arbejdsgange, som kan lette tøjvasken, såsom at bære tøjet i en rygsæk, bære mindre portioner eller benytte en skammel ved påfyldning og tømning af maskinen.

Hvis vi efter behandling af din ansøgning om støtte og hjælp vurderer, at du er inden for målgruppen for hjælp, skal du forud for afgørelsen deltage i et praktisk vurderingsforløb. Her vil det blive afklaret, hvad du selv kan klare, eller kan træne dig op til at kunne klare igen. Først når det er afprøvet, hvorvidt vejledning, rehabilitering, træning eller et hjælpemiddel, kan afhjælpe dit behov for støtte, kan det afgøres, om du er berettiget til hjælp og i så fald, hvad du kan få hjælp til. Hvis du ikke vil deltage i afprøvningen, træffer vi afgørelse ud fra de oplysninger, som vi har til rådighed.

I enkelte tilfælde, hvor det vurderes, at du ikke kan blive helt eller delvist selvhjulpent, kan du bevilges hjælp uden forudgående rehabiliteringsforløb.

Du har mulighed for at få støtte eller hjælp til tøjvask, såfremt du har din egen vaskemaskine. Hvis det ikke er muligt at installere en vaskemaskine i dit hjem, kan du få hjælp til tøjvask i fællesvaskeriet i den ejendom, som du bor i.

Du har mulighed for at få støtte eller hjælp til tøjvask hver anden uge i dagtimerne på hverdage. Hjælpen tilrettelægges således, at du deltager aktivt og hjælper til med det, du kan. Støtte og hjælp til tøjvask kan f.eks. være:

- Hjælp til at sortere og vaske tøj.
- Ophængning og nedtagning af tøj/tørretumbling i egen tumbler.
- Pakning og transport af vasketøj til fællesvaskeri.
- Lægge tøj sammen og på plads.

### **Støtte og hjælp til planlægning af indkøb og indkøbsordning**

For at modtage hjælp til planlægning af indkøb samt indkøbsordning, skal du visiteres til dette. Ved visitationen foretages en konkret, individuel vurdering med udgangspunkt i dine ressourcer og behov, samt dine eventuelle muligheder for at få støtte fra dine pårørende og dit netværk til at løse nogle af opgaverne.

Støtte og hjælp til planlægning af indkøb samt indkøbsordning kan bevilges, hvis du er ude af stand til at varetage opgaver i forbindelse med indkøb, hvis du har svære eller totale begrænsninger i funktionsniveauet, og om der ikke er andre i husstanden, der kan udføre opgaven.

Hvis vi efter behandling af din ansøgning om støtte og hjælp vurderer, at du er inden for målgruppen for hjælp, skal du forud for afgørelsen deltage i et praktisk vurderingsforløb. Først når det er afprøvet, hvorvidt vejledning, rehabilitering, træning eller et hjælpemiddel kan afhjælpe dit behov for støtte, kan det afgøres, om du er berettiget til hjælp og i så fald, hvad du kan få hjælp til. Hvis du ikke vil deltage i afprøvningen, træffer vi afgørelse ud fra de oplysninger, som vi har til rådighed.

### **Planlægning af indkøb**

Du har mulighed for at få støtte eller hjælp til at planlægge dit indkøb, herunder gennemgå dit køleskab, skrive en indkøbsliste samt bestille varer hos leverandøren telefonisk eller elektronisk. Afhængigt af dine ressourcer og behov, kan du også få hjælp til at sætte indkøbte varer på plads. Du skal være visiteret til indkøbsordning for at få støtte og hjælp til at planlægge dit indkøb.



## Indkøbsordning

Hvis du ikke selv kan klare dine indkøb, og du eller andre i din husstand ikke selv kan bestille varer over internettet eller modtage varer, når de leveres, har du mulighed for at få en indkøbsordning. Med indkøbsordningen kan du selv – eventuelt med hjælp – bestille og købe varer over telefonen eller elektronisk. Hvis ikke du eller andre i din husstand er i stand til at sætte køle- og frostvarer på plads, hjælper leverandøren/chaufføren med dette.

Dagligvarer leveres én gang om ugen på hverdage i tidsrummet kl. 08.00-18.00.

Indkøbet afregnes mellem dig og leverandøren via dankort eller via betalingservice. Kommunen afholder udgifter til leveringen.

## LOVGRUNDLAG

Serviceovens § 83

## KONTAKT

Hvis du ønsker at søge om praktisk støtte og hjælp, skal du kontakte Visitationen på tlf. 48 49 00 11

Mandag, tirsdag, torsdag, fredag  
kl. 09.00-12.00.

Onsdag lukket.

## BETALING

Hjælpen er gratis for dig





# Støtte og hjælp til personlig pleje

Hvis du oplever, at du ikke længere selv kan klare din personlige pleje, kan du søge Hørsholm Kommune om støtte og hjælp til f.eks. at blive vasket, komme i bad, af- og påklædning og/eller toiletbesøg. Du får støtte på baggrund af, hvad du selv kan klare, og hvad du har behov for, at andre hjælper dig med. Vi vil gerne støtte dig i at kunne klare mest muligt selv i din hverdag, og derfor vil vi hjælpe dig til at genoptræne færdigheder, som du har mistet.

For at modtage støtte og hjælp til personlig pleje, skal du visiteres til dette. Ved visitationen foretages en konkret og individuel vurdering med udgangspunkt i dine ressourcer og behov. Hjælpen og støtten tilrettelægges således, at du deltager aktivt og hjælper til med det, du selv kan.

Hvis vi efter behandling af din ansøgning om støtte og hjælp vurderer, at du er inden for målgruppen for hjælp, skal du forud for afgørelsen deltage i et praktisk vurderingsforløb. Først når det er afprøvet, hvorvidt vejledning, rehabilitering, træning eller et hjælpemiddel kan afhjælpe dit behov for støtte og hjælp, kan det afgøres, om du er berettiget til hjælp og i så fald, hvad du kan få støtte og hjælp til.

I enkelte tilfælde hvor det vurderes, at du ikke kan blive helt eller delvist selvhjulpent, kan du bevilges hjælp uden et forudgående rehabiliteringsforløb.

Afhængigt af dine behov, er det muligt at få støtte til personlig pleje gennem hele døgnet på alle ugens dage.

Det kan være nødvendigt at ændre i din boligindretning for at kunne hjælpe dig med personlig pleje. Hjælpebidrag, som er nødvendige af hensyn til hjælpens udførelse, stilles til rådighed af kommunen. Det kan eksempelvis være en plejeseng eller en lift.

Du har mulighed for at få støtte eller hjælp til personlig pleje, hvor eksempler kan være:

- Personlig hygiejne
- Bad og hårvask
- Påklædning
- Tandbørstning
- Toiletbesøg
- Almindelig fodpleje og negleklip (ukompliceret)

## Støtte til aktiviteter i hverdagen

Hvis du ikke har pårørende, der kan hjælpe dig, har du mulighed for at få støtte til nødvendige aktiviteter i hverdagen som at:

- Læse breve og digital post.
- Kontakte læge eller pårørende.
- Planlægge din dag.

## Tryghedsskabende støtte i hverdagen

Hvis du bor alene og ikke modtager daglige besøg fra hjemmeplejen, har du mulighed for dagligt at få et tryghedsopkald fra en medarbejder fra kommunen.

For at modtage indsatsen, skal du visiteres til denne. Ved visitationen foretages en konkret, individuel vurdering med udgangspunkt i dine ressourcer og behov, samt om du har andre i dit netværk, som kan kontakte dig dagligt.

Opringningen foretages om morgenen alle ugens dage.

Opkaldene bortfalder, hvis du modtager daglige besøg fra hjemmeplejen.

## Nødkald

Hvis du har gentagne og aktuelle problemer med at falde og ikke selv er i stand til at komme op igen og ikke selv kan tilkalde hjælp, har du mulighed for at søge om et nødkald.

Du vil først få foretaget en faldforebyggende udredning, hvor din balance og fysiske funktionsevne vil blive vurderet i forhold til, om du vil kunne blive mere sikker med tilbud om genoptræning, hjælpemidler fx en rollator, samt om din bolig kan indrettes mere hensigtsmæssigt for at forebygge nye faldeepisoder. Det kan f.eks.

være at fjerne løse tæpper, udligne dørtrin og ændre møbleringen i din bolig. Det vil være en forudsætning for at få bevilget et nødkald, at du imødekommer kommunens anbefalinger om faldforebyggelse.

Samtidig vil det blive vurderet, om du er i stand til at benytte din mobiltelefon, hvor kommunens døgndækkende akutnummer er kodet ind, eller om andre i husstanden vil kunne tilkalde hjælp.

Hvis du er terminalt syg og har behov for at kunne tilkalde hjælp akut, kan du søge om nødkald. Det vil blive vurderet, om du er i stand til at benytte din mobiltelefon, hvor kommunens døgndækkende akutnummer er kodet ind, og om der er andre i husstanden, der vil kunne tilkalde hjælp.

Et nødkald er en alarmsender, der giver besked til Beredskabet, når du trykker på knappen. Hvis du får bevilget et nødkald, vil Beredskabet montere en elektronisk dørlås hos dig, så plejen kan komme ind i din bolig uden nøgle for at hjælpe dig. Hjemmeplejen er fremme inden for 30 minutter.

Nødkald bevilges som udgangspunkt midlertidigt, og der følges løbende op på, om behovet for nødkald fortsat er aktuelt.

Hvis du ikke er målgruppe for at få bevilget et nødkald, findes der flere andre elektroniske muligheder. Flere private firmaer tilbyder forskellige løsninger, og flere ældrevenlige telefoner har nu indbygget hurtigkaldsknapper eller tryghedsknapper, hvor du med tryk på en knap kan ringe til kontaktpersoner. For eksempel tilbyder flere frivillige organisationer, Ældre Sagen og Røde Kors tryghedsopkald.

**LOVGRUNDLAG**

Serviceovens § 83

**KONTAKT**

Hvis du ønsker at søge om støtte og hjælp til personlig pleje og tryghedsskabende støtte, skal du kontakt Visitationen på tlf. 48 49 00 11

Mandag, tirsdag, torsdag, fredag  
kl. 09.00-12.00.

Onsdag lukket.

**BETALING**

Hjælpen er gratis for dig

# Omsorgstandpleje

Omsorgstandplejen er et kommunalt tandpleje-tilbud til voksne borgere, der af fysiske og/eller psykiske årsager er forhindrede i, eller kun med stort besvær, kan benytte de almindelige tandplejetilbud.

Hvis du modtager omfattende støtte og pleje i dagligdagen i eget hjem, plejebolig eller botilbud, har du mulighed for at søge om hjælp til omsorgstandpleje. Omsorgstandplejen kan hjælpe dig med at afhjælpe og forebygge smerter og andre ubehageligheder i mundhulen.

Udbuddet af behandlinger, der gennemføres i Omsorgstandplejen, er begrænset og omfatter følgende:

- Regelmæssig undersøgelse af tænder, proteser, mund og kæbe efter behov.
- Forebyggende behandling af tandsygdomme og andre lidelser i munden, herunder tandrensning, fyldninger og protesekorrektioner.
- Omsorgstandplejen omfatter i udgangspunktet ikke større behandlinger som tandkroner og broer.
- Behandling og forebyggelse tilpasses dine behov og udføres i tæt samarbejde med dig og dine pårørende. Hvis du bor i plejebolig eller på botilbud bliver der udarbejdet en mundplejeplan, som skal understøtte, at din mundpleje bliver vedligeholdt.

## LOVGRUNDLAG

Sundhedslovens §131

## VISITATION TIL OMSORGSTANDPLEJE

Hvis du ønsker omsorgstandpleje, skal du kontakte Visitationen i Sundhed og Omsorg på tlf. 48 49 00 11

Mandag, tirsdag, torsdag, fredag  
kl. 09.00-12.00.

Onsdag lukket.

Hvis du bor på plejehjem eller på i botilbud, kan du også kontakte lederen på det sted, hvor du bor.

Du kan læse mere om omsorgstandplejen [her](#).

## BETALING FOR OMSORGSTANDPLEJE

Du betaler et månedligt beløb for Omsorgstandplejen. Taksten bliver reguleret en gang årligt den 1. januar.

### **KØRSEL TIL OMSORGSTANDPLEJE**

Hvis du ikke selv kan sørge for transport til Omsorgstandplejen, kan du bruge Flextur, som henter dig og kører dig hjem igen. Du betaler selv for transporten. Du kan bestille Flextur [her](#).

Hvis du bor i plejebolig opfordres de pårørende til at ledsage dig til tandplejen.

### **UNDERSØGELSE OG BEHANDLING I OMSORGSTANDPLEJEN**

Omsorgstandpleje finder primært sted på:  
Vallerødskolens Tandklinik  
Stadion Alle 12  
2960 Rungsted Kyst

# Sygepleje

Du kan få sygepleje fra Hørsholm Kommune, hvis du har behov for pleje og behandling ved akut eller kronisk sygdom, eller hvis du har et vanskeligt sygdomsforløb. Sygeplejen har til formål at bevare og fremme din sundhed og livskvalitet ved at forebygge, helbrede og lindre de følger, der måtte være af din sygdom. Samtidig kan sygeplejen være med til at sikre sammenhæng i dit sygdomsforløb – både i kroniske og akutte forløb.

Kommunen tilbyder sygepleje til alle, der har behov for det uanset alder, og uanset hvor du har ophold i kommunen.

Sygeplejen leveres som udgangspunkt i en af kommunens sygeplejeklinikker og kan bl.a. bestå i:

- Fokus på dig og dine pårørende gennem støtte, vejledning og evt. behandling af akut eller kronisk sygdom.
- Oplæring i håndtering af evt. behandling af akut eller kronisk sygdom.
- Behandling og opfølgning ved akut eller kronisk sygdom.
- Støtte til medicindosering/medicingivning. Ved behov for hjælp til medicindosering er dosispakket medicin første valg.
- Sygepleje til alvorligt syge og døende.
- Intravenøs behandling.
- Sårbehandling og forebyggelse af sår.
- Støttestrømper/Kompressionsbehandling.
- Støtte og rådgivning i at undgå fald.
- Vejledning om måltider og indkøb ved undervægt, manglende appetit eller vægttab.
- Vurdering af problemer med inkontinens samt vejledning i inkontinenshjælpemidler og eventuel træning.

- Koordinering af samarbejdet med egen læge, hospital mv.
- Støtte til at kontakte f.eks. egen læge eller hospital.

Sygeplejen omfatter ikke:

- Ledsagelse til læge, speciallæge eller hospital.
- Aflevering af urinprøver, podning og lignende til praktiserende læge.
- Afhentning af medicin.
- Transport til og fra sygeplejeklinik.

## Hvem kan få kommunal sygepleje?

Alle borgere i Hørsholm Kommune kan få sygepleje efter henvisning fra hjemmepleje, praktiserende læge, 1813, speciallæge, hospital eller anden kommune. Du kan også selv henvende dig, så en sygeplejerske kan vurdere dit behov for sygepleje.

## Levering af sygepleje

Sygepleje leveres som udgangspunkt i en sygeplejeklinik. Vurderer sygeplejen, at du ikke kan komme i en af sygeplejeklinikkerne, modtager du sygeplejen i dit hjem, i din plejebolig, på din genoptræningsplads eller i dit botilbud. Sygeplejen informerer dig om, hvilket udstyr du skal stille til rådighed, så det opfylder de gældende arbejdsmiljømæssige krav omkring arbejdets udførelse.

Sygeplejen udføres af sygeplejersker eller social- og sundhedsassistenter. Du kan også møde sygeplejestuderende og assistentelever, ligesom nogle enkelte sygeplejeopgaver kan varetages af social og sundhedshjælpere, der er oplært til opgaven.

## Omfang og varighed

Omfanget og varigheden af sygeplejen, afhænger af din konkrete situation, af sygeplejerskens og lægens faglige vurderinger, samt af hvor meget du selv og/eller andre i husstanden kan udføre, evt. efter vejledning. Hvis der sker forandringer i dit sygdomsforløb, vil hjælpen løbende blive tilpasset dine ændrede behov.

Indsatsen kan leveres alle ugens dage, i alle døgnets timer.

## Akutsygepleje

Kommunen har en akutfunktion bestående af sygeplejersker, som er en del af hjemmesygeplejen, og som kan besøge dig ved behov for akut eller specialiseret sygepleje. Det er et tilbud til dig, der ikke har behov for hospitalsindlæggelse, men som har særlige observations-, pleje- eller behandlingsbehov. Ved besøg af en sygeplejerske fra akutfunktionen, er det målet at forebygge forværring af akut opstået eller kendt sygdom gennem en tidlig indsats, eller at følge op på hospitalets pleje- og behandlingsindsats, hvis du efter udskrivelsen fortsat har komplekse pleje- og behandlingsbehov. Vi tilstræber at levere sygeplejen tæt på din hverdag samtidig med, at denne indsats bidrager til, at færre bliver indlagt ved behov for en specialiseret indsats.

Hvis det er nødvendigt, kan din praktiserende læge, 1813, eller hospital kontakte kommunens akutfunktion. Sygeplejersken vil i samråd med lægen iværksætte de nødvendige sundhedsfaglige indsatser for at hjælpe dig gennem den akutte situation og forebygge en eventuel indlæggelse.

## LOVGRUNDLAG

Sundhedslovens §138

## VISITATION

Alle borgere i Hørsholm Kommune kan få sygepleje efter henvisning fra hjemmepleje, praktiserende læge, 1813, speciallæge, hospital eller anden kommune. Du kan ligeledes selv henvende dig, hvor sygeplejersken vil vurdere dit behov for sygepleje

## BETALING

Selve sygeplejen er gratis. Du skal selv sørge for indkøb af medicin, forbindsstoffer, og du kan have fået en bevilling til støttestrømper

## Sygeplejeklinikker i Hørsholm

Hørsholm Kommune har sygeplejeklinikker på:

### Aktivhuset Selmersbo

Selmersvej 13  
2970 Hørsholm  
tlf. 48 49 41 99 (tryk 5)

Åbningstid (kun efter aftale)  
Hverdage kl. 08.00-14.00  
Telefontid: kl. 09.00-14.00

### Omsorgscentret Breelteparken

Breeltevej 1  
2970 Hørsholm  
tlf. 48 49 41 99 (tryk 5)

Åbningstid (kun efter aftale)  
Mandag, onsdag og fredag kl. 08.00-14.00  
Tirsdag og torsdag kl. 08.00-14.00  
Telefontid: kl. 09.00-14.00



# Hjælp og støtte til borgere med hastigt fremadskridende sygdom

Du kan søge om hjælpemidler, kropsbårne hjælpemidler, mindre boligændringer, personlig pleje, praktisk hjælp, madservice og ledsageordning, hvis du lider af en hastigt fremadskridende sygdom omfattet af diagnoselisten, som du finder [her](#). Der er ingen aldersgrænse. Hvis du er omfattet af målgruppen, har du ret til at vælge den hjælp, du gerne vil have.

Ved udmåling af den hjælp og støtte, som du har valgt, gælder samme betingelser, som Hørsholm Kommune allerede anvender til udmåling af hjælp og støtte efter §§ 83, 97, 112 og 116.

En hastigt fremadskridende sygdom er karakteriseret ved, at

- du lider af en hurtigt progredierende genetisk eller neurodegenerativ sygdom
- du vurderes at have væsentligt forkortet levetid
- din sygdom har en hurtig progression fra symptomdebut til død på under 5 års gennemsnitlig overlevelse fra symptomdebut til død
- din sygdom medfører alvorlige og hastige funktionstab, som er varig og tiltagende
- du vurderes ikke at have mulighed for at genvinde tabte funktioner ved behandling eller genoptræning
- din livssituation vil ændre sig, så du får vedvarende og øget behov for hjælp og støtte m.v. til at opretholde en aktiv tilværelse

Alle kriterier skal være opfyldt for, at du er i målgruppen for hjælp efter Lov om Social Service §117 a.

Hjælpen og støtten kan tildeles én gang per sygdomsforløb og kan have en samlet maksimal værdi af 39.750 kr. (2023-niveau).

## LOVGRUNDLAG

Serviceovens §117a

## KONTAKT

Visitationen på tlf. 48 49 00 11

Mandag, tirsdag, torsdag og fredag  
kl. 09.00-12.00.

Onsdag lukket.

# Indsatser til alvorligt syge og døende borgere

I Hørsholm Kommune vil vi gerne understøtte din livskvalitet, din sundhed og din tryghed i alle livets faser. Hvis du lever med en livstruende sygdom, har du mulighed for at få støtte, omsorg, lindrende pleje og behandling med udgangspunkt i dit sygdomsforløb og med respekt for dine personlige værdier, behov og ønsker i den sidste fase af livet.

Formålet med den palliative indsats er at sikre din livskvalitet bedst muligt i din sidste tid. Ordet palliativ betyder lindrende indsats. Derfor tilrettelægger vi palliationsforløbet i samarbejde med dig og dine pårørende samt læge, evt. hospiceteam og andre relevante faggrupper. På den måde sikrer vi, at dine behov og ønsker tilgodeses bedst muligt. Kommunens hjemme- og sygepleje kan støtte og hjælpe dig med lindring af smerter, træthed, nedsat appetit og andre symptomer. Derudover kan hjemmeplejen ved behov hjælpe med de daglige gøremål i hjemmet og håndtering af psykiske og sociale udfordringer i forbindelse med din sygdom. I den sidste fase af dit sygdomsforløb kan der opstå situationer, hvor plejen ikke kan tilgodeses i dit eget hjem. Her er der mulighed for at søge ophold på hospice og i sjældne tilfælde på Sundheds- og Rehabiliteringscenter Hørsholm, hvis du har behov, som ikke kan tilgodeses i dit eget hjem. Her kan du få støtte, omsorg, lindring og rehabilitering hele døgnet.

## LOVGRUNDLAG

Serviceovens §84.2 (lindrende døgnophold)

Serviceovens §122 (tilskud til sygeplejeartikler og vederlagsfri lindrende fysioterapi)

Sundhedslovens §148 (terminaltilskud)

## KONTAKT

Hvis du har spørgsmål eller ønsker mere information om et palliationsforløb, skal du kontakte Visitationen på tlf.48 49 00 11 Mandag, tirsdag, torsdag, fredag kl. 09.00-12.00.

Onsdag lukket.

## TILSKUD TIL MEDICIN

Hvis du bor i eget hjem og lægen har vurderet, behandling er udsigtsløs, kan du søge om terminaltilskud, der dækker udgifter til lægeordineret medicin

## Tilskud til sygeplejeartikler

Hvis du har en terminalerklæring fra din læge og ønsker at tilbringe den sidste tid i dit eget hjem, kan du søge om tilskud til sygeplejeartikler, hvor kommunen dækker din andel af udgifterne, som ikke dækkes af din egen sygeforsikring eller efter anden lovgivning.

## Kørsel til fysioterapi

Du kan få kørselsgodtgørelse til fysioterapeut indenfor kommunegrænsen.

## Indretning af hjemmet

Når der er tale om en intensiv indsats i hjemmet, hvor dit behov for pleje bliver større undervejs i forløbet, kan det blive nødvendigt at indrette dit hjem anderledes. Det betyder, at der kan blive behov for en plejeseng og andre hjælpemidler, som gør det lettere at give dig den fornødne pleje.

## Vederlagsfri lindrende fysioterapi

Som en del af dit palliationsforløb har du mulighed for lindrende fysioterapi, hvis du har en læges vurdering af, at behandling med henblik på helbredelse ikke er muligt, og du har et behov for fysioterapi. Lægen skal lave en henvisning. Du kan blive tilbudt behandling ud fra en faglig vurdering af dine behov.

Formålet med behandlingen er, at du føler lindring og kan leve så aktivt som muligt trods sygdom, samt at du opnår mest mulig livskvalitet

i den sidste tid. Indholdet i den lindrende fysioterapi aftales mellem dig og din behandler, og kan f.eks. være massage, hjælp til vejrtrækning, lejrning og bevægelse. Hvis du bor i eget hjem, skal du selv kontakte en autoriseret fysioterapeut, som kan foretage den lindrende behandling. Hvis du bor i plejebolig eller opholder dig på Sundheds- Og Rehabiliteringscenter Hørsholm, udføres behandlingen af fysioterapeuter tilknyttet enten plejecentret eller Sundheds- Og Rehabiliteringscenter Hørsholm. Behandlingen stilles i bero ved indlæggelse på hospital og ophører, når du ikke længere har gavn af behandlingen.

## Opfølgende kontakt for pårørende

Der er altid mulighed for at have en opfølgende kontakt til de medarbejdere, der plejede din kære, hvis du har behov for dette. Dette er både, hvis din kære var tilknyttet hjemmeplejen, boede på et plejehjem eller havde et ophold på kommunens midlertidige pladser.

# Midlertidigt ophold på Sundheds- og Rehabiliteringscenter Hørsholm

I Hørsholm Kommune vil vi gerne støtte dig i at leve et så selvstændigt og aktivt liv som muligt.

Hvis du i en kortere periode har et særligt behov for omsorg, pleje og rehabilitering, der ikke kan tilgodeses i dit eget hjem, kan du efter en konkret, individuel, faglig vurdering blive visiteret til et midlertidigt døgnophold.

Under et døgnophold kan du hele døgnet få støtte og hjælp til personlig pleje, praktisk hjælp samt sygepleje, træning og rehabilitering afhængigt af dit behov. Hvilken indsats du får, og hvor længe det varer, bliver vurderet og tilrettelagt sammen med dig ud fra din helbredssituation, individuelle behov og ressourcer samt mål for opholdet.

Du kan efter visitation blive tilbudt et midlertidigt døgnophold:

- Hvis du efter hospitalsindlæggelse fortsat har behov for døgnopsyn, og hvor plejen, træning og rehabilitering ikke i tilstrækkeligt omfang kan varetages i egen bolig.
- Hvis du bor i egen bolig, men i en periode f.eks. på grund af sygdom ikke kan klare hverdagen på trods af, at du får den maksimale kommunale hjælp, du kan modtage i eget hjem.
- Hvis du har et stort plejebehov og der er behov for aflastning af dine pårørende for en kortere periode.

Du vil blive tilknyttet et tværfagligt team, der kan bestå af sygeplejersker, social- og sundhedsassistenter, fysioterapeuter og ergoterapeuter, der sammen med dig planlægger, hvordan du kan opnå dine mål både på kort og på langt sigt. Opholdet kan have flere formål og tilrettelægges ud fra dine behov.

Tilbuddet er for borgere i Hørsholm kommune over 18 år. På et midlertidigt døgnophold får du som udgangspunkt dit eget værelse, der er møbleret, samt eget bad og toilet. Der må ikke drikkes alkohol eller ryges på afdelingen – hvis du har behov for at ryge, skal du gå udenfor bygningen. Under opholdet benytter du din egen læge.

## Rehabiliteringsophold

Et rehabiliteringsophold er til dig, der efter sygdom, indlæggelse eller svækkelse i en kortere periode har behov for ekstra pleje og rehabilitering, som ikke kan varetages i dit hjem. På opholdet får du træning og hjælp til så vidt muligt at kunne klare det, du kunne tidligere – både fysisk, psykisk og socialt.

Afhængigt af dine behov og situation bliver du tilbudt genoptræning på hold eller alene, ligesom du kan blive instrueret i selvtræning. Din træning består både af fysisk træning og træning i daglige rutiner i afdelingens nærmiljø, som f.eks. at rejse dig op eller selv gå på toilettet. Din træning tilrettelægges ud fra, hvad du kan og har behov for.

For at få størst muligt udbytte af dit rehabiliteringsophold, er det vigtigt, at du selv udfører alle de daglige aktiviteter, du selv kan klare.

Under et rehabiliteringsophold justeres dine mål og plan løbende. Vi afholder et forventningsmøde i løbet af den første uge og opfølgende statusmøder, hvis det er nødvendigt. Inden du skal hjem, afholder vi et udskrivningsmøde. Til møderne inviteres du og evt. dine pårørende samt det tværfaglige team, som er tilknyttet dig. Vi kan invitere øvrige samarbejdspartnere med efter behov. Hvis der er usikkerhed om din funktionsevne og dit fremadrettede behov for støtte og bolig, vil vi under opholdet kunne afdække dette og sammen med dig lægge en realistisk plan for fremtiden.

Ved et rehabiliteringsophold vil vi ofte lave et hjemmebesøg, inden du udskrives til din egen bolig, hvor relevante fagpersoner deltager. Formålet med hjemmebesøget er at sikre, at du igen kan færdes forsvarligt i din bolig samt evt. tilpasse indretningen af din bolig, til du kommer hjem.

Dit ophold afsluttes, når du er i stand til at være hjemme og kan klare dig selv, eventuelt med hjemmepleje. Hvis du fortsat har behov for genoptræning, kan du modtage denne ambulantly.

## Aflastningsophold/gæsteværelse

Har du et omfattende plejebehov, vil Hørsholm Kommune gerne understøtte, at din pårørende kan fortsætte med at leve et sundt og aktivt liv, og at du har mulighed for at bo i dit eget hjem længst muligt. Derfor tilbyder kommunen hjælp og aflastning under ferie, rekreation eller sygdom. Pladserne er fortrinsvist til dig, der har en demenssygdom eller demenslignende adfærd. Du kan derfor søge om et tidsafgrænset aflastningsophold/gæsteværelse på Sundheds- og Rehabiliteringscenter Hørsholm. Varigheden af opholdet afhænger af dit og dine pårørendes konkrete behov og formålet med opholdet. Du kan maksimalt få tilbudt 3 ugers aflastning årligt. Visitationen træffer i samarbejde med dig og dine pårørende afgørelse ud fra en konkret og individuel vurdering af din samlede situation og behov samt ledige pladser.

Under opholdet kan du modtage støtte og hjælp til personlig pleje, praktisk hjælp, vedligeholdende træning i de daglige aktiviteter samt støtte og omsorg i overensstemmelse med dine behov.

## **LOVGRUNDLAG**

Serviceovens § 84, 1

(aflastningsophold)

Serviceovens §84.2

(midlertidigt døgnophold)

Serviceovens §86.1

(genoptræning uden genoptræningsplan)

Sundhedslovens §140

(genoptræning med genoptræningsplan)

## **KONTAKT OG VISITATION**

Hvis du er indlagt på hospital:

Hospitalet kontakter kommunens visitation,  
der visiterer til ophold

Hvis du bor i eget hjem:

Du skal kontakte Visitationen

i Sundhed og Omsorg

på tlf. 48 49 00 11

Mandag, tirsdag, torsdag, fredag

kl. 09.00-12.00.

Onsdag lukket.

## **BETALING**

Der er egenbetaling på et midlertidigt ophold, hvor du betaler et fast beløb pr. døgn. Du betaler for kost, rengøring og tøjvask, mens pleje, træning og rehabilitering er vederlagsfri.

Taksten reguleres årligt i forbindelse med kommunens budgetlægning.

Egenbetalingen er for nuværende 150 kr. pr. døgn

## **KØRSEL**

Borgere, der er på rehabiliteringsophold, får betalt kørsel til og fra Sundheds- og Rehabiliteringscenter Hørsholm. Du kan højst medbringe to stk. bagage under transporten. Ved aflastningsophold skal du selv arrangere og betale for kørsel

# Ældre- og handicapvenlige boliger

I Hørsholm Kommune vil vi gerne understøtte dig i at leve et selvstændigt liv længst muligt i eget hjem. Hvis du har en varig og væsentlig nedsat funktionsevne, der medfører vanskeligheder med at komme rundt i din nuværende bolig, og hvor boligændringer enten ikke er mulige, eller ikke løser problemet, har du mulighed for at komme i betragtning til en ældre- og handicapvenlig bolig.

En ældre- og handicapvenlig bolig kan på grund af dens funktionelle indretning være med til at gøre dig mere selvhjulpen i forhold til at klare hverdagen. Der leveres den samme hjemmepleje i en ældre- og handicapvenlig bolig, som du har modtaget i din nuværende bolig.

Du skal godkendes til en ældre- og handicapvenlig bolig. Visitationen foretager en konkret og individuel helhedsvurdering, hvor der blandt andet lægges vægt på følgende:

- At genoptræning ikke kan forventes at bedre dit funktionsniveau væsentligt.
- At din nuværende bolig er uhensigtsmæssig i forhold til dit handicap eller sygdom og ikke kan gøres egnet til dine behov.
- At du bliver væsentligt mere selvhjulpen i en ældrebolig.
- At adgangsforholdene til boligen er uhensigtsmæssige.
- At du har behov for pleje og støtte, som ikke kan imødekommes i din nuværende bolig.
- At din ægtefælle/samlever bor på tilstødende plejehjem.

Når du har søgt om en bolig, vil du få besøg af en visitator, som vil tale med dig om, hvordan du klarer dig i din nuværende bolig. Under besøget vil det blive drøftet, om et træningsforløb eller boligændringer kan hjælpe dig til at blive i din nuværende bolig.

Når visitationen foretager en vurdering af din nuværende bolig, bliver der bl.a. set på, hvordan du kommer rundt i din bolig, og hvordan du kommer ind og ud af boligen. Visitationen vil ligeledes vurdere, om din nuværende bolig kan gøres mere egnet ved at foretage boligændringer, og om dele af din bolig kan indrettes mere hensigtsmæssigt, så du har mulighed for at blive boende i din nuværende bolig.

Der tages altid udgangspunkt i din nuværende situation, og det er således ikke muligt at blive godkendt til en ældre- og handicapvenlig bolig, før du evt. får et behov.

Du vil ikke blive godkendt til en ældre- og handicapvenlig bolig på baggrund af høj alder, hussalg, at dit hus og din have er for stor, eller på grund af økonomiske eller ægteskabelige forhold. Vi anbefaler i disse tilfælde, at du skriver dig op hos et boligselskab.

Du vil ikke blive bevilget en ældre- og handicapvenlig bolig, hvis du har mindre problemer med trapperne i din bolig eller i din opgang. I de tilfælde vil vi anbefale dig, at du selv søger efter en bolig i stueplan eller i en ejendom med elevator.

Hvis du er enlig, har du mulighed for at søge om toværelses boliger. Er I et ægtepar eller to samlevende personer, kan I søge om både to- og treværelses boliger.

Boligerne ligger i følgende bebyggelser – se mere under **Adresser og kort**.

- Breelteparken
- Selmersvej/Ørbæksvej
- Sophielund
- Louiselund
- Æbleparken
- Lindevænget

Når du er godkendt til en ældrebolig, kan du ønske hvilken bebyggelse, du gerne vil bo i, men du kan ikke vælge et konkret bolignummer eller en bolig med en bestemt beliggenhed.

Hvis du får tilbudt en bolig i en ønsket bebyggelse, men ikke vil benytte tilbuddet, skal du være opmærksom på, at det betyder, at du bliver slettet af ventelisten til en ældre- og handicapvenlig bolig. Du har dog mulighed for at ansøge igen efter et halvt år. Hvis du udelukkende ønsker at stå på venteliste til en bestemt bebyggelse, skal du vide, at det kan betyde længere ventetid.

Boligerne tildeles i forhold til ansøgningsdatoen.

Opprioritering på ventelisten kan ske i helt særlige situationer og vil indebære, at du samtidig skal søge om bolig i alle kommunens ældre- og handicapvenlige boliger og ikke kun et specifikt sted.

Ventelisten kan fraviges i følgende situationer:

- Hvis du ikke kan udskrives fra hospitalet eller midlertidig plads til din nuværende bolig.
- Hvis du er synshandicappet og kan nå at flytte inden totalt synstab.
- Hvis du flytter fra plejebolig til ældrebolig.
- Hvis du ikke kan komme i bad eller på toilettet i din nuværende bolig.
- Hvis du ikke er i stand til at komme ind og ud af din bolig selv eller med hjælp fra andre.
- Hvis din ægtefælle/samlever bor på tilstødende plejehjem.

For at flytte fra én ældre- og handicapvenlig bolig til en anden, skal du søge på ny. Du kan kontakte Visitationen i Hørsholm Kommune og få tilsendt et ansøgningsskema, eller du kan finde her på kommunens [hjemmeside](#).

Du ligestilles herefter med de øvrige ansøgere på ventelisten.

Hvis du får afslag på din boligansøgning, kan du søge igen, hvis der sker ændringer i din situation.

#### **LOVGRUNDLAG**

Almenboligloven §§ 54, 57, 58 og 59

#### **KONTAKT**

Visitationen på tlf. 48 49 00 11  
Mandag, tirsdag, torsdag, fredag  
kl. 09.00-12.00.  
Onsdag lukket.







# Plejebolig

I Hørsholm Kommune vil vi gerne understøtte dig i at leve et så aktivt og selvstændigt liv som muligt. Hvis du har et plejebehov, som ikke længere kan varetages forsvarligt i dit eget hjem, kan du søge om en plejebolig. En plejebolig er døgnbemandet, og vi hjælper og støtter dig ud fra dine behov og det serviceniveau, som vi kan tilbyde.

For at blive godkendt til en plejebolig, vil visitationen forinden foretage en konkret og individuel helhedsvurdering, hvor der bl.a. bliver lagt vægt på, om du kan tilkalde hjælp for eksempel via nødkald, eller om dit plejebehov er så omfattende, at det ikke er muligt at sikre hjælpen i din nuværende bolig.

Hørsholm Kommune har tre kommunale plejehjem: Margrethelund Plejehjem, Louiselund Plejehjem, Sophielund Plejehjem – og et selvejende plejehjem – Omsorgscentret Breelteparken. Se mere under **Adresser og kort**.

## Hvem kan søge om plejebolig

Du kan søge om at blive godkendt til en plejebolig i Hørsholm Kommune. Har du bopæl i en anden kommune, kan du søge om plejebolig i Hørsholm Kommune gennem din bopælskommune. Visitationen sker på baggrund af en faglig, konkret og individuel helhedsvurdering. For at blive godkendt til en plejebolig, skal du have et vedvarende behov for pleje på grund af vidtgående fysiske og/eller psykiske handicaps, udtalt almen svækkelse eller alvorlig sygdom – uanset alder.

## Faglig individuel helhedsvurdering

Ved visitation til en plejebolig foretages en faglig individuel helhedsvurdering af din psykiske, fysiske og sociale situation. En funktionsvurdering

sker på baggrund af dine symptomer, adfærd og behov samt en vurdering af dit samspil med andre mennesker og omgivelser. Der inddrages også oplysninger fra pårørende, samarbejdspartnere fra kommunen, egen læge m.fl. i det omfang, det vurderes at være nødvendigt for at belyse situationen tilstrækkeligt.

## Kriterier for tildeling af en plejebolig

I den samlede vurdering af funktionsnedsættelsen lægges der bl.a. vægt på at:

- du har varig fysisk eller psykisk funktionsnedsættelse, der skyldes en varig lidelse eller et handicap
- du er ikke i stand til at tilkalde hjælp, for eksempel via nødkald, og har dermed behov for døgnovervågning
- du oplever massiv angst og føler dig utryg, og dette ikke kan afhjælpes ved anden indsats
- du har et omfattende behov for personlig pleje og omsorg, og det er ikke muligt at sikre hjælpen i den nuværende bolig
- din nuværende bolig betragtes som uegnet i forhold til din funktionsnedsættelse

Den nuværende bolig betragtes som uegnet, hvis:

- boligen ikke rummer mulighed for at anvende tilstrækkelige hjælpemidler for, at du kan færdes rundt i og ud af boligen
- boligen ikke rummer mulighed for at støtte i hjemmet kan gives uden, at arbejdsmiljølovgivningen tilsidesættes
- boligen forværrer din samlede situation – fysisk og/eller psykisk – og forhindrer størst mulig selvstændig varetagelse af personlige behov

## Kriterier for tildeling af plejebolig målrettet borgere med demens eller demenslignende adfærd med særlige behov

Vurderingen sker på baggrund af dine symptomer, adfærd og behov. En demensdiagnose medfører ikke i sig selv en visitation til en plejebolig. Hvis du har en betydelig varig psykisk funktionsnedsættelse på grund af demens eller demenslignende adfærd, som medfører en eller flere af nedenstående adfærdsmønstre, vil du blive visiteret til en plejebolig målrettet borgere med demens:

- Svære adfærdsforstyrrelser
- Udadreagerende adfærd
- Nedsat orienteringssans med risiko for egen sikkerhed

## Mulighed for ægtepar

Kommunen har plejeboliger for ægtepar/par på Louiselund og Sophielund. Din ægtefælle eller partner har mulighed for at flytte med i boligen eller blive tildelt en ældrebolig i tilknytning til plejehjemmet.

## Understøttende tilbud til længst muligt i eget hjem

I forbindelse med behandling af en plejebolig-ansøgning vurderes det også, om du ved hjælp af andre støttende tilbud kan blive i nuværende bolig. Tilbuddene kan være:

- Tilbud om træning
- Tilpasning af indsatser til personlig og praktisk hjælp
- Tilbud om daghjem eller aktivitetscenter
- Mulighed for boligændringer/hjælpemidler i egen bolig
- Visitation til ældrebolig

- Mulighed for særlig støtte til aflastning eller afløsning af ægtefælle/andre pårørende mv. både i og uden for hjemmet. Dette bevilges efter Servicelovens § 84

## Støtte og hjælp i plejeboligen

Når du flytter i plejebolig, vil du få tilbudt hjælp, pleje og omsorg på baggrund af en individuel vurdering af dine ressourcer, behov og ønsker. Vurderingen og planlægningen af din hjælp foretages i et samarbejde med dig og dine pårørende eller andre nærtstående og tilrettelægges ud fra de rammer, som vi kan tilbyde.

Vi er således sammen om at skabe en god hverdag for dig. Vi opfordrer derfor dine pårørende til at tage aktiv del i dit nye liv, hvor der vil være gøremål, som bedst varetages af dine pårørende. Vi afholder en opstartssamtale kort tid efter indflytningen, hvor vi snakker om det fremtidige samarbejde.

I din plejebolig kan du få støtte til at klare det, som du ikke længere selv har ressourcer til. Det kan f.eks. være:

- Personlig pleje, f.eks. toiletbesøg, bad en gang om ugen, af- og påklædning.
- Praktisk hjælp, f.eks. rengøring og tøjvask.
- Mad og måltider, f.eks. støtte til indtagelse af mad og drikke samt mulighed for at spise i fællesskab med de øvrige beboere.
- Psykisk støtte og omsorg, f.eks. samtaler og lindring af angst og uro.
- Vedligeholdelse af fysiske funktioner og sociale relationer, f.eks. vedligeholdende træning og mulighed for at være del af fælles aktiviteter.
- Sygepleje, f.eks. medicinadministration, støtte ved inkontinens og lindrende pleje ved livets afslutning.

Som udgangspunkt kan du få gjort rent hver anden uge, få vasket tøj ugentligt og få hjælp til personlig pleje dagligt, herunder bad en gang ugentligt. Indsatserne leveres ud fra en konkret og individuel vurdering af dine behov i hverdagen. Omfanget og hyppigheden af praktisk hjælp og personlig pleje afhænger af dine behov og vil altid tage udgangspunkt i det, som er beskrevet i den plan, der er udarbejdet for at tage hensyn til dine behov hen over døgnet. Døgnrytmeplanen danner således grundlag for den hjælp, du bliver tilbudt, og har til formål at sikre, at du får en dagligdag, der understøtter din trivsel og livskvalitet. Derfor bliver planen også løbende justeret, hvis der opstår ændringer i dine ønsker og behov.

Støtten i din plejebolig bliver varetaget af personale, som er klædt grundigt på til opgaven. Afhængigt af typen af støtte kan du f.eks. møde aktivitetsmedarbejdere, social- og sundheds- hjælpere/-assistenter, sygeplejersker og ergo- og fysioterapeuter og ufaglærte medarbejdere. Alle medarbejdere har til opgave at sikre, at du oplever en god og værdig dagligdag på plejecentret.

### **Sophielund Plejehjem**

Sophielund 85-91  
2970 Hørsholm  
tlf. 48 49 43 41  
mail: [sophielund@horsholm.dk](mailto:sophielund@horsholm.dk)  
Læs mere på hjemmesiden [her](#).

### **Louiselund Plejehjem**

Louiselund 2-6  
2970 Hørsholm  
tlf. 48 49 85 20  
mail: [louiselund@horsholm.dk](mailto:louiselund@horsholm.dk)  
Læs mere på hjemmesiden [her](#).

### **Margrethelund Plejehjem**

Kong Georgsvej 9  
2950 Vedbæk  
tlf. 48 49 45 03  
mail: [margrethelund@horsholm.dk](mailto:margrethelund@horsholm.dk)  
Læs mere på hjemmesiden [her](#).

### **Omsorgscentret Breelteparken**

Breeltevej 1  
2970 Hørsholm  
tlf. 45 16 09 99  
mail: [breelteparken@horsholm.dk](mailto:breelteparken@horsholm.dk)  
Læs mere på hjemmesiden [her](#).

## **LOVGRUNDLAG**

Serviceovens §§83 og 83a Serviceovens §86.2 Serviceovens §192 Sundhedslovens §§138-139

## **KONTAKT**

Hvis du ønsker at søge en plejebolig, skal du kontakte Visitationen, på tlf. 48 49 00 11

Mandag, tirsdag, torsdag, fredag kl. 09.00-12.00.

Onsdag lukket.

## **PLEJEBOLIGER I HØRSHOLM KOMMUNE**

Du kan læse mere om plejeboligerne i Hørsholm Kommune, herunder placering, husleje og ventetider på vores hjemmeside [her](#).

Du er altid velkommen til at komme på besøg, inden du søger

## **EGENBETALING**

Du betaler for husleje, varme og el. Huslejen varierer fra sted til sted og betales forud. Du skal også betale for serviceydelser, som du tilvælger i den servicekontrakt, der indgås mellem dig og plejehjemmet. Indholdet af serviceydelserne varierer fra sted til sted, og indeholder som hovedregel f.eks kost, rengøringsartikler, vinduespolering og vask af tøj

## **HJÆLPEMIDLER**

Hvis du har behov for et hjælpemiddel, vil der være en terapeut tilknyttet plejehjemmet, som kan hjælpe dig med at skaffe det nødvendige hjælpemiddel



# Praktiske oplysninger

I dette kapitel kan du læse om, hvordan du søger om de forskellige tilbud, om sagsbehandlingstiderne, rammer for afbud og aflysninger og om muligheder for tilskud.

# Sådan søger du

Du kan søge om støtte og hjælp fra Center for Sundhed og Omsorg til indsatserne og aktiviteterne, der er beskrevet heri, hvis du bor i Hørsholm Kommune. Såfremt du ikke bor i Hørsholm Kommune, men ønsker at tage ophold her, skal du henvende dig til din nuværende kommune.

## Kontakt til visitationen

Ønsker du at søge om støtte eller hjælp, skal du kontakte Visitationen. Du vil i første omgang komme til at tale med en visitator. Dine pårørende, praktiserende læge eller hospitalet kan også kontakte visitationen på dine vegne. Visitationen vil yde råd og vejledning ud fra den situation, du står i, og de behov, du beskriver. Du vil blive guidet til, hvor der er et tilbud, der passer til dig. Visitatorerne er uddannede til at vurdere dine ressourcer og behov sammen med dig. Der er ikke mulighed for personligt fremmøde hos visitationen.

Hvis Visitationen vurderer, at du har behov for yderligere hjælp, vil en visitator som oftest komme på besøg i dit hjem for at tale med dig. Ved samtalen vil visitator vurdere, hvad du kan klare selv – og hvad vi kan hjælpe dig til at kunne klare selv. Du er velkommen til at invitere en bisidder med til samtalen med visitatoren. Bisidderen kan være en pårørende eller en anden person, der kender dig godt. Da du har selvbestemmelsesret, afgør du selv, om dine pårørende skal involveres i og informeres om den hjælp, du modtager. Hørsholm Kommune respekterer den ret, og

derfor har pårørende kun mulighed for at blive inddraget efter dit ønske.

## Kort om støtte og koordinering

Har du et omfattende behov for støtte og pleje, sørger vi for, at du har en fast kontaktperson i Visitationen. Kontaktpersonen er tovholder for dine indsatser og forløb og sørger for løbende at følge op på din sag og sikre, at du får den rette hjælp, mens du er i dit eget hjem. Hvis du får behov for mere hjælp, end der kan leveres i dit hjem, er det din kontaktperson i Visitationen, som vejleder dig i søgning af plejebolig. Hvis du får behov for anden støtte og hjælp i form af sygepleje, eller hvis du har brug for hjælpemidler, vil kontaktpersonen i Visitationen sørge for at formidle kontakten, hvis ikke du selv er i stand til dette.

## Afgørelse om hjælp

Bevilling af støtte og hjælp tager altid afsæt i en konkret og individuel vurdering af dine behov. På baggrund af visitators vurdering, vil du modtage en afgørelse, der fortæller, hvilke indsatser du er bevilliget, eller om din ansøgning er blevet afslået. Det er lovgivningen og kommunens serviceniveau, der danner rammen for den støtte og hjælp, du kan få bevilget. Hvis du får afslag på indsatser, du har søgt om, skal Visitationen vejlede dig om andre muligheder, herunder dine klagemuligheder. Visitationen vil løbende revurdere din situation, og tilpasse indsatserne efter dine behov.



# Sagsbehandlingsfrister

Nedenfor kan du se sagsbehandlingsfristerne, og hvornår du kan forvente en afgørelse, og hvornår du kan forvente, at indsatsen sættes i gang. Sagsbehandlingstiden kan variere, alt efter hvilken indsats du søger om at få. Tidsfristerne for,

hvornår du modtager en afgørelse, er vejledende. Der kan være tilfælde, hvor må sagsbehandlingstiden må forlænges, f.eks. ved behov for indhentning af yderligere oplysninger. Ved akut behov igangsættes hjælpen med det samme.

Sagsbehandlingsfrister 2024		
Ansøgning/sag om	Paragraf	Sagsbehandlingsfrist
Personlig hjælp og pleje	§ 83, stk. 1, nr. 1	3 dage
Hjælp eller støtte til nødvendige praktiske opgaver i hjemmet	§ 83, stk. 1, nr. 2	2 uger
Rehabiliteringsforløb	§ 83a	
Personlig pleje		3 dage
Praktisk hjælp		2 uger
Afløsning eller aflastning til ægtefælle, forældre eller andre nære pårørende	§ 84, stk.1	2 uger
Tilbud om genoptræning til afhjælpning af fysisk funktionsnedsættelse forårsaget sygdom, der ikke er i tilknytning til hospitalsindlæggelse	§ 86, stk. 1	4 uger
Hjælp til at vedligeholde fysiske eller psykiske færdigheder	§ 86, stk. 2	8 uger
Hjælpe midler	§ 112	
Generelle		4 uger
Komplekse		2 måneder
Kropsbårne hjælpemidler	§ 112	
Akutte		5 dage
Genbevillinger		3 uger
Nye bevillinger, som kræver lægelige oplysninger		8 uger
Nye bevillinger uden lægelige oplysninger		3 uger

## Sagsbehandlingsfrister 2024

Ansøgning/sag om	Paragraf	Sagsbehandlingsfrist
Støtte til forbrugsgoder	§ 113	2 måneder
Støtte til boligindretning /boligskift	§ 116	
Mindre boligsager		4 uger
Større boligsager		4 måneder
Komplekse boligsage		8 måneder
Pasning af nærtstående med handicap eller alvorlig sygdom	§ 118	Indenfor 7 dage
Pasning af døende i eget hjem – plejeorlov	§ 119	Indenfor 7 dage
Sygeplejeartikler og lignende til døende – bevilling af ernæringsdrikke og sygeplejeartikler	§ 122	Indenfor 7 dage
Plejeboliger	§ 192	4 uger
Almene ældreboliger	§ 54	4 uger
Hjemmesygepleje	§ 138	1 uge
Genoptræning	§ 140	
Generel		Indenfor 4 dage
Avanceret		2 uger

# Frit valg af leverandør

## Frit valg af leverandør på hjemmeplejeindsatser

Når du får tildelt hjælp eller støtte, kan du frit vælge, om du vil have hjælpen fra den kommunale leverandør eller fra en af de private leverandører, som er godkendt af kommunen.

Du kan læse mere om kommunens fritvalgsleverandører for levering af personlig pleje og praktisk hjælp [her](#).

Hørsholm Kommune samarbejder p.t. med fire godkendte leverandører.

*Leverandør af praktisk hjælp og personlig pleje:*

### **Cura Pleje A/S**

tlf. 70 23 19 95

Hjemmeside: [Cura Pleje](#)

### **Din Særlige Pleje**

tlf. 70 60 54 50

Hjemmeside: [Din Særlige Pleje](#)

*Leverandører af praktisk hjælp:*

### **Grøn Rengøring**

tlf. 45 80 42 58

Hjemmeside: [Grøn Rengøring](#)

### **Smiley Service**

tlf. 30 51 00 23

Hjemmeside: [Smiley Service](#)

## Frit valg af leverandører på indkøbsordning

Når du får tildelt indsatsen indkøbsordning, skal du vælge mellem kommunens to leverandører, som er:

### **Supermarkedet Intervare**

Læs mere på hjemmesiden [her](#).

### **Egebjerg Købmandsgård**

Læs mere på hjemmesiden [her](#).

Bestilling af varer sker en gang om ugen og kan foregå på forskellig måde, alt efter hvor meget du selv kan klare. Du aftaler nærmere med din leverandør, hvornår du bestiller varer, og hvornår varerne leveres.

### **Indkøb af hjælpemiddel**

Der er mulighed for, at du selv kan vælge, hvor du køber dit hjælpemiddel. Med 'Fritvalgsordningen' kan du vælge et produkt fra en privat forhandler.

Der skal være tale om et hjælpemiddel af en anden kvalitet, der derfor er dyrere eller et hjælpemiddel med ekstra funktioner.

Du kan kun få støtte til indkøb under fritvalgsordningen, hvis de faglige specifikationer og kommunens krav til egnethed er opfyldt.

Du kan dog højst få refunderet et beløb svarende til den pris, kommunen kunne have anskaffet hjælpemidlet til.

Hvis du ønsker at benytte frit valg, skal du kontakte Hjælpemiddelkontoret, inden du køber et hjælpemiddel.

## Modtagelse af hjælp

### Medarbejdere

Kommunens medarbejdere har mange fagligheder og baggrunde. Du vil således blive mødt af medarbejdere, der blandt andet er uddannet sygeplejersker, social- og sundhedsassistenter, social- og sundhedshjælpere, fysio- og ergoterapeuter, samt ufaglærte medarbejdere.

### Hjemmet som arbejdsplads

For at du kan modtage støtte og hjælp, er det nødvendigt, at dit hjem kan fungere som en arbejdsplads for medarbejderne. Inden hjælpen påbegyndes, gennemgås dit hjem i forhold til, om det lever op til retningslinjerne for et godt arbejdsmiljø. Det kan derfor f.eks. være nødvendigt at flytte rundt på møblerne, fjerne løse gulvtæpper eller installere arbejdsredskaber i dit hjem, før du kan få støtte og hjælp. Du skal som udgangspunkt selv betale for miljøvenlige rengøringsmidler, robotstøvsuger, koste, spande mv. Hvis der er problemer i forhold til arbejdsmiljøet, vil du blive inddraget i løsningen. Ansatte må ikke ryge i dit hjem. Hørsholm Kommune henstiller til, at du heller ikke ryger, mens den ansatte er på besøg i dit hjem.

### Afbud og aflysninger

Din hjælp udføres kun, når du er til stede i hjemmet.

Når du er forhindret i de aftaler, du har med hjemmeplejen, sygeplejen, sygeplejeklinikken eller genoptræningscentrene, er det vigtigt, at du melder afbud – det skal du gøre inden kl. 12 dagen før med mindre, der er tale om en akut situation. Du melder afbud eller flytter dit besøg ved at kontakte leverandøren. Vil du afmelde

din hjælp i en periode, skal du henvende dig til visitationen.

Hvis du ikke åbner din dør, vil medarbejderen på baggrund af en individuel vurdering og af hensyn til din sikkerhed handle på dette. Bliver det nødvendigt at kontakte politiet/låsesmed, påhviler udgiften til låsesmed dig.

Hvis du bliver akut indlagt, får kommunen automatisk besked om dette, men ellers beder vi om, at du giver besked om indlæggelsen.

### Når leverandøren er forhindret

Din leverandør af hjemmepleje må som udgangspunkt ikke aflyse et besøg, men det kan være nødvendigt at rykke et besøg. Du vil i disse tilfælde få telefonisk besked.

## Tilskud og bevillinger

PRAKTISK INFORMATION OM AT SØGE	
Indsats	Sådan søger du
<b>Plejevederlag til pasning af døende i hjemmet</b>	For at søge om plejeorlov skal du kontakte Visitationen. Se kontaktoplysninger og åbningstider bagerst i kataloget.
<b>Hjælp til sygeplejeartikler</b>	For at søge om hjælp til sygeplejeartikler skal du kontakte Visitationen. Se kontaktoplysninger og åbningstider bagerst i kataloget.
<b>Pasning af nærtstående</b>	For at søge om pasning af nærtstående skal du kontakte Visitationen. Se kontaktoplysninger og åbningstider bagerst i kataloget.
<b>Handicapkørsel</b>	Ønsker du at søge om handicapkørsel, skal du henvende dig til Borgerservice. Se kontaktoplysninger og åbningstider bagerst i kataloget.
<b>Boligstøtte</b>	For at søge boligstøtte skal du henvende dig til Udbetaling Danmark på tlf. <b>70 12 80 63</b> . Du kan også anvende en selvbetjeningsløsning på <b>borger.dk</b> .
<b>Lån til beboerindskud</b>	For at søge om lån til beboerindskud til ældrebolig og plejebolig skal du henvende dig til Borgerservice på tlf. <b>48 49 00 00</b> . Se kontaktoplysninger og åbningstider bagerst i kataloget. Du kan også anvende en selvbetjeningsløsning på <b>borger.dk</b> .
<b>Personligt tillæg</b>	For at søge om personligt tillæg skal du henvende dig til Borgerservice på tlf. <b>48 49 00 00</b> . Se kontaktoplysninger og åbningstider bagerst i kataloget. Du kan også anvende selvbetjeningsløsningen på <b>borger.dk</b> .
<b>Helbredstillæg</b>	For at søge om helbredstillæg skal du først søge om et helbredskort. Dette kan du søge om på <b>borger.dk</b> , eller du kan få hjælp ved at henvende dig til Borgerservice på tlf. <b>48 49 00 00</b> .

I Hørsholm Kommune har du og dine pårørende mulighed for at søge en række tilskud og bevil-linger.

### **Handicapkørsel**

Hvis du er svært bevægelseshæmmet, blind eller stærkt svagsynet, eller hvis du har en demens-sygdom eller en erhvervet hjerneskade og ikke kan benytte offentlige transportmidler, kan du søge om handicapkørsel. Ordningen giver dig ret til 104 ture årligt og kan anvendes til både fritidsformål, sociale aktiviteter samt kørsel til og fra behandlingstilbud. Hvis du får en bevilling, bliver du optaget i Movia Flextrafik. Læs mere om handicapkørsel på [her](#).

### **Boligyldelse**

Hvis du flytter i en almen bolig (herunder æl-dre- eller plejebolig), kan du søge om lån til beboerindskud og boligstøtte. Læs mere om lån til beboerindskud og boligstøtte [her](#) eller ring til Borgerservice på tlf. 48 49 00 00.

### **Personligt tillæg**

Som folkepensionist kan du søge om personligt tillæg til nødvendige og rimelige udgifter, som du ikke selv har mulighed for at betale, f.eks. flytte-hjælp. Læs mere om personligt tillæg [her](#).

### **Helbredstillæg til pensionister**

Som folkepensionist kan du også søge om hel-bredstillæg til dine udgifter, f.eks. til tandlæge, høreapparat, fysioterapi og medicin. Er medici-nen uden tilskud og ordineret af din læge, skal du dog søge om et personligt tillæg. Læs mere om helbredstillæg på [her](#).

### **Post til døren**

Du kan søge om levering af post til egen dør, hvis du på grund af nedsat fysisk eller psykisk funktionsevne eller særlige sociale problemer er ude af stand til selv at hente post i din postkasse. Post til døren er en personlig ret og det betyder, at det kun er adresseret post, der leveres til din dør. Ansøgningen sendes til Borgerservice.

Læs nærmere på om post til døren [her](#).

### **IT og digital kontakt til det offentlige**

Alle, der ikke aktivt er blevet fritaget, har en di-gital postkasse, hvor post fra det offentlige bliver sendt til. Det er dit ansvar at tjekke, om der er post i den, ligesom du gør med din fysiske post-kasse. Hvis du gerne vil lære mere om IT eller eventuelt have hjælp til den digitale postkasse, NemID eller andet, findes der forskellige mulig-heder i Hørsholm Kommune. Hvis du vil søge om fritagelse for at have en digital postkasse, skal du henvende dig til Borgerservice. Se kontaktoplys-ninger under **Adresser og kort**. Her kan du få op-lyst kriterier for fritagelse fra digital post. Du kan også læse mere om kriterierne på [www.borger.dk](#). På de fleste af kommunens aktivitetscentre for ældre over 65 år er der etableret IT-caféer, hvor det er muligt at få støtte og hjælp til at be-tjene en computer. Kontakt dit lokale aktivitets-center for at høre nærmere. Kontaktoplysninger findes under **Adresser og kort**.

## Plejetestamente

Hvis du bliver ramt af demens eller anden sygdom, kan der komme et tidspunkt, hvor andre bliver nødt til at tage stilling til helt almindelige hverdagsting for dig. I sådan en situation er det en tryghed for dig, dine pårørende og det personale, der skal pleje dig, hvis du forinden i et plejetestamente har givet udtryk for dine interesser og ønsker til pleje og omsorg.

### Hvad er et plejetestamente?

Et plejetestamente er et dokument, hvor du kan skrive dine fremtidige ønsker til f.eks. din påklædning, dine madvaner, dine interesser og din personlige hygiejne. Testamentet giver dig på den måde mulighed for fortsat at have indflydelse på dit eget liv, hvis du på et tidspunkt ikke længere selv kan give udtryk for, hvad der betyder meget for, at du trives i hverdagen. Testamentet giver også tryghed for både dine pårørende og det personale, der skal pleje dig, fordi du på forhånd har givet udtryk for dine ønsker til daglig pleje og omsorg.

### Hvordan opretter jeg et plejetestamente?

Ønsker du at oprette et plejetestamente, kan du finde en skabelon. Du kan læse mere om plejetestamente [her](#). Det originale plejetestamente opbevares hos dig, og du kan altid ændre det.

## Behandlingstestamente

Du kan oprette et behandlingstestamente, hvori du beslutter, at du ikke vil have livsforlængende behandling og genoplivning, hvis du en dag selv skulle være ude af stand til at give udtryk for dine ønsker. Behandlingstestamentet træder i kraft, hvis du ikke længere selv er i stand til at tage stilling til din behandling – f.eks. hvis du er blevet dement. Det er altid lægen, der vurderer,

om du er i en tilstand, hvor behandlingstestamentet skal træde i kraft. Du kan vælge, at de fleste af de beslutninger, du har truffet i behandlingstestamentet, kun skal gælde, hvis dine nærmeste pårørende, din værge eller en fremtidsfuldmægtig giver sin accept.

### Hvordan opretter jeg et behandlingstestamente?

Hvis du har NemID/ MitID, kan du oprette, ændre eller tilbagekalde et livs-/behandlingstestamente digitalt [her](#).

Du kan kontakte Sundhedsdatastyrelsen på tlf. 40 35 97 66, hvis du har spørgsmål om behandlingstestamente.

## Fremtidsfuldmagter

Du kan oprette en fremtidsfuldmagt, hvis du gerne selv vil have indflydelse på, hvem der skal varetage dine personlige og/eller økonomiske forhold, hvis du på et tidspunkt ikke længere selv kan – eksempelvis på grund af demens. Den skal oprettes, mens du selv er i stand til at forstå konsekvenserne af at give en fremtidsfuldmagt. Du bestemmer selv, hvem du vil udpege til at varetage dine personlige og/eller økonomiske forhold, når du ikke længere selv er i stand til det. Det kan eksempelvis være dine børn, ægtefælle/samlever m.v. Den dag du ikke længere selv kan træffe beslutninger om egne forhold, kan de, som du har udpeget som fuldmægtige, sætte fuldmagten i kraft ved at henvende sig til Familieretshuset.

## Hvordan opretter jeg en fremtidsfuldmagt

En fremtidsfuldmagt skal som udgangspunkt oprettes digitalt i fremtidsfuldmagtregistret på [www.tinglysning.dk](http://www.tinglysning.dk) ved brug af NemID/MitID. Er du fritaget for digital post, kan du oprette en fremtidsfuldmagt på papir ved henvendelse til Familieretshuset på tlf. 72 56 70 00.

Du kan læse mere om fremtidsfuldmagter på Familieretshusets hjemmeside [her](#).





HØRSHOLM KOMMUNE



HØRSHOLM KOMMUNE  
Sundhed & Omsorg

# Klageregler

Hvis du ønsker at klage, bør du i første omgang henvende dig dér, hvor din sag behandles, eller hvor opgaven normalt udføres.

Alle kan kontakte kommunen, hvis der er forhold, der opleves som utilfredsstillende. I nogle tilfælde sætter lovgivningen rammer for, hvem der er berettiget til at klage – og f.eks. få en klage behandlet i Ankestyrelsen. Der kan derfor være situationer, hvor kommunen vil bede om en fuldmagt fra dig, f.eks. hvis en pårørende klager på dine vegne.

Er du ikke enig i den afgørelse, kommunen har truffet, skal du følge den klagevejledning, der fremgår af afgørelsen. Typisk skal du sende klagen til den kommunale enhed, der har truffet afgørelsen. Kommunen vil på baggrund af din klage genvurdere sagen. Hvis kommunen herefter fastholder afgørelsen, vil kommunen sende klagen videre til Ankestyrelsen. Hvis du ønsker at klage over en afgørelse, skal det ske senest fire uger efter, at du har modtaget afgørelsen.

Er du utilfreds med sagsbehandlingen eller sagsbehandlingstiden, kan du klage til den kommunale enhed, der har truffet afgørelsen.

Er du utilfreds med måden, hjælpen udføres på, med personalets optræden, eller mener du ikke, at du får den hjælp, du er blevet tildelt, kan du klage til kommunen. Du kan klage til den enhed, der leverer hjælpen, f.eks. plejehjemmet eller hjemmeplejen.

Kommunen har en borgerrådgiver, som du kan kontakte for at få råd og vejledning i din sag. En borgerrådgiver er en neutral og uafhængig person ansat af kommunalbestyrelsen, som kan rådgive og vejlede dig, som borger, i forhold til klagemuligheder og regler for sagsbehandling inden for kommunens områder.

Hørsholm Kommunes borgerrådgiver har telefontid tirsdag og onsdag kl. 10.00-15.00

Telefon: 29 37 57 45

E-mail: [borgerraadgiver@horsholm.dk](mailto:borgerraadgiver@horsholm.dk)

Er du utilfreds med den sygeplejebehandling eller genoptræning, du modtager fra kommunen, eller med Omsorgstandplejen, kan du klage til Styrelsen for Patientklager.

Du kan læse mere på hjemmesiden [her](#).

Ankestyrelsen kan kontaktes på tlf. 33 41 12 00  
Mandag til fredag kl. 09.00-15.00  
eller på mail: [ast@ast.dk](mailto:ast@ast.dk)

Styrelsen for Patientklager kan kontaktes på tlf. 72 33 05 00  
Mandag til fredag kl. 10.00-14.00  
eller på mail: [stpk@stpk.dk](mailto:stpk@stpk.dk)

# Persondata

## Behandling af personoplysninger

Hørsholm Kommune er ansvarlig for behandlingen af de personoplysninger, som du afleverer til os, eller som kommunen modtager om dig fra andre instanser. I den forbindelse har du en række rettigheder, der har til formål at sikre, at der skabes åbenhed om, hvordan dine personoplysninger bliver behandlet.

Disse rettigheder er bl.a.:

### Ret til oplysning

Du har ret til at blive oplyst, når Hørsholm Kommune behandler personoplysninger om dig. Du har ret til at få oplyst formålet med behandlingen samt andre informationer, der kan give dig et overblik over, hvad kommunen anvender dine personoplysninger til.

### Ret til indsigt

Du har ret til at få indsigt i de personoplysninger, der behandles i Hørsholm Kommune om dig. Her skal kontakte kommunen direkte.

### Ret til berigtigelse

Du har ret til at få ændret personoplysninger om dig, som ikke er rigtige eller er mangelfulde, når disse er af betydning for den sag, de indgår i. I de tilfælde skal du kontakte kommunen direkte.

### Ret til sletning

Som udgangspunkt har du kun ret til at få slettet oplysninger, som kommunen ikke har ret til at benytte.

### Ret til indsigelse

Du har ret til at bede Hørsholm Kommune dokumentere, at kommunens behov for at behandle oplysninger om dig vejer tungere end din retstilling som borger/registreret, hvis kommunens grundlag for at behandle oplysningerne alene er

begrundet i samfundets interesse. I de tilfælde skal du kontakte kommunens enheder direkte. Som udgangspunkt skal alle henvendelser ske telefonisk eller på mail.

### Ret til at klage

Hvis du er uenig i den måde, kommunen behandler dine personoplysninger på, kan du kontakte kommunens enheder direkte. Du har også mulighed for at klage til Datatilsynet.

Datatilsynet

Carl Jacobsens Vej 35

2500 Valby

Mail: [dt@datatilsynet.dk](mailto:dt@datatilsynet.dk)

Du kan læse mere om dine muligheder for at klage til Datatilsynet på deres hjemmeside [her](#).

### Kommunens Databeskyttelsesrådgiver

Du kan kontakte kommunens Databeskyttelsesrådgiver, hvis du har spørgsmål til kommunens generelle behandling af personoplysninger.

Ved at benytte Digital Post sikrer du, at dine personoplysninger tilgår os sikkert og krypteret.

Læs mere om Digital Post på [her](#).

Er du fritaget for Digital Post, eller kan du af anden grund ikke benytte Digital Post, kan du i stedet sende en mail til:

[DPO-kommunen@horsholm.dk](mailto:DPO-kommunen@horsholm.dk)

eller sende et brev til:

Hørsholm Kommune,

Slotsmarken 13,

2970 Hørsholm,

Att. Databeskyttelsesrådgiver.

Databeskyttelsesrådgiveren er uafhængig og refererer direkte til kommunens øverste ledelse.



# Lovgrundlag

Tilbuddene i dette katalog tager udgangspunkt i Lov om Social Service (serviceloven) og Sundhedsloven. Lov om almene boliger er grundlaget for ældreboliger samt de moderniserede plejeboliger. Dette afsnit medtager de dele af de tre love, som er gældende for de forskellige indsatser.

## Serviceoven

### Formål

§ 1. Formålet med denne lov er 1. at tilbyde rådgivning og støtte for at forebygge sociale problemer, 2. at tilbyde en række almene serviceydelser, der også kan have forebyggende sigte, og 3. at tilgodese behov, der følger af nedsat fysisk og psykisk funktionsevne eller særlige sociale problemer. Stk. 2. Formålet med hjælpen efter denne lov er at fremme den enkeltes mulighed for at udvikle sig og for at klare sig selv eller at lette den daglige tilværelse og forbedre livskvaliteten. Stk. 3 Hjælpen efter denne lov bygger på den enkeltes ansvar for sig selv og sin familie og på den enkeltes ansvar for at udvikle sig og udnytte egne potentialer, i det omfang det er muligt for den enkelte. Hjælpen tilrettelægges på baggrund af en konkret og individuel vurdering af den enkelte persons behov og forudsætninger og i samarbejde med den enkelte. Afgørelse efter loven træffes på baggrund af faglige og økonomiske hensyn.

### Brugerindflydelse

§ 16, stk. 1. Kommunalbestyrelsen skal sørge for, at brugerne af tilbud efter denne lov får mulighed for at få indflydelse på tilrettelæggelsen og udnyttelsen af tilbuddene. Kommunalbestyrelsen fastsætter skriftlige retningslinjer for brugerindflydelsen.

## Tilbud med aktiverende og forebyggende sigte

§ 79. Kommunalbestyrelsen kan iværksætte eller give tilskud til generelle tilbud med aktiverende og forebyggende sigte. Kommunalbestyrelsen skal fastsætte retningslinjer for, hvilke persongrupper der kan benytte tilbuddene.

## Forebyggende hjemmebesøg

§ 79a. Kommunalbestyrelsen skal tilbyde mindst ét årligt forebyggende hjemmebesøg til alle borgere, der er fyldt 82 år, og som bor i kommunen, jf. dog stk. 2-4. Stk. 2. Kommunalbestyrelsen skal tilbyde et forebyggende hjemmebesøg til alle borgere, der bor i kommunen, i deres fyldte 75. år og deres fyldte 80. år. Stk. 3. Kommunalbestyrelsen skal tilbyde et forebyggende hjemmebesøg til alle borgere, som bor alene i kommunen i deres fyldte 70. år. Stk. 4. Kommunalbestyrelsen skal tilbyde forebyggende hjemmebesøg efter behov til borgere i alderen 65 år til 81 år, som er i særlig risiko for at få nedsat social, psykisk eller fysisk funktionsevne, og som bor i kommunen. Stk. 5. Kommunalbestyrelsen tilrettelægger besøgene efter behov, jf. dog stk. 1-3. Stk. 6. Kommunalbestyrelsen kan vælge at undtage de borgere, som modtager både personlig pleje og praktisk hjælp efter §83, fra ordningen om forebyggende hjemmebesøg. 97 Stk. 7. Sundheds- og ældreministeren kan fastsætte regler om de kommunale forpligtelser efter stk. 1-6, herunder om samordning med andre generelle kommunale forebyggende og aktiverende foranstaltninger og om andre måder at gennemføre det forebyggende hjemmebesøg i hjemmet.

## Praktisk og personlig hjælp og støtte

§ 83. Kommunalbestyrelsen skal tilbyde:

1. personlig hjælp og pleje, 2. hjælp eller støtte til nødvendige praktiske opgaver i hjemmet og 3. madservice. Stk. 2. Tilbuddene efter stk. 1 gives til personer, som på grund af midlertidigt eller varigt nedsat fysisk eller psykisk funktionsevne eller særlige sociale problemer ikke selv kan udføre disse opgaver. Stk. 3. Forud for vurderingen af behovet for hjælp efter stk. 1 skal kommunalbestyrelsen vurdere, om et tilbud efter § 83a vil kunne forbedre personens funktionsevne og dermed nedsætte behovet for hjælp efter stk. 1. Stk. 4. Tilbud om hjælp efter stk. 1 skal bidrage dels til at vedligeholde fysiske eller psykiske færdigheder, dels til at afhjælpe væsentlige følger af nedsat fysisk eller psykisk funktionsevne eller særlige sociale problemer. Stk. 5. Kommunalbestyrelsen skal fastsætte individuelle mål for hjælp efter stk. 1 til den enkelte modtager af hjælpen. Hjælpen skal løbende tilpasses modtagerens behov. Stk. 6. I forbindelse med afslutning af et rehabiliteringsforløb efter § 83a skal kommunalbestyrelsen vurdere modtagerens behov for hjælp efter § 83. Stk. 7. Tilbuddene efter stk. 1 kan ikke gives som generelle tilbud efter § 79. Stk. 8. Kommunen skal ved tilrettelæggelsen af pleje og omsorg mv. for en person med en demensdiagnose så vidt muligt respektere dennes vejledende tilkendegivelser for fremtiden med hensyn til bolig, pleje og omsorg (plejetestamente).

§ 83A. Kommunalbestyrelsen skal tilbyde et kortere varende og tidsafgrænset rehabiliteringsforløb til personer med nedsat funktionsevne, hvis rehabiliteringsforløbet vurderes at kunne forbedre personens funktionsevne og dermed nedsætte behovet for hjælp efter §83, stk. 1. Vurderingen skal være individuel og konkret og tage udgangs-

punkt i modtagerens ressourcer og behov. Stk. 2. Rehabiliteringsforløbet, jf. stk. 1, skal tilrettelægges og udføres helhedsorienteret og tværfagligt. Kommunalbestyrelsen skal fastsætte individuelle mål for rehabiliteringsforløbet i samarbejde med den enkelte modtager af forløbet. Stk. 3. De fastsatte mål og tidsrammen for rehabiliteringsforløbet skal indgå i en samlet beskrivelse af forløbet. Er der under rehabiliteringsforløbet behov for at ændre i målene, skal dette ske i samarbejde med modtageren. Stk. 4. Kommunalbestyrelsen skal tilbyde modtageren af et rehabiliteringsforløb den nødvendige hjælp og støtte under forløbet med henblik på at nå de fastsatte mål, jf. stk. 2. Hjælpen og støtten skal løbende tilpasses udviklingen i modtagerens funktionsevne. Hvis modtageren ikke gennemfører et rehabiliteringsforløb, skal kommunalbestyrelsen vurdere modtagerens behov for hjælp efter § 83, jf. § 83, stk. 6.

## Afløsning og aflastning

Afløsning og aflastning § 84. Kommunalbestyrelsen skal tilbyde afløsning eller aflastning til ægtefælle, forældre eller andre nære pårørende, der passer en person med nedsat fysisk eller psykisk funktionsevne. Stk. 2. Kommunen kan tilbyde midlertidigt ophold til personer, der i en periode har et særligt behov for omsorg og pleje.

## Genoptræning og vedligeholdende træning

§ 86. Kommunalbestyrelsen skal tilbyde genoptræning til afhjælpning af fysisk funktionsnedsættelse forårsaget af sygdom, der ikke behandles i tilknytning til en sygehusindlæggelse. Stk. 2. Kommunalbestyrelsen skal tilbyde hjælp til at vedligeholde fysiske eller psykiske færdigheder til personer, som på grund af nedsat fysisk eller psykisk funktionsevne eller særlige sociale problemer har behov herfor.

## Konkret og individuel vurdering

§ 88. Kommunalbestyrelsen skal træffe afgørelse om tildeling af personlig hjælp og pleje mv. efter dette kapitel. Kommunalbestyrelsen skal behandle anmodninger om hjælp efter § 83 ved en konkret, individuel vurdering af behovet for hjælp til de opgaver, som modtageren ikke selv kan udføre. Ved vurderingen af behovet for hjælp skal kommunalbestyrelsen tage stilling til alle anmodninger om hjælp fra ansøgeren. Stk. 2. Tilbud efter § 86 gives efter en konkret, individuel vurdering af træningsbehovet. Genoptræningstilbud efter § 86, stk. 1, gives med henblik på så vidt muligt at bringe personen op på det funktionsniveau, som den pågældende havde inden sygdommen. Tilbud efter § 86, stk. 2, gives til personer, som har brug for en individuel træningsindsats med henblik på at kunne vedligeholde fysiske eller psykiske færdigheder.

## Afgørelser

§ 89. I forbindelse med afgørelsen efter dette kapitel skal ansøgeren skriftligt oplyses om, hvilken hjælp der er bevilget. Kommunalbestyrelsen kan ved mindre, begunstigende justeringer i hjælpen undlade at fremsende en ny skriftlig oplysning herom til borgeren.

## Tilrettelæggelse og levering af hjælp

§ 91. Kommunalbestyrelsen skal skabe grundlag for, at modtagere af hjælp efter § 83 kan vælge mellem to eller flere leverandører af denne hjælp, hvoraf den ene leverandør kan være kommunal. Stk. 2. Kommunalbestyrelsen skal for at opfylde forpligtelsen i medfør af stk. 1 som minimum: 1. indgå kontrakt med to eller flere leverandører eller 2. tilbyde modtagerne et fritvalgsbevis, som giver borgere, der er visiteret til hjælp efter § 83, adgang til, at de pågældende borgere selv indgår aftale med en cvr-registreret

virksomhed om hjælpens udførelse, jf. dog stk. 3. Stk. 3. Kommunalbestyrelsen kan i særlige tilfælde træffe afgørelse om, at en borger ikke kan modtage hjælpen efter stk. 2, nr. 2.

## Selvudpeget hjælper

§ 94. En person, som er berettiget til hjælp eller støtte efter § 83, kan vælge selv at udpege en person til at udføre opgaverne. Den udpegede person skal godkendes af kommunalbestyrelsen, som derefter skal indgå kontrakt med den pågældende om omfang og indhold af opgaverne, om leverancesikkerhed jf. § 90, og om betaling mv.

## Fleksibel hjemmehjælp

§ 94a. Personer, som modtager hjælp efter § 83, kan vælge en helt eller delvis anden hjælp end den, der er truffet afgørelse om, jf. § 88 og 89. En tilkendt ydelse, der fravælges efter 1. pkt., kan ikke efterfølgende kræves leveret efter § 90.

## Kontant tilskud

§ 95. Hvis kommunalbestyrelsen ikke kan stille den nødvendige hjælp til rådighed for en person, der har behov for hjælp efter §§ 83 og 84, kan kommunalbestyrelsen i stedet udbetale et tilskud til hjælp, som den pågældende selv antager. Stk. 2. En person med betydelig og varigt nedsat fysisk og psykisk funktionsevne, der har behov for personlig hjælp og pleje og for støtte til løsning af nødvendige praktiske opgaver i hjemmet i mere end 20 timer ugentlig, kan vælge at få udbetalt et kontant tilskud til hjælp, som den pågældende selv antager. Stk. 3. Kommunalbestyrelsen kan dog i særlige tilfælde beslutte, at hjælpen efter stk. 2 fortsat skal gives som naturalhjælp eller udbetales til en nærtstående person, som helt eller delvis passer den pågældende. Den nærtstående kan,

medmindre vedkommende har indgået aftale om overførsel af tilskuddet efter stk. 5, højst varetage pasningsopgaven i 48 timer om ugen. Deles pasningsopgaven af fere nærtstående, der samtidig er tilskudsmodtagere, gælder 2. pkt. for de nærtstående tilsammen. I særlige tilfælde kan kommunalbestyrelsen dog beslutte, at en eller fere nærtstående kan varetage pasningsopgaven i mere end 48 timer om ugen. Stk. 4 (...) Stk. 5. Det er en betingelse for tilskud til ansættelse af hjælper efter stk. 1-4, at tilskudsmodtageren er i stand til at fungere som arbejdsleder for hjælperne.

Det er desuden en betingelse, at tilskudsmodtageren kan fungere som arbejdsgiver for hjælperne, medmindre den pågældende indgår aftale med en nærtstående, eller en forening eller en privat virksomhed, der er godkendt af socialtilsynet om, at tilskuddet overføres til den nærtstående, foreningen eller den private virksomhed, der herefter er arbejdsgiver for hjælperne. Arbejdsgiverbeføjelserne i forhold til hjælperne vedrørende spørgsmål om ansættelse og afskedigelse af hjælper varetages i så fald af den nærtstående, foreningen eller den private virksomhed i samråd med den pågældende. En aftale om overførsel af tilskuddet til en forening eller privat virksomhed er ikke bindende for tilskudsmodtageren, hvis foreningen eller den private virksomhed ikke var godkendt af socialtilsynet på tidspunktet for aftalens indgåelse, og hvis foreningen eller den private virksomhed ikke på dette tidspunkt gjorde tilskudsmodtageren bekendt med dette. Stk. 6. I de situationer, hvor tilskudsmodtageren er arbejdsgiver, skal kommunalbestyrelsen tilbyde at varetage lønudbetalinger mv.

## Hjælpe midler

§ 112. stk. 1. Kommunalbestyrelsen skal yde støtte til hjælpemidler til personer med varigt nedsat fysisk eller psykisk funktionsevne, når hjælpemidlet: 1. i væsentlig grad kan afhjælpe de varige følger af den nedsatte funktionsevne, 2. i væsentlig grad kan lette den daglige tilværelse i hjemmet eller 3. er nødvendige for, at den pågældende kan udøve et erhverv.

Stk. 2. Kommunalbestyrelsen kan bestemme, at et hjælpemiddel skal leveres af bestemte leverandører. (...) Stk. 3. Ansøgeren kan vælge leverandør af hjælpemidler, jf. dog stk. 4. Hvis kommunalbestyrelsen har indgået en leverandøraftale og ansøgeren ønsker at benytte en anden leverandør end den, som kommunalbestyrelsen har indgået leverandøraftale med, indkøber ansøgeren selv hjælpemidlet og får udgifterne hertil refunderet, dog højst med et beløb svarende til den Betaling, kommunen kunne have erhvervet hjælpemidlet til hos sin leverandør. Har kommunalbestyrelsen ikke indgået leverandøraftale, kan ansøgeren vælge leverandør, og støtten ydes efter regning, dog højst med et beløb svarende til Betalingen på det bedst egnede og billigste hjælpemiddel. Stk. 4. Ansøgerens ret til at vælge leverandør af hjælpemidler efter stk. 3 gælder ikke, hvis kommunalbestyrelsen kan stille et hjælpemiddel til rådighed, som er fuldstændig identisk med det hjælpemiddel, som ansøgeren ønsker at anskaffe fra en anden leverandør.

## Økonomisk støtte og forbrugsgoder

§ 113. Kommunalbestyrelsen skal yde hjælp til køb af forbrugsgoder, når betingelserne i § 112, stk. 1, er opfyldt. Der kan dog ikke ydes hjælp til forbrugsgoder, der normalt indgår i sædvanligt indbo. Stk. 2. Der kan kun ydes hjælp, når udgif-



ten er over 500 kr. Stk. 3. Hjælpen udgør 50% af Betalingen på et almindeligt standardprodukt af den pågældende art. Stk. 4. Hvis det på grund af den nedsatte funktionsevne er nødvendigt med et forbrugsgode, der er dyrere end et almindeligt standardprodukt, eller hvis den nedsatte funktionsevne nødvendiggør særlig indretning af forbrugsgodet, betaler kommunen, jf. stk. 1, de nødvendige merudgifter. Stk. 5. Hvis forbrugsgodet udelukkende fungerer som et hjælpemiddel til at afhjælpe den nedsatte funktionsevne, betaler kommunen, jf. stk. 1, de fulde anskaffelsesudgifter. Hjælpen kan ydes som udlån.

### Hjælp til indretning af bolig ved behov

§ 116. stk. 1 Kommunalbestyrelsen skal yde hjælp til indretning af bolig til personer med varigt nedsat fysisk eller psykisk funktionsevne, når indretning er nødvendig for at gøre boligen bedre egnet som opholdssted for den pågældende. Stk. 2. En person, der er tilkendt hjælp efter stk. 1, kan, hvis den pågældende ønsker at benytte en anden håndværker end den, som kommunalbestyrelsen har valgt, vælge selv at lade boligindretningen udføre og få udgifterne hertil refunderet, dog højst med et beløb svarende til den Betaling, kommunen kunne have fået udført boligindretningen for hos den håndværker, som kommunen har valgt. På samme måde kan ansøgeren vælge andre materialer end dem, som kommunalbestyrelsen har anvist. Stk. 3. Social- og indenrigsministeren fastsætter nærmere regler om adgangen efter stk. 2 til at vælge håndværker og materialer i forbindelse med tilkendelse af hjælp til boligindretning, herunder om krav til håndværker samt om muligheden for at indgå aftale om tilbagelevering efter endt brug og aftale om reetablering og betingelserne herfor. Stk. 4. I de ganske særlige tilfælde, hvor hjælp efter stk. 1 ikke er tilstrækkelig til at gøre

boligen egnet som opholdssted, kan kommunalbestyrelsen yde hjælp til dækning af udgifter til anskaffelse af anden bolig til personer med betydelig og varigt nedsat fysisk eller psykisk funktionsevne. Det er en betingelse, at der ikke kan anvises anden bolig, som dækker den pågældendes behov. Stk. 5. Personer, der modtager social pension, kan ikke få hjælp efter stk. 4, medmindre det drejer sig om personer, der har en hjælpeordning efter § 96.

### Befordring

§ 117. Kommunalbestyrelsen kan yde tilskud til personer, som på grund af varigt nedsat fysisk eller psykisk funktionsevne har behov for befordring med individuelle transportmidler. Stk. 2. Kommunalbestyrelsens afgørelser om hjælp efter denne bestemmelse kan ikke indbringes for anden administrativ myndighed.

### Pasning af nærtstående

§ 118. En person med tilknytning til arbejdsmarkedet, der ønsker at passe nærtstående med betydelig og varigt nedsat fysisk eller psykisk funktionsevne eller indgribende kronisk eller langvarig, herunder uhelbredelig, lidelse i hjemmet, skal ansættes af kommunalbestyrelsen, når:

1. alternativet til pasning i hjemmet er døgnophold uden for hjemmet, eller plejebehovet svarer til et fuldtidsarbejde
2. der er enighed mellem parterne om etablering af pasningsforholdet og
3. kommunalbestyrelsen vurderer, at der ikke er afgørende hensyn, der taler imod, at det er den pågældende person, der passer den nærtstående. Stk. 2. Personen skal ansættes af den kommune, hvor den nærtstående bor. Lønnen udgør 16.556 kr. om måneden. Der betales pensionsbidrag med i alt 12 pct., hvoraf de 4 pct. tilbageholdes i lønnen, mens arbejdsgiveren betaler 8

pct. af lønnen. Stk. 3. Personen kan ansættes i indtil seks måneder med henblik på at passe den nærtstående. Pasningsperioden kan forlænges med indtil tre måneder, hvis særlige forhold taler herfor. Pasningen kan opdeles i perioder af hele måneder. Efter aftale med den arbejdsgiver, som har givet orlov til pasning af en nærtstående, kan pasningen opdeles i kortere perioder. Pasningen kan deles af flere personer, hvis de alle opfylder betingelserne for ansættelse efter stk. 1.

Stk. 4. Hvis to eller flere personer deles om pasningsordningen, kan den samlede aflønning ikke overstige den aflønning, der nævnes i stk. 2. Lønnen udbetales forholdsmæssigt i forhold til fordelingen af pasningsordningen. Stk. 5. Der kan ydes én pasningsordning til ét sammenhængende sygdomsforløb eller handicap. Samme nærtstående kan dog blive omfattet af pasningsordningen igen, hvis der tilstøder den pågældende en anden lidelse eller funktionsevnedssættelse som anført i stk. 1, og hvis betingelserne i øvrigt er opfyldt. Stk. 6. Der indgås en ansættelsesaftale mellem personen og kommunalbestyrelsen, hvor de nærmere vilkår i forbindelse med ansættelsesforholdet beskrives, herunder angivelse af, hvem den nærtstående er, periodens længde, arbejdsopgaverne, opsigelsesvarsler mv. Hvis ansættelsen på grund af undskyldelige omstændigheder afbrydes i ansættelsesperioden, udbetaler kommunen løn til den ansatte i én måned efter udgangen af den måned, hvor ophøret finder sted. Såfremt personen får et andet forsørgelsesgrundlag inden for denne periode, bortfalder kommunens forpligtelse.

### **Pasning af døende**

§ 119. Personer, som passer en nærtstående, der ønsker at dø i eget hjem, er efter ansøgning berettiget til plejevederlag som nævnt i § 120.

Det er en betingelse for at yde plejevederlag, at hospitalsbehandling efter en lægelig vurdering må anses for udsigtsløs, og at den syges tilstand ikke i øvrigt nødvendiggør indlæggelse eller forbliven på sygehus eller ophold i plejehjem, plejebolig el.lign. Det er endvidere en betingelse, at den syge er indforstået med etableringen af plejeforholdet. Stk. 2. En arbejdsgiver, der yder løn til en ansat under dennes fravær fra arbejdet i forbindelse med pasning af en nærtstående efter stk. 1, således at den ansatte ikke har en tabt arbejdsindtægt, er berettiget til at få udbetalt det beløb, som den ansatte ellers ville være berettiget til i plejevederlag efter § 120, stk. 1.

### **Sygeplejeartikler mv. til døende**

§ 122. Kommunalbestyrelsen kan, såfremt udgiften ikke dækkes på anden vis, yde hjælp til sygeplejeartikler og lign., når: 1. nærtstående i forbindelse med et etableret plejeforhold, jf. § 119, passer en døende 2. kommunen varetager plejen helt eller delvist eller kommunalbestyrelsen yder tilskud efter § 95 til hjælp, som familien selv antager eller 3. et hospice varetager plejen. Stk. 2. Hjælpen ydes uden hensyn til den pågældendes eller familiens økonomiske forhold.

### **Plejeboliger og beskyttede boliger**

§ 192. Regionsrådet og kommunalbestyrelsen driver de bestående plejehjem og beskyttede boliger efter de hidtil gældende regler i lov om social bistand. Dog kan kommunen ikke opkræve betaling for den særlige service mv. som følge af plejehjemsopholdet. Sundheds- og ældreministeren fastsætter i en bekendtgørelse regler herom, herunder regler, der er tilnærmet reglerne for ældreboliger og plejeboliger efter lov om almene boliger mv., og regler om beskyttelse mod ufrivillig flytning inden for et plejehjem eller en beskyttet bolig. § 192a. Kommunalbestyrel-

sen skal tilbyde ældre, der har særligt behov for en plads på et plejehjem, jf. § 192, eller for en almen plejebolig, jf. § 5, stk. 2, i lov om almene boliger mv., en sådan plads eller bolig senest to måneder efter optagelse på en venteliste. Stk. 2. Garantien efter stk. 1 gælder dog ikke, hvis den ældre har valgt et bestemt plejehjem eller en bestemt almen plejebolig efter reglerne i § 58a i lov om almene boliger mv. Stk. 3. Ældreministeren fastsætter nærmere regler om optagelse på en venteliste og om frister for tilbud om en almen plejebolig eller en plejehjemsplads.

### **Almenboligloven Ældreboliger og plejeboliger**

§ 54a. Kommunalbestyrelsen skal tilbyde ældre, der har særligt behov for en almen plejebolig, jf. § 5, stk. 2, eller for en plads på et plejehjem, jf. § 192 i lov om social service, en sådan bolig eller plads senest 2 måneder efter optagelse på en venteliste. Stk. 2. Garantien efter stk. 1 gælder dog ikke, hvis den ældre har valgt en bestemt almen plejebolig eller et bestemt plejehjem efter reglerne i § 58a. Stk. 3. Boligministeren fastsætter regler om optagelse på en venteliste og om frister for tilbud om en almen plejebolig eller en plejehjemsplads.

### **Frit valg**

§ 58a. Ældre og personer med handicap, der har et særligt behov for almene ældreboliger, jf. § 5, kommunale eller regionale botilbud samt plejehjem og beskyttede boliger, jf. §§ 108 og 192 i Lov om social service, har ret til frit at vælge sådanne boliger. Retten efter 1. pkt. gælder endvidere boliger efter Lov om byfornyelse eller Lov om byfornyelse og boligforbedring, som er særligt indrettet for den nævnte personkreds, og boliger efter den tidligere Lov om boliger for ældre og personer med handicap.

Stk. 2. Retten til frit valg efter stk. 1 gælder uanset boligens beliggenhed. Det er en forudsætning, at betingelserne efter §§ 54, 57 eller 58 for at få anvist en bolig er opfyldt i bopælskommunen og ved flytning til en anden kommune både i bopælskommunen og i tilflytningskommunen. Tilflytningskommunens vurdering skal ske efter samme retningslinjer, som gælder for kommunens egne borgere. Stk. 3. Retten til frit valg efter stk. 1 omfatter ret til, at en ægtefælle, samlever eller registreret partner fortsat kan indgå i husstanden. Hvis en person ønsker, at en ægtefælle, samlever eller registreret partner fortsat skal indgå i husstanden, skal den bolig, der tilbydes, være egnet til to personer. Hvis den pågældende ældre eller person med handicap, jf. stk. 1, dør, har en efterlevende samlever ret til at fortsætte lejeforholdet.

### **Sundhedsloven Formål**

§ 1. Sundhedsvæsenet har til formål at fremme befolkningens sundhed samt at forebygge og behandle sygdom, lidelse og funktionsbegrænsning for den enkelte. § 2. Loven fastsætter kravene til sundhedsvæsenet med henblik på at sikre respekt for det enkelte menneske, dets integritet og selvbestemmelse og at opfylde behovet for: 1. let og lige adgang til sundhedsvæsenet 2. behandling af høj kvalitet 3. sammenhæng mellem ydelserne 4. valgfrihed 5. let adgang til information 6. et gennemsigtigt sundhedsvæsen og 7. kort ventetid på behandling. § 3. Regioner og kommuner er efter reglerne i denne lov ansvarlige for, at sundhedsvæsenet tilbyder en befolkningsrettet indsats vedrørende forebyggelse og sundhedsfremme samt behandling af den enkelte patient. Stk. 2. Sundhedsvæsenets opgaver udføres af regionernes sygehusvæsen, praktiserende sundhedspersoner, kommunerne og øvrige offentlige og private institutioner mv.

## Forebyggelse

§ 119. Kommunalbestyrelsen har ansvaret for ved varetagelsen af kommunens opgaver i forhold til borgerne at skabe rammer for en sund levevis. Stk. 2. Kommunalbestyrelsen etablerer forebyggende og sundhedsfremmende tilbud til borgerne. Stk. 3. Regionsrådet tilbyder patientrettet forebyggelse i sygehusvæsenet og i praksissektoren mv. samt rådgivning mv. i forhold til kommunernes indsats efter stk. 1 og 2.

## Genoptræningsplan

§ 84. Sundheds- og ældreministeren fastsætter nærmere regler om, at regionsrådet tilbyder en genoptræningsplan til patienter, der har et lægefagligt begrundet behov for fortsat genoptræning efter udskrivning fra sygehus.

## Voksentandpleje

§ 131. Kommunalbestyrelsen tilbyder forebyggende og behandlende tandpleje til personer, der på grund af nedsat førlighed eller vidtgående fysisk eller psykisk handicap kun vanskeligt kan udnytte de almindelige tandplejetilbud.

## Hjemmesygepleje

§ 138. Kommunalbestyrelsen er ansvarlig for, at der ydes vederlagsfri hjemmesygepleje efter lægehenvendelse til personer med ophold i kommunen. § 139. Sundheds- og ældreministeren fastsætter nærmere regler om omfanget af og kravene til den kommunale hjemmesygeplejerskeordning.

## Genoptræning

§ 140. Kommunalbestyrelsen tilbyder vederlagsfri genoptræning til personer, der efter udskrivning fra sygehus har et lægefagligt begrundet behov for genoptræning, jf. § 84 om genoptræningsplaner. Stk. 2. Kommunalbestyrelsens indsats efter stk. 1 tilrettelægges i sammenhæng med de kommunale træningstilbud mv. i henhold til anden lovgivning. Stk. 3. Kommunalbestyrelsen kan tilvejebringe tilbud om genoptræning i henhold til stk. 1 ved at etablere behandlingstilbud på egne institutioner eller ved indgåelse af aftaler herom med andre kommunalbestyrelser, regionsråd eller private institutioner.

## Lov om trafikskaber Individuel handicapkørsel

§ 11. Trafikskabet skal for svært bevægelseshæmmede over 18 år og for blinde og stærkt svagsynede på 18 år og derover etablere individuel handicapkørsel, som rækker ud over transport til behandling, terapi og lign.



# Adresser og kort

## Aktivitetscentre

### Aktivitetscentret Sophielund

Sophielund 25  
2970 Hørsholm  
tlf. 48 49 43 20

### Selmersbo Aktivhus

Selmersvej 13  
2970 Hørsholm  
tlf. 48 49 43 00

### Dagcenter Breelteparken

Breeltevej 1  
2970 Hørsholm  
tlf. 45 16 09 99

## Mad og måltider

### Aktivitetscentret Sophielund

Sophielund 25  
2970 Hørsholm

### Omsorgscentret Breelteparken

Breeltevej 1  
2970 Hørsholm

## Hjemmepleje og hjemmesygepleje

### Hjemmepleje og hjemmesygepleje

Hørsholm Allé 4  
2970 Hørsholm  
tlf. 48 49 41 99

Telefontid:

Dagvagt (hverdage): kl. 07.30-10.00 og  
kl. 13.30-14.30

Aftenvagt (hverdage): kl. 15.30-16.00

Sygepleje (hverdage): kl. 09.00-10.00 og  
kl. 14.00-14.30

### Visitationen

Slotsmarken 13  
2970 Hørsholm  
tlf. 48 49 00 11  
Mandag, tirsdag, torsdag, fredag kl.09.00-12.00.  
Onsdag lukket.  
mail: [som-post@horsholm.dk](mailto:som-post@horsholm.dk)

## Sygeplejeklinikker

### Aktivhuset Selmersbo

Selmersvej 13  
2970 Hørsholm  
tlf. 48 49 41 99 (tryk 5)

Åbningstid (kun efter aftale)

Hverdage kl. 08.00-14.00

Telefontid: kl. 09.00-14.00

### Omsorgscentret Breelteparken

Breeltevej 1  
2970 Hørsholm  
tlf. 48 49 41 99 (tryk 5)

Åbningstid (kun efter aftale)

Mandag, onsdag og fredag kl. 08.00-14.00

Tirsdag og torsdag kl. 08.00-14.00

Telefontid: kl. 09.00-14.00

## Hjælpe midler og boligindretning

### Visitationen

Slotsmarken 13  
2970 Hørsholm  
tlf. 48 49 00 12  
Mandag, tirsdag, torsdag, fredag kl.09.00-12.00.  
Onsdag lukket.  
mail: [som-post@horsholm.dk](mailto:som-post@horsholm.dk)

## Kropsbårne hjælpemidler

Slotsmarken 13  
2970 Hørsholm  
tlf. 48 49 00 10  
Tirsdag og torsdag kl. 09.00- 11.00  
mail: [kropsbaarne@horsholm.dk](mailto:kropsbaarne@horsholm.dk)

## Tilbud til borgere med demens

### Demenskoordinator

Sophielund 25  
2970 Hørsholm  
tlf. 48 49 46 90  
Mandag til torsdag 09.00-11.00

### Daghjemmet Kammerhuset

Sophielund 27  
2970 Hørsholm  
tlf. 48 49 44 30

## Omsorgstandplejen

### Vallerødskolens Tandklinik

Stadionallé 12  
2960 Rungsted Kyst  
tlf. 48 49 60 40

## Ældre- og handicapvenlige boliger

Breelteparken 101-954  
2970 Hørsholm

Selmersvej 15-23  
2970 Hørsholm

Ørbæksvej 10  
2970 Hørsholm

Sophielund 2-86, 1-87,88-91  
2970 Hørsholm

Louiselund 2-15  
2970 Hørsholm

Æbleparken 2-16, 1-15  
2970 Hørsholm

Lindevænget 2-14, 1-13  
2970 Hørsholm

## Plejeboliger

Sophielund Plejehjem  
Sophielund 85-91  
2970 Hørsholm  
tlf. 48 49 43 41

### Louiselund Plejehjem

Louiselund 2-6  
2970 Hørsholm  
tlf. 48 49 85 00

### Margrethelund Plejehjem

Kong Georgsvej 9  
2950 Vedbæk  
tlf. 48 49 45 00

### Omsorgscenter Breelteparken

Breeltevej 1  
2970 Hørsholm  
tlf. 45 16 09 99

## Midlertidige pladser

Sundheds- og Rehabiliteringscenter Hørsholm  
Louiselund 7, 1. sal  
2970 Hørsholm  
tlf. 48 49 00 85

## Genoptræning

Sundheds- og Rehabiliteringscenter Hørsholm  
Louiselund 7  
2970 Hørsholm  
tlf. 48 49 00 86





