



Indflytningspjece

Velkommen til  
Sandmarksbo Plejecenter





---

## Indholdsfortegnelse

<b>Forord .....</b>	<b>3</b>
<b>Bygningen – vores fælles rammer .....</b>	<b>4</b>
<b>Boligen – dit nye hjem .....</b>	<b>4</b>
<b>Praktiske oplysninger fra A – Z.....</b>	<b>7</b>
<b>Dokumenter.....</b>	<b>13</b>

# Forord

## Velkommen

Personalet på Plejecenter Sandmarksbo ønsker jer VELKOMMEN.

I denne brochure, håber vi at kunne give dig svar på nogle af de spørgsmål som naturligvis dukker op, ved indflytning på et plejecenter.

Vi glæder os meget til at lære jer at kende.

## Sandmarksbo plejecenters kerneopgave:

*”At skabe forudsætninger for at borgeren trives i sin hverdag / rammer/liv gennem faglighed, relation og samarbejde med borgeren og de pårørende.”*

## Værdigrundlag

Som personale på plejehjemmet ønsker vi at skabe en tryk og indholdsrig hverdag for dig og yde dig pleje og omsorg. Det daglige arbejde udføres i samarbejde med beboeren - og i overensstemmelse med kommunens kvalitetsstandarder for ældreplejen.

Se nærmere på Køge kommunes hjemmeside

For at sikre det bedste samarbejde og den højeste kvalitet i plejen på Sandmarksbo plejecenter, vil vi kort efter indflytning afholde et møde.

Her vil vi kunne afstemme forventninger samt besvare eventuelle spørgsmål og her vil kontaktperson og sygeplejerske deltage.

Vi arbejder ud fra teorien om personcentreret omsorg. I denne teori spiller den enkeltes borgers livshistorie en stor rolle for at kunne give den bedste mulige pleje.

Vi beder derfor gerne om, at vi inden indflytning får tilsendt denne til sygeplejersken på afdelingen.

# Bygningen

## – vores fælles rammer

### **Boligen**

Sandmarksbo Plejecenter består af 30 boliger, fordelt på 2 etager.

Til hver gruppe er et tilhørende anretter køkken som anvendes af personalet til at anrette og tilberede lettere måltider morgenmad og aftensmad.

Til begge grupper er der tilhørende opholdsrum samt fælles spisestueområde.

I stue plan, har vi et stort rum, der i dagligdagen danner ramme om aktiviteter, dette kan også benyttes til familie sammenkomster f.eks. fødselsdag o. Lign.

## **Boligen**

### – dit nye hjem

Køge kommune lejer bygningen af en fond, der også ejer de 2 nærliggende bygninger.

Bygningerne er af ældre dato, hvilket bevirker at badeværelserne er ganske små, og Arbejdstilsynet har derfor givet forbud om, at disse benyttes til beboere der skal have hjælp til personlig pleje.

Der er 2 store badeværelser til overnævnte formål på hver etage.

### **Boligens opbygning**

Alle boliger er samme størrelse, og er ca. 30 kvm inkl. badeværelse.

Boligen er en et rumsbolig bestående af en entre, et badeværelse og en stue/ soveværelse. Der er et fast klædeskab i entreen.

Boligen indeholder:

En plejeseng med madras.

Loftlift

Der er en skinne på de 3 af væggene, med kroge, som kan benyttes til at hænge billeder op. Der må gerne bores i væggene.

Der findes belysning i hele boligen.

Aflåst medicinskab på badeværelset.

## Indflytning

I skal selv sørge for indflytningen, indretningen samt ophængning af lamper, billeder og gardiner m.m. Der vil ofte være gardiner fra tidligere beboer.

## Indretning af boligen

For at boligen føles hjemlig og velkendt, er det vigtigt at få sat et personligt præg på indretningen.

Vi anbefaler at I overvejer:

- Medbring ting, som har størst affektionsværdi og skaber genkendelse, herunder f.eks. malerier, fotos/billeder og personlige ting
- Sikre plads således at der ved behov er plads til hjælpemidler

Vi hjælper gerne med info om de krav der er gældende ifølge arbejdsmiljøloven.

- For at sikre en god indflytning, vil det være godt hvis boligen er færdigindrettet inden indflytning.
- Boligen skal kunne fungere som et hjem, men samtidigt er det personalets arbejdsplads
- Boligen må ikke møbleres for tæt.

Det kan blive nødvendigt at ændre på indretningen af boligen, hvis plejebehovet ændrer sig. Dette vil ske i en dialog imellem plejepersonalet og jer.

## Tjekliste ved indflytning

- 4 x lagner
- 4 x sæt sengetøj
- 2 x vaskbare dyner, gerne i fiber
- 2 x vaskbare hovedpude
- Minimum 4 x badehåndklæder
- Minimum 4 x alm. Størrelser
- Minimum 14 x vaskeklude til tørring fornedden (forebyggelse af urinvejsinfektioner)
- Møbler
- Lamper
- Gardiner

Disse skal være nemme og håndterbare, da der er mange personaler der skal kunne betjene disse

- Vasketøjskurv



Hjælpe midler fra hjemmet

Medicin

2 x 8 Doseringsæsker

Der skal købes medicmax doseringsæske m. ugedag - Ved tvivl spørg sygeplejerskerne

Ventilator til de varme sommerdage

Personligpleje artikler:

Skumklude og vaskebalje

Tandbørste og tandpasta

Kam/børste

Intimsæbe og bodyshampoo

Shampoo og balsam

Fed kropps creme

Barberingsgrej

Protese produkter m.m.

Bleer / indlæg

Negle -børste, saks og neglerenser

### **Rengøring**

Der gøres rent i din bolig en gang om ugen ved Servicekorpset. Der opkræves et særligt beløb hver måned som dækker vinduespudsning og rengøringsartikler. Taksten fastsættes årligt af byrådet.

Følgende vil være tilgængeligt i boligen:

- Skraldeposer
- Toiletruller
- Spritklude
- Universalklude



# Praktiske oplysninger fra A – Z

## Adresseændring

Der skal inden indflytning meldes adresseændring på borger.dk eller på kommunen.

Det er ligeledes muligt at ansøge om boligydelse hos udbetaling Danmark.

Husk at melde flytning til f.eks. telefon, avis, forsikring mm.

## Aktivitet

Sociale aktiviteter for dig og de andre beboere er en integreret del af dagligdagen på plejecentret. Behov for aktivitet er individuelt og vil være afhængig af, hvilke interesser du har og med udgangspunkt i dit fysiske og psykiske helbred. Aktivitet for os er alt lige fra det at kunne deltage med egne ressourcer i den personlige pleje og til at deltage i de daglige gøremål i løbet af dagen som eksempelvis borddækning, aftørre borde, vande blomster mm. Det kan også være hjælp og støtte til deltagelse i sociale aktiviteter sammen med andre beboere på plejecentret. Det kan f.eks. være:

- Gymnastik/cykling/gåture
- Torsdags bar
- Sang og musik
- Gudstjeneste
- Film, billeder, videoer mm.
- Banko

## Apotek

Vi får leveret medicin fra Køge Torvets apotek på alle hverdage mod betaling. Vi anbefaler derfor kraftigt til at der oprettes PBS-betaling til Køge Torvets apotek.

Dokumentet er vedhæftet bagerst i denne pjece.

Ved spørgsmål kan der rettes henvendelse til sygeplejerskerne eller Køge Torvets apotek.

Ved akut opstået behov for medicin, er det pårørendes ansvar at afhente medicin så behandling hurtigt muligt kan påbegyndes.

## **Besøg**

Vi har ingen faste besøgstider, vær dog opmærksom på at besøg ved måltiderne kan være mindre hensigtsmæssigt i forhold til den samlede beboergruppe. Aftal derfor meget gerne med personalet, hvis du eller dine nærmeste har særlige ønsker ved måltiderne.

## **Betaling**

Personalet har ikke mulighed for at bistå til hjælp, med betaling af regninger. Derfor anbefaler vi at I tilmeldes til betalingservice.

Da personalet ikke kan hjælpe med at tjekke E-boks, skal I selv sørge for, at adgangen hertil overdrages til en pårørende, eller der søges om fritagelse fra digital post.

## **Flextrafik:**

Hvis man af helbredsmæssige årsager ikke kan benytte offentlige transportmidler, er der mulighed for gratis kørsel til sygehuset.

Personalet hjælper gerne med bestilling af transporten.

Som udgangspunkt har personalet ikke mulighed for at kunne ledsage borger ud af huset.

Klippekortsordningen for beboere på plejecentre kan eventuelt anvendes til dette i særlige tilfælde. Vi opfordrer derfor til, at nærmeste pårørende ledsager ved besøg.

Hvis man af helbredsmæssige årsager har behov for kørsel til hudlæge, øjenlæge, ørelæge m.m. har man mulighed for tilmelding til flextrafik.

Med denne ordning er der også mulighed for besøg hos familie og venner, indkøb og fritids- og kulturelle aktiviteter.

Man betaler et årligt gebyr og kilometertakst for ordningen.

Ordningen giver en ret til et bestemt antal ture om året.

I kan få et ansøgningsskema ved at kontakte kommunen eller ringe til Flex 70 26 27 27.

## **Fodtøj**

For at forebygge fald beder vi om at borgeren kun medbringer sko med fast hælkappe. Det vil sige ingen slippers, hjemmesko eller træsko mm. Vær ligeledes opmærksom på at gulvet kan være glat, så overvej fodtøj med gummisål.



## **Forsikring**

Det kræves at der ved indflytning er tegnet en indboforsikring.

Kontakt egen forsikring for yderligere spørgsmål herom.

## **Frisør og Fodbehandling**

Man er velkommen til at fortsætte med sin vanlige frisør eller fodterapeut.

Der er mulighed for både klipning samt fod behandling mod betaling.

Personalet kan være behjælpelige med at kontakte, enten frisør eller fodterapeut, der fast kommer på plejehjemmet.

## **Hjerte lunge redning**

Vi vil efter indflytning holde en samtale vedrørende valg/fravalg af genoplivning.

## **Hjælpemidler**

Ved behov, stiller kommunen hjælpemidler til rådighed.

Det er dog borgeren eller pårørende som står for vedligeholdelse herunder, lapning samt vedligeholdende pumpning af dæk.

## **Husdyr**

Det er ikke tilladt at holde husdyr da personalet er ikke ansvarlige for pasning af disse.

Men besøgende er velkommen til at have hunde med i snor.

## **Indkøbsmuligheder**

Pårørende skal selv varetage diverse indkøb.

Engangsvaskeklude og andre toiletartikler kan bestilles via apoteket efter aftale med personalet

## **Kontaktoplysninger:**

Adresse:

Sandmarksbo 3

4600 Køge

Hovednummer til Sandmarksbo Plejecenter: 56 67 67 30

For at give mest mulig ro og dermed undgå forstyrrelser i plejen, henstiller vi til at der i dagstid ringes mellem kl. 10-12 og 13-15,

Dog kan plejepersonalet, af hensyn til borgeren, bede om at der ringes igen på et andet tidspunkt.

Mails:

- Leder Jeanett: jeanett.d.povlsen@koege.dk
- Sygeplejerske i stuen Joan Bulskov: joan.bulskov@koege.dk
- Sygeplejerske 1. sal Maja Brandt: maja.brandt@koege.dk

### **Levende lys mv.**

Levende lys på plejecentret er ikke tilladt. Der findes mange andre fine løsninger.

Pasning af pottedplanter og blomster i boligen er fortrinsvis på dit eller dine pårørendes ansvar.

### **Læge**

Vi har tilknyttet fast plejecenter læge, som kommer ugentligt på plejecentret.

Charlotte Vogelhofer og Søren Brynald

Vi anbefaler ved indflytning, at der skiftes over til dem.

Dette kan man selv gøre, eller få sygeplejerskerne til.

### **Måltider**

Som beboer på plejecentret Sandmarksbo tilbydes du fuld forplejning, dvs. tre hovedmåltider samt mellemmåltider.

Der serveres varm mad til middag, med enten forret eller dessert, og smørrebrød til aften.

Ved højtider serveres der særlige menuer. Du kan eventuelt få maden tilpasset dine individuelle behov.

Du kan vælge, om du ønsker at spise i din egen bolig eller i spisestuen.

Fra personalets side bestræber vi os på at gøre spisningen i fællesområderne til et hyggeligt dagligt samlingspunkt, og vi håber, at du har lyst til at spise sammen med de andre beboere.

Til jul og nytår kan pårørende tilmelde sig til aftensmad hos personalet mod betaling.

Der er mulighed for at afmelde maden **senest** dagen før, i tilfælde af at borger skal ud af huset. Besked gives til personalet.

## **Navn på alt**

Da vi har en del borger med udfordringer på hukommelsen, kan ting let flytte plads. Det er derfor vigtigt at man som pårørende sørger for at der kommer navn på alt. Såsom tøj, sko, briller, diverse pynte genstande, fjernbetjening mm.

## **Omsorgstandpleje**

Det er muligt at blive visiteret til Køge kommunes tandpleje, hvis ikke det er muligt at komme ud af huset for kontrol. Der kan læses mere herom, på Køge kommunes hjemmeside.

## **Opbevaring af kontanter og andre værdigenstande**

Vi tilråder til ikke at have større beløb liggende, max 100 kr. til aktiviteter, banko og torsdags bar, dyre smykker og andre værdigenstande.

Plejecentret kan ikke tage ansvar for penge, dyrebare figurer og andre værdier.

Aftal betaling til fodterapeut og frisør, ente mobil pay, eller indbetalingskort.

## **Post**

Beboerne får deres egen post, hvis dette ikke er hensigtsmæssigt, kan der laves aftale med personalet, om at posten opbevares på kontoret, og udleveres til pårørende ved hvert besøg.

Personalet må som udgangspunkt ikke åbne posten.

## **Prøver**

I Køge Kommune er der ikke mulighed for at få bragt akutte prøver til lægehuset. Vi er derfor nødt til at bede jer som pårørende om at sørge for dette.

## **Pårørende**

Vi vægter samarbejdet med dig, din familie og dine venner højt.

Vi har brug for din familie og dine venner i vores daglige arbejde, fordi vi som personale aldrig kan erstatte dit forhold til dem. Det er vigtigt for os, at have et respektfuldt samarbejde med et højt informationsniveau og en gensidig åbenhed.

## **Rygning**

Der må kun ryges i egen bolig og uden for. For at personalet og andre beboere generes mindst muligt, bedes du indkøber/ leje en luftrenser, personalet kan være behjælpelige med kontakt til leverandør. Rygning på fællesarealerne er ikke tilladt. Vi henstiller til, at der luftes ud inden personalet, skal opholde sig i boligen. Desuden anmoder vi om, at der ikke ryges i boligen når personalet er til stede. Af hensyn til brandsikkerheden kan der indføres særskilte rygeforbud.

## **TV**

Vi har den lille tv pakke fra You see, er med i huslejen.

Ved spørgsmål om tilkobling til tv-boks og internet, rettes henvendelse til You see.

## **Vasketøj**

Der tilbydes på Sandmarksbo plejecenter at personalet vasker tøj, dyner m.m.

Der kan dog ikke tages ansvar for ødelagt, misfarvet eller manglende genstande.

Beboernes tøj vaskes særskilt, og hver beboer har et vaskekort, der registeret hvor meget der vaskes, og hvor meget der skal betales.



# Dokumenter

Køge Torvets Apotek, Brogade 1, 4600 Køge, Tlf. 56 650121

E-mail: koege@apoteket.dk

## Betalingservice – PBS tilmelding

Udfyldes af kunden:

Navn: \_\_\_\_\_

Adresse: \_\_\_\_\_

Tlf. nr.: \_\_\_\_\_

Cpr. Nummer	Bank Reg. Nr	Bank – kontonummer

Dato:	Kundeunderskrift:	Apotekets underskrift:

Blanketten udfyldes med:

Navn, adresse, cpr-nr., registrerings- og kontonummer til bank.

Blanketten underskrives og returneres til:

Køge Torvets Apotek, Brogade 1, 4600 Køge

**OBS – Det kan tage helt op til 40 dage inden PBS fungerer, derfor vil fremsendte fakturaer i denne periode ikke være betalt via PBS.**

Udfyldes af Apoteket:

PBS reg. Nr	Deb gr. nr	Kundenummer	Dato:
0 3 0 9 5 0 3 7	0 0 0 0 1		

# Samtykkeerklæring for brug af billeder.

Jeg giver hermed tilladelse til, at

Køge Nord plejecenter, Fuglebæk Allé 3 4600 Køge

må anvende billeder af mig i forbindelse med beboerbladet og på opslagstavler i huset.

Billederne som anvendes til vores beboerblad har til formål at give anledning til samtaler mellem beboere, pårørende og personale. Vi er altid opmærksomme på at de anvendte billeder er taget i passende situationer og er i overensstemmelse med almene etiske regler.

Du kan til hver en tid trække dit samtykke tilbage og et manglende samtykke vil aldrig få negative konsekvenser for din kontakt med Køge Nord Plejecenter.

Navn og fødselsdato på den person, tilladelsen gælder for:

---

Dato: \_\_\_\_\_ Underskrift: \_\_\_\_\_

Evt. pårørende/ værges navn:

---

Dato: \_\_\_\_\_ Underskrift: \_\_\_\_\_