

# **VELKOMMEN TIL PLEJEHJEMMET SCT. OLAF**

**Nyttig viden om din kommende  
indflytning**

# Indholdsfortegnelse

Velkommen .....	3
Om plejehjemmet .....	4
Indflytning .....	4
Hjælpemidler og møblering .....	5
Nødkald .....	5
Rengøring og tøjvask.....	5
Indkøb.....	6
Økonomi.....	6
Forsikring.....	6
Arrangementer/højtider/fest.....	6
Aktiviteter.....	6
Mad.....	6
Behandlingstestamente og livets afslutning.....	7
Træning.....	7
Tavshedspligt og samtykke.....	7
Værgemål .....	7
Læge.....	8
Medicin.....	8
Akut behov for medicin/kørsel af div. prøver .....	8
Postkasse .....	8
Rygning .....	8
Forløbsansvarlig .....	9
Frisør.....	9
Fodterapeut.....	9
Tandpleje.....	9
Kirkeforhold.....	10
Husdyr.....	10
Besøgstid .....	10
Beboer-Pårørenderåde .....	10
Huskeliste: .....	11
Kontaktoplysninger:.....	13
Plantegning af plejehjemmet: .....	14

## Velkommen

Kære ny beboer og pårørende.

På vegne af plejehjemmet Sct. Olaf vil jeg gerne byde dig velkommen.

Vi ønsker at du og dine nærmeste kommer til at få gode stunder og oplevelser her. Ligeledes håber vi, at du får glæde af fællesskabet og dine nye naboer.

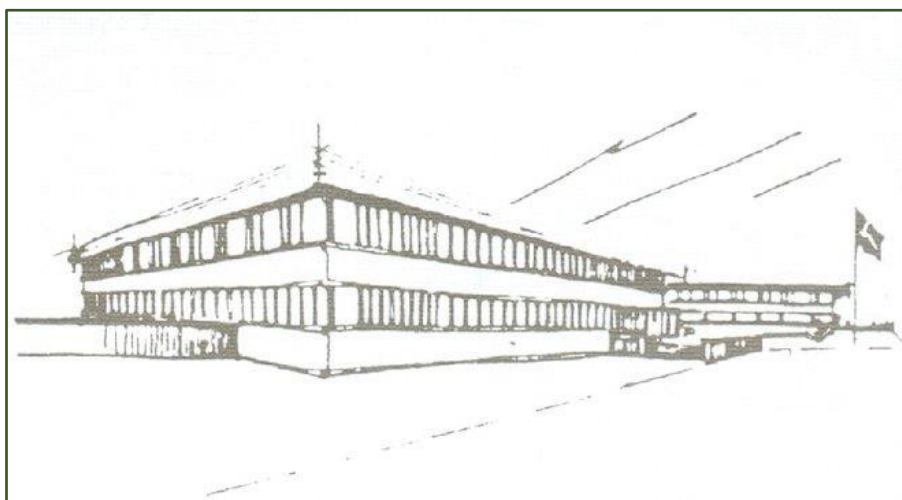
Vi ser frem til, sammen med dig at skabe en god hverdag, hvor du kan få en oplevelse af, at få hjælp til de ting du ikke længere kan. Vi lægger stor vægt på, at du fortsætter med at gøre de ting der interesserer dig, og de ting du plejer at kunne klare selv.

Vi håber du vil betragte Sct. Olaf som dit hjem, hvor dine pårørende fortsat kommer og besøger dig, og at I fremadrettet kan fortsætte med at gøre de ting sammen I, har gjort hidtil.

Med venlig hilsen

Gitte Fisker

Direktør



## Om plejehjemmet

Plejehjemmet Sct. Olaf er en selvejende institution oprettet af Odd Fellow Logen.

Plejehjemmet blev bygget i 1970 og har i 2006-2007 gennemgået en gennemgribende modernisering. Huset består af 50 lejligheder, fordelt på to afdelinger. På hver afdeling er der dagligstue/spisestue med TV og et fælleskøkken.

Visitation til plejehjemmet sker via Aarhus Kommunes borgerkonsulenter. Serviceniveauet er besluttet i Aarhus kommunens byråd.

## Indflytning

Vi glæder os til at byde dig og dine pårørende velkommen og håber du bliver glad for at bo her.

Boligerne på Sct. Olaf er lejeboliger, hvilket betyder at lejligheden er dit private hjem, med samme betingelser, som hvis du lejede en lejlighed et hvilket som helst andet sted. Du får udleveret nøgler og lejekontrakt i administrationen og bedes selv sørge for at få underskrevet kontrakten og afleveret den tilbage.

Inden ind- og udflytningen skal der foretages et syn af lejlighedens stand (dette foregår typisk med pedellen). Lejligheden skal fremstå nymalet, og hovedrengjort ved overtagelse. I lejekontrakten fremgår betingelserne for dine og vores forpligtelser ved ind- og udflytning.

Der vil helt naturligt blive skønnen, om behovet for at hele eller dele af lejemålet skal males ved fraflytning, hovedrengøring skal foretages uanset brugen og længden af lejemålet.

Når du har sagt ja til at flytte ind, må indflytning meget gerne ske indenfor 8 dage. Vi anbefaler at du har møbleret din lejlighed med genkendelige ting, inden indflytning. Lejligheden står tom og nyistsandsat ved indflytning. Der er ikke gardiner, lamper eller andet interiør i lejligheden.

Du er selv ansvarlig for indflytning, møblering og ophængning af lamper, gardiner og billeder. Ift. valg af belysning må du meget gerne tale med personalet, da gode lysforhold er vigtige for at sikre gode arbejdsbetingelser for vores personale.

Du skal desuden selv melde flytning til folkeregisteret. Dette skal gøres senest fem dage efter indflytning på plejehjemmet på [borger.dk](http://borger.dk).

I boligen er der stik til TV. Som udgangspunkt har du grundpakken fra VIOS. Hvis du ønsker at ændre dette, skal du kontakte VIOS og der vil derefter blive sendt en opkrævning til dig. Der er trådløst netværk i huset som du og dine pårørende kan benytte. Vejledning findes i cafeen.

Indenfor de første måneder efter indflytning, tilbyder vi en indflytningsamtale med dig og dine pårørende. På dette møde ønsker vi at drøfte det fælles samarbejde og hvordan vi skaber en god hverdag for dig. Vi vil gerne høre om dit liv, dine vaner og interesser. Vi vil

bede dig og din familie skrive din livshistorie ned og sende til os på [sctolaf@mso.aarhus.dk](mailto:sctolaf@mso.aarhus.dk), senest to måneder efter indflytning. Det har stor betydning, at vi får lov at lære dig at kende.

Forslag til, hvilke punkter livshistorien kan indeholde: familie og venner, barndom og opvækst, væsentlige begivenheder i livet, tidligere bopæl og boform, tidligere beskæftigelse, vaner og normer, særlige interesser og aktiviteter, særlige ting der fremkalder glæde, sorg, uro eller andet.

## **Hjælpemidler og møblering**

Hvis vi vurderer, at der er brug for hjælpemidler, bestiller vi dem. Vær opmærksom på, at nogle hjælpemidler stiller særlige krav til boligens indretning. Personalet kan guide dig. Hvis dine behov ændrer sig, og du har brug for flere hjælpemidler, kan du få brug for at ommøblere, eller skille dig af med nogle møbler. Årsagen er, at der regler for, hvor meget plads der skal være for at arbejdsmiljøet er sikkert. Vi anbefaler at du undlader store, løse tæpper, da de udgør en faldrisiko. Hvis du medbringer eget porcelæn, skal du være særligt opmærksom på at holde det i egen bolig, da vi har meget vanskeligt ved at se forskel på dit og andres porcelæn.

## **Nødkald**

Hvis du vurderes at have behov for et nødkald, for at kunne tilkalde hjælp, vil du modtage dette ved indflytningen. Vi oplever, at nødkaldet kan forsvinde, hvorfor vi kan blive nødt til at opkræve dig ved køb af den 3. nødkald. Nødkaldet er ikke et "servicekald", men et nødkald til situationer hvor du har brug for hjælp af personale.

## **Rengøring og tøjvask**

Rengøring varetages af husets rengøringspersonale og hver beboer er tildelt 45 min. hver 14. dag. Mere rengøring kan tilkøbes hos en privat udbyder.

Vi gør opmærksom på, at vores rengøringspersonale ikke må flytte rundt på møblerne i lejlighederne pga. arbejdsmiljø. Plejesengen er undtaget.

Vi har fælles vaskeri i huset. Hvis du ønsker at få hjælp til at vaske dit tøj, vil vi bede dig hurtigst muligt efter indflytning få mærket alt dit tøj med lejlighedsnummer eller navn. Du kan låne strygebræt og strygejern til formålet. Spørg gerne personale om dette.

Vi anbefaler ikke at I medbringer uldundertøj, uldtrøjer mv. Da vi har erfaret at det kan være svært at håndtere i et stort vaskeri. Det vil vi gerne bede familierne om at hjælpe med, hvis borger flytter ind med det.

Vi har håndklæder, vaskeklude og linned, som du kan tilvælge hvis du ønsker det. Du er naturligvis velkommen til at bruge dit eget, det skal blot være mærket ligesom dit tøj. Umærket tøj vil ofte ligge i vaskeriet (spørg personalet).

## **Indkøb**

Vi anbefaler følgende indkøb forud for indflytning:

Medicinæsker: hvis du har behov for hjælp til at håndtere din medicin, vil vi bede dig indkøbe doseringsæsker til formålet. Du bedes købe 2 store doseringsæsker på apoteket.

Neglepleje: neglebørste og negleklipper, hvis du ikke allerede har det.

Termometer: rektal termometer, da vi ifm. sygdom gerne vil kunne måle din temperatur.

Og gerne en gulvsvaber med langt skaft til brug efter badet.

## **Økonomi**

På borger.dk kan du finde oplysninger om flyttetilskud, boligstøtte og pension.

Vær her opmærksom på at status for ægtefæller/samlever forandres.

Optrækning for husleje, vand, varme og servicepakker sker på et indbetalingskort, der bliver sendt til dig. Vi anbefaler at du tilmelder det betalingservice, så det fremadrettet sker automatisk.

Forud for indflytning er det vigtigt du vælger, hvilke servicepakker du ønsker (madordning, tøjvask, leje af linned, rengøringsmidler, vinduesvask, TV-pakker mm.).

## **Forsikring**

Plejhjemmet har fælles forsikring på brand, bygninger og ansvar.

Øvrige forsikringer, som f.eks. indboforsikring skal du selv sørge for. Forsikringen gælder efter samme betingelser, som i en hvilken som helst anden bolig.

Vær opmærksom på evt. ægtefælle/samlevers forsikringsforhold i forbindelse med flytningen.

## **Arrangementer/højtider/fest**

Der er 5 loge fester årligt. Festerne er for husets beboere og pårørende og er en god anledning til at invitere dine pårørende med til fest. Festerne afholdes i cafeen med spisning og underholdning.

Vi fejrer årets højtider/årstider og holder f.eks. påskefrokost, høstfest, Mortens Aften, julefrokost mm.

## **Aktiviteter**

Der er forskellige fællesaktiviteter i huset. For en oversigt over aktuelle, se aktivitetskalenderen i "Sct. Olaf nyt". Aktiviteterne kan være musik, sang, bevægelse, film, fortællinger mm. Der er altid personale til stede til aktiviteterne og ofte også frivillige.

## **Mad**

Et godt måltid forbindes ofte med positive følelser som hygge, varme og glæde. Maden i huset bliver lavet i storkøkken, af husets faguddannede medarbejdere. Vi skal sikre at du tilbydes mad, tilberedt med høj grad af faglighed, med fokus på økologi, bæredygtighed og økonomi.

Hvis du har behov for særlig kost grundet sygdom, skal det være lægefagligt begrundet. Så vidt det er muligt, imødekommes særlige kostønsker.

Om du ønsker at nyde måltiderne i selskab med andre, eller foretrækker at nyde det alene er helt op til dig. Dine pårørende er velkomne til at spise med i din egen lejlighed. Vi vil gerne vide det på forhånd, af hensyn til mængden. Betaling foregår via mobilepay.

Afdelingernes køkkener er forbeholdt medarbejderne.

Køleskabet i lejligheden er dit private. Vi holder ikke øje med dit køleskab. Ej heller rydder vi op eller gør rent i det.

### **Behandlingstestamente og livets afslutning**

Selvom det kan være svært, vil vi bede dig og dine pårørende tale om livets afslutning. Har du særlige ønsker i den forbindelse? F.eks. påklædning, ritualer mm. Vi ønsker at kende til disse ønsker, så vi kan respektere dem, når tiden er. Derudover kan det være en god idé at oprette et behandlingstestamente. Et behandlingstestamente omhandler udelukkende dine ønsker om fravalg af behandling, hvis du skulle komme i en situation, hvor du ikke længere er i stand til at udtrykke din holdning til behandling.

Dine registreringer gælder kun i det øjeblik, hvor du ikke længere er i stand til selv at give udtryk for dine ønsker.

### **Træning**

Vi har ergoterapeut og fysioterapeut ansat i huset.

Du får mulighed for at bevare din evner til at klare så meget som muligt selv i hverdagen. En af vores terapeuter, vil besøge dig kort efter indflytning. Sammen kan I finde frem til dine muligheder for træning og tilrettelægge dette efter gældende regler.

### **Tavshedspligt og samtykke**

Du og dine nærmeste, skal være opmærksomme på, at vores personale har tavshedspligt. Vi må derfor ikke automatisk videregive følsomme oplysninger, uden din accept. Vi har ikke mulighed for at informere dine pårørende ved mindre ændringer i medicin eller helbredstilstand.

### **Værgemål**

Hvis du på grund af dit helbred ikke er i stand til at handle på egne vegne, i personlige eller økonomiske forhold, kan det blive nødvendigt med et værgemål. Herefter kan din værge handle på dine vegne.

Hvis der er behov for værgemål, skal du og dine pårørende ansøge om dette. Dette gøres ved at kontakte Familieretshusets pr. telefon eller ansøge via hjemmeside. Ved de fleste værgemål er personen stadig myndig og beholder dermed retten til at handle selv. Du kan også vælge at lave en fremtidsfuldmagt. En fremtidsfuldmagt er en fuldmagt, som kan sættes i kraft en gang i fremtiden, hvis du bliver syg/svækket og mister evnen til selv at tage vare på dine økonomiske eller personlige forhold. Du vælger selv, hvad fremtidsfuldmagten skal indeholde. Du kan læse mere om fremtidsfuldmagt på [borger.dk](http://borger.dk).

## **Læge**

Vi har tilknyttet en plejehjemslæge, Lægerne Sønderhøj (Louise og Christian). Lægen kommer hver eller hver anden uge eller tilkaldes ved behov. Personalet kan være behjælpeligt med at kontakte lægen ved behov. Lægen har ikke tilsyn med alle beboere hver gang, men har tilsyn efter samråd eller vurdering af plejepersonalet.

Hvis du ønsker at skifte læge, skal du selv sørge for dette. Dette gøres ved at kontakte borgerservice og informere om ydernummeret er 057266. Inden lægeskift, skal der være skiftet folkeregisteradresse. Plejehjemslægen tager altid plejehjemmets beboere ind, selvom der står de har lukket for tilgang.

## **Medicin**

Hvis du ikke selv kan administrere din medicin, hjælper vi dig gerne. Ligeledes med bestilling heraf. Hvis din medicin er stabil, vil vi bede om at den dosisdispenseres fra apoteket.

Vi anbefaler at apoteket bringer din medicin ud til plejehjemmet og vi bruger Marselisborg Apotek. Du kan med fordel tilmelde dig betalingservice og det gøres ved personlig, eller telefonisk, henvendelse hos apoteket.

Hvis du har behov for hjælp til dosering, vil vi bede dig indkøbe medicinæsker til formålet. Se mere under "indkøb".

## **Akut behov for medicin/kørsel af div. prøver**

Der kan være behov for at bestille medicin med hurtig levering, eller få leveret div. prøver til egen læge. I disse tilfælde bestiller vi en taxa til transporten og betaler med taxaboner. Regningen opkræves sammen med huslejen.

Undersøgelser på sygehus:

Hvis du skal på sygehus til planlagte aftaler, skal du og dine pårørende selv koordinere dette med sygehus. Hvis du har behov for en ledsager, skal du aftale dette med dine pårørende.

## **Postkasse**

Du og dine pårørende er selv ansvarlig for at få tømmt postkassen. Ligeledes for at få reageret på breve, regninger, indkaldelser mm. Vores plejepersonale kan/må ikke håndtere dette. Hvis du abonnerer på aviser og/eller ugeblade, skal du informere distributøren om flytning og lejlighedsnummer.

## **Rygning**

Du må gerne ryge i din egen lejlighed. Vi anbefaler dog, at der ryges udendørs grundet arbejdsmiljø. Der må ikke ryges i lejligheden, når personalet er til stede. Hvis du ryger i lejligheden, vil vi stille en maskine op, til at suge farlige partikler væk, således vi sikre et bedre arbejdsmiljø for vores medarbejdere. Der må ikke ryges i dagligstuerne eller andre fælles faciliteter.



Sikkerhed er noget af det vigtigste for os på plejehjemmet Sct. Olaf og i den forbindelse har vi brug for din hjælp, så alle kan bo trygt hos os.

For at mindske risikoen for brand på plejehjem, opfordrer vi vores beboere til følgende:

Hvis du ryger, bør du, som minimum anskaffe dig brandhæmmende spray, sengetøj og ryge-forklæde.

Brandhæmmende sengetøj kan lejes gennem Aarhus Kommune hos Elis. Personalet på plejehjemmet kan hjælpe med at bestille den brandhæmmende linnedpakke.

Øvrige leverandører af brandhæmmende spray, rygerør eller rygeforklæde kan findes på [hjælpemiddelbasen.dk](http://hjælpemiddelbasen.dk)

På grund af brandfare er det ikke tilladt at have levende lys i boligerne.

Al hygge med levende lys er overgået til LED stearinlys i hele huset.

Spørg personalet på plejehjemmet, som vil hjælpe dig med at vurdere, hvilke brandhæmmende tiltag, du har brug for.

### **Forløbsansvarlig**

Du vil efter indflytning få tildelt en medarbejder, som vi kalder forløbsansvarlig. Den forløbsansvarlige er medvirkende til at din tid her hos, sker i et forløb hvor der sikres at flere fagpersoner er en del af din hverdag. En forløbsansvarlig er typisk sygeplejerske, ergoterapeut eller fysioterapeut, og vi vil sørge for at du og dine pårørende ved besked om hvem det er.

### **Frisør**

Vi har ikke en fast tilknyttet frisør, hvis du har behov for frisør, bedes du selv tage kontakt.

Betalingen skal ske direkte til frisøren.

### **Fodterapeut**

Det kan være en god idé at have en fodterapeut når man bliver ældre. Pga. hård hud, skoindlæg, nedgroede negle, svamp mm., kan der opstå et behov.

Vi har ikke en fast tilknyttet fodterapeut. Hvis du har behov for dette, bedes du selv tage kontakt.

### **Tandpleje**

Som udgangspunkt beholder du din egen tandlæge.

Hvis du ikke har mulighed for at komme til din almindelige tandlæge, pga. stærkt nedsat førlighed, fysisk eller psykisk handicap, hjælper vi med at ansøge om omsorgstandpleje.

Omsorgstandplejen kommer i huset og tilbyder almindelig tandpleje. Hvis der skal laves behandling (f.eks. huller) foregår det hos en tandlæge ude af huset. Som udgangspunkt arrangerer du og dine pårørende selv tid til tandlæge, transport og ledsagelse. Hvis du er liftbruger, er der undtagelser. Der er et årligt gebyr på til omsorgstandplejen.

## **Kirkeforhold**

Der bliver afholdt gudstjeneste på plejehjemmet en gang om måneden. Gæster er velkomne. Der er desuden let adgang til Holme Kirke, kirkebus kan bestilles på kirkekontoret.

## **Husdyr**

Hvis du ønsker at medbringe et husdyr, skal dette ske i samråd med plejehjemmets direktør.

## **Besøgstid**

Der er ingen faste besøgstider. Dine pårørende er altid velkomne.

## **Beboer-Pårørenderåde**

Vi har et beboer-pårørenderåd bestående af tre pårørende og en beboerrepræsentant.

Beboer- Pårørenderådets overordnede opgave er at repræsentere beboernes og de pårørendes interesser overfor ledelsen af Plejehjemmet Sct. Olaf.

Rådet inddrages i relevante problemstillinger i forbindelse med de fastlagte retningslinjer (Aarhus Byråd) for den daglige pleje og omsorgsindsats i de pågældende plejeboliger. Det gælder bl.a. i forhold til samvær, kostplaner, tilrettelæggelse af måltider, aktiviteter m.v.

Hvis du eller dine pårørende er interesseret i at være med i rådet, kan I kontakte Gitte Fisker.

## Huskeliste:

### Hjælpe huskeliste ved indflytning på Sct. Olaf Plejehjemmet:

#### Administrative opgaver:

- Adresse flytning ved folkeregistret
- Opsige nuværende bolig, hvis du bor til leje
- Evt. lægeskift til husets læge, på borgerservice.dk
- Tilknytning til Marselis Apotek – obs dosis dispensering eller indkøb af doseringsæsker

#### Søge om økonomisk støtte i forbindelse med indflytningen:

- Søge om boligstøtte- borgerservice.dk vælg "boligstøtte"
  - Kan du ikke søge digitalt skal du kontakte borgerservice på Dokk1 eller ringe på tlf. 89402222
- Valg af pakker på plejehjemmet?
- Valg af tv-pakke, telefoni evt. internet?
- Indbos forsikring
- Tilknytning til betalingservice
- Nøgler til postkasse- og tømning heraf
- Samtykke og evt. fuldmagt
- Værdigenstande (skal gerne opbevares bag lås)
- Melde flytning til

#### **Postnord**

#### **Fastnet IT og telefonabonnement**

#### **Avisabonnement**

#### **Forsikringer**

#### **Møbler, interiør og evt. nyindkøb**

- Ved fravalg af plejehjemmets linnedpakke skal du selv medbringe håndklæder, sengelinned og vaskeklude (husk at sætte mærke på)
- Benytter du hjælpemidler som er udlånt af kommunen, skal disse medbringes ved indflytning (toiletforhøjer, badetaburet, rollator kørestol mv) yderligere behov vurderes af husets ergoterapeuter
- Egen seng eller plejeseng (ved tvivl spørg gerne). Hvis der er behov for plejeseng, bestilles det af terapeut på Sct. Olaf plejehjemmet forud for indflytning. Plejesengen skal stå midt i rummet.
- Gardiner og selvophængning af disse
- Lamper/belysning og selv installation af disse
- Mærkning af tøj og linned.

\*Vi anbefaler at man ikke indretter med løse tæpper da det øger risikoen for fald

\*Grundet arbejdsmiljø anbefaler vi ikke store tunge og mange møbler i lejligheden.

**Medbringe og selv løbende indkøbe:**

- Diverse personlige produkter, deodorant/ duft, tandpasta, cremer krops-og body shampoo negleklipper, kam/børste, Barbermaskine/føntørre
- rektal termometer
- 2 dyner og puder (skal kunne vaskes)
- Små kurve til opbevaring af personlige plejemedier

## Kontaktoplysninger:

Odd Fellow plejehjemmet Sct. Olaf  
Hjulbjergvej 58, 8270 Højbjerg  
Tlf: 87 36 80 40  
Email: [Sctolaf@mso.aarhus.dk](mailto:Sctolaf@mso.aarhus.dk)

Dine pårørende er altid velkomne til at kontakte huset.  
Vi har telefontid mellem kl. 13.30-17.00.

Afdeling A, 1. sal	87 36 80 42
Afdeling A, stuen:	87 36 80 43
Afdeling B, 1. sal:	87 36 80 45
Afdeling B, stuen:	87 36 80 46
Fysioterapeut:	87 36 80 54
Ergoterapeut:	87 36 80 57

Direktør Gitte Fisker kan kontaktes på: 22 74 59 44, eller [gifi@aarhus.dk](mailto:gifi@aarhus.dk)  
Afdelingsleder afdeling A. Pernille Aabenhuus kan kontaktes på: 61374478, eller [pza@aarhus.dk](mailto:pza@aarhus.dk)  
Afdelingsleder afdeling B. Katrine Kjeldbjerg kan kontaktes på: 51667564, eller [kjkat@aarhus.dk](mailto:kjkat@aarhus.dk)

# Plantegning af plejehjemmet:

