

Velkommen til
Nymosehave
- plejeboliger med hjemmehjælp



Kære beboer på Nymosehave

Velkommen til dig og dine pårørende i Nymosehaves plejeboliger med hjemmehjælp. Vi glæder os meget til at være sammen med dig og skabe et indholdsrigt liv med aktiviteter og nærvær.

I denne pjece har vi samlet de vigtigste informationer til brug for din dagligdag på Nymosehave og om, hvad du kan opleve og forvente som beboer.

Heri finder du blandt andet et afsnit om, hvordan vi arbejder, og praktiske oplysninger om fx spisetider, telefonnumre osv. Vi opfordrer dig til at gemme pjecen, så du altid har informationerne ved hånden.

Vi ønsker at skabe et godt samarbejde med dig og dine pårørende, og derfor er du altid velkommen til at kontakte personalet, hvis du har spørgsmål eller emner, du ønsker uddybet.

Venlig hilsen



Pia Ramsgaard
Forstander

Din daglige leder er _____ (se kontaktoplysninger på bagsiden)

Din kontaktperson er

_____ telefon _____ e-post nymosehave@gentofte.dk

Indhold

Velkommen til.....	1
Sådan arbejder vi	2
Rehabilitering.....	2
Udeliv	2
Træn dig Fri	2
Medarbejderne	2
Din livshistorie	2
Maden	2
Hverdagen	2
Pleje og hjælp	2
Praktiske oplysninger	2
Betaling, penge og værdigenstande.....	2
Flytning fra Nymosehave.....	2
Pleje ved livets afslutning	2
Nymosehaves Aulaen og C-gangen	2

Sådan arbejder vi

Vi har et solidt fundament, som bygger på liv og glæde med et ønske om at bevare hjemmeplejen på Nymosehave som et godt sted at bo, leve og arbejde.

Vi arbejder ud fra en platform, der er baseret på robusthed, værdighed og ordentlighed. Med en høj faglighed understøtter vi et aktivt liv med mening, værdi og livskvalitet sammen med beboerne, som er vores kerneopgave.

Det er vores mål, at den enkelte beboer oplever

- at kunne leve i overensstemmelse med tidligere livsform, nuværende ønsker og resurser,
- at der er respekt for den enkeltes ansvar for eget liv, og at der ydes støtte til egen omsorg,
- en værdig livsafslutning ud fra den enkeltes livsanskuelse.

Vi arbejder også efter de ni værdier, der gælder for arbejdet på hele det sociale område i Gentofte Kommune:

- Interesse
- Respekt
- Ligeværd
- Helhed

- Indfølelse
- Engagement
- Tolerance
- Tillid
- Åbenhed.

Vi lægger stor vægt på at give beboerne mulighed for at danne nye relationer igennem socialt samvær. Livet skal leves hele livet.

Gentofte Kommune vedtog i juni 2016 en værdighedspolitik, som er en del af vores hverdag. På www.gentofte.dk/værdighed kan du læse politikken.

Rehabilitering

På Nymosehave arbejder vi rehabiliterende med fokus på dine resurser, interesser og nærvær, der giver dig glæde både mentalt og fysisk.

Derfor er vi meget interesseret i, hvilke daglige gøremål du har kunnet udføre alene eller med hjælp inden indflytningen. Formålet er, at du som beboer opnår maksimal livskvalitet og medinddragelse i dit eget liv.

I den første tid vil du opleve, at personalet observerer, hvad du kan, og stiller dig en masse spørgsmål for at kunne tilbyde dig den rette



trænende eller støttende tilgang til alt, hvad du gør.

Da vores fokus er en rehabiliterende kultur, vil du blive inviteret til at løse hverdagens gøremål i fællesskab. Det kan være samarbejde om den personlige pleje, så du får hjælp der, hvor din fysiske eller psykiske formåen begrænser dig.

Fysisk aktivitet er også at være fælles om de daglige gøremål såsom sengeredning og tørre støv af for derigennem at styrke nærværet. Det kan også være at vaske tøj sammen med din kontaktperson eller dine pårørende, hjælpe med borddækning eller aftørring af spisebordet efter måltider.

Træn dig Fri

Gentofte Kommunes indsatsområde 'Træn dig Fri' betyder, at vi tilbyder træning og rehabilitering til borgere, der ikke længere har så let ved at klare de daglige gøremål selv. Målet er at genvinde eller beholde mest muligt af det fysiske funktionsniveau.

Sammen med Gentofte Kommunes Tværgående Træningsteam tilbyder vi træning.

I samarbejde med dig laver vi en træningsplan for nogle konkrete ting såsom at kunne gå en ønsket distance.

Udeliv

Frisk luft styrker immunforsvaret og øger dit velvære. Derfor opfordrer vi til, at du sammen med dine pårørende og de øvrige beboere kommer udenfor. Der er gangstier flere steder på Nymosehave, og på ruten er der flere bænke. Den charmerende Gammelmosen er et tætliggende udflugtsmål.

Medarbejderne

I grupperne er der ansat plejepersonale med forskellige kompetencer og uddannelser. Der er social- og sundhedshjælpere, social- og sundhedsassistenter, plejehjemsassistenter, sygeplejersker og aktivitetsmedarbejdere.

Herudover er der ansat medarbejdere til at varetage driften af bygningen.

Nymosehave Aulaen og C-gangen er om dagen organiseret i to hjemmehjælpsgrupper, Aulaen,



Stuen og C-gangen, der ledes af daglig leder Jane Absalonsen, og Aulaen, 1. & 2. sal, der ledes af daglig leder Laila Hoen.

Om aften og natten er Aulaen og C-gangen organiseret i én gruppe, hvor aften- og natpersonalet samarbejder med afdeling Berthe i huset samt sygeplejerskerne i døgnplejens vagtcentral.

Kontaktperson

Alle beboere har en kontaktperson, der er primært ansvarlig for de generelle forhold omkring beboeren. Normalt er kontaktpersonen en dagvagt.

Kontaktpersonen har som alle andre fridage og ferie og er derfor ikke på arbejdet alle dage. Indimellem bytter vi rundt på kontaktpersonerne, og når det sker, skal du nok blive orienteret om det.

Kontaktpersonen er udvalgt på baggrund af dine behov. Da behovet og kompleksiteten i din pleje kan variere, kan du opleve at få en anden kontaktperson. Du vil selvfølgelig blive orienteret om det.

Tavshedspligt

Du bestemmer selv, hvem personalet må udtale sig til om dine personlige forhold. Personalet har tavshedspligt og udtaler sig ikke til nogen om dine personlige forhold uden din tilladelse.

Tavshedspligten gælder også efter arbejdsforholdets ophør.

Maden

Nymosehave får leveret den varme mad fra Det Danske Madhus. Vi

stræber efter at skabe en hjemlig atmosfære, hvor duften af mad er en del af hverdagen. Kosten på Nymosehave har vi sammensat ud fra den nyeste viden om ernæringsbehovet hos ældre mennesker.

Vi følger hver enkelt beboers ernæringstilstand nøje, da ernæringstilstanden har stor indflydelse på livskvaliteten.

Vi vil også gerne rådgive dig om indkøb af de bedste mellemmåltider.

Du har mulighed for at få specielle diæter, hvis du har behov for det.

Mange beboere spiser i Klubbens café, der er Aulaen og C-gangen sociale samlingspunkt.

Din livshistorie

Din 'livshistorie' er en skabelon, hvori du udfylder lidt om dig selv som person og om dit liv. Den kan indeholde punkter som aktiviteter, rytmer i dagligdagen og sanseindtryk, som du glæder dig over.

Der kan være en kort beskrivelse af din nærmeste familie, interesser, traditioner omkring fødselsdage og højtider, livretter mm. Vi vil i hverdagen forsøge at imødekomme dine interesser bedst muligt.

Livshistorien er et vigtigt redskab til, at personalet bedst muligt kan støtte op om din tidligere livsform, nuværende ønsker og ydeevne og planlægge den daglige pleje, aktiviteter og træningsmuligheder herefter.

Med din livshistorie får personalet mulighed for at lære dig endnu bedre at kende og kan derfor støtte op om, hvad der giver mening og værdi for dig.

Hverdagen

Den første tid

I de første par måneder vil der være mange spørgsmål og mange ting at finde ud af. Det er meget vigtigt, at du bare spørger og undrer dig.

Alle mennesker har særlige vaner og rytmer. På Nymosehave forsøger vi at finde en god balance hurtigst muligt. Personalet har mange forskellige beboere, der skal hjælpes på forskellige måder og på forskellige tidspunkter. Derfor vil du ind i mellem opleve lidt ventetid, men vi gør hele tiden vores bedste.

Du vil sikkert også opleve, at vi gør nogle ting lidt anderledes, end du er vant til.

Morgen

Det er forskelligt, hvornår man står op på Nymosehave. Nogle vil gerne tidligt op, mens andre vil gerne sove lidt længere. Nogle beboere vil gerne ned i Klubbens café og spise morgenmad sammen med andre beboere, andre kan godt lide at spise morgenmad i deres bolig. Alle beboere får forskellig pleje og støtte i løbet af morgenen og formiddagen.

Om formiddagen kan du løbende deltage i husets aktiviteter i huset, eller du kan selv arrangere samvær og aktiviteter med andre beboere. Se også afsnittet 'Aktiviteter'.

Middag og eftermiddag

Du kan spise varm mad til middag og drikke eftermiddagskaffe i Klubbens café.



Aften

Du har mulighed for at spise aftensmad i Klubbens café sammen med medarbejderne. Efter maden er der mulighed for at hygge i caféen med de øvrige beboere.

Nogle aftner er der arrangementer, du kan deltage i, eksempelvis aftenfester med forskellige temaer, hvor vi synger og danser.

Nat

Der er nattevagt i huset. Nattevagten tilser de beboere, som er visiteret til nathjælp, og kan tilkaldes ved behov.

Aktiviteter

Beboere og personale planlægger og gennemfører forskellige aktiviteter på Nymosehave, som du kan deltage i. Formålet er inddrage dine resurser der, hvor det giver mening og værdi for dig. Det kan være ture ud af huset, cykelture, gymnastik, spil, højtlesning af bøger og aviser, sang og musik enkeltvis og i grupper samt hjælp til håndarbejde.

Det er også muligt at låne en iPad, hvis du har lyst til at spille spil.

Aktiviteterne foregår som udgangspunkt i Klubben eller i motionsrummet og i din egen bolig. Vi har også aktiviteter på tværs i huset sammen med nogle af beboerne fra plejehjemmet Berthe.

Herudover arrangerer vi særlige årstidsbestemte udflugter og fester samt arrangementer i forbindelse med højtiderne. Der kan være aktiviteter, hvor der er brugerbetaling.

Elektriske stearinlys, servietter, årstidspynt, blomster, fotografier og

lidt ekstra til hyggestunder indgår i beløbet til kulturelle aktiviteter.

I vores husavis Nymosehave Nyt annoncerer vi planlagte aktiviteter og festligheder.

Haverne

Vi har flere dejlige haver og terrasser på Nymosehave, der ligger både ved Sognevej 39 og Stolpehøj 148. Her kan du gå ture eller slappe af i en solvogn, når vejret tillader det.

Her er mange smukke træer og blomster at se på, så sanserne bliver stimuleret. Beboerne passer sammen med medarbejderne blomsterne.

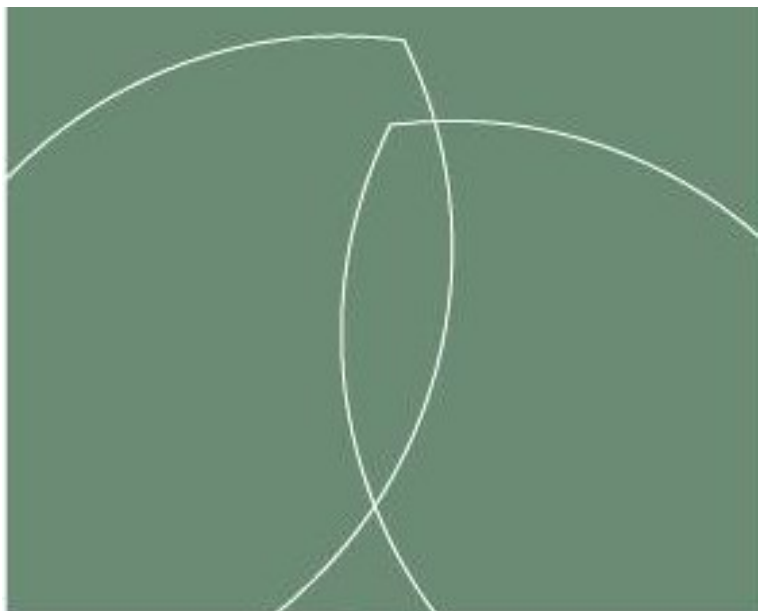
Pleje og hjælp

Når du bor i en plejebolig, er du visiteret til pleje og hjælp.

Den personlige pleje og praktisk hjælp, du får, er hjælp til selvhjælp. Det betyder, at vi tager udgangspunkt i, at alle helst vil klare så meget som muligt selv og dermed være uafhængige af andre. Derfor udfører vi hjælpen *sammen* med dig og ikke *for* dig.

Hvis du får brug for mere hjælp, kan det indebære, at du sammen med det Tværgående Træningsteam lægger en plan for, hvordan du gennem træning kan genvinde nogle af dine tidligere færdigheder tilbage.

Det indebærer ofte, at du sammen med det Tværgående Træningsteam lægger en plan for, hvordan du gennem træning kan genvinde alle eller nogle af dine tidligere færdigheder.



Praktiske oplysninger

Administrationskontoret

Kontoret ligger i stuen over for Klubben. Åbningstider: mandag, onsdag og torsdag kl. 8.00-15.00, fredag kl. 8.00 til 14.00.

Den administrative medarbejder kan træffes i åbningstiden på telefon 39 98 73 60.

Afdelingsbestyrelsen

Boligerne på Nymosehave er administreret af Københavns Almene Boligselskab (KAB). En gang om året afholdes afdelingsmøde for beboerne. KAB indkalder.

APV

APV betyder arbejdspladsvurdering, og da din bolig også er en arbejdsplads for personalet, laver vi ind imellem en faglig vurdering af arbejdsforholdene. Dette kan få indflydelse på boligindretningen.

Aviser og blade

Ugeblade og aviser bliver leveret i din postkasse.

Klubben på Nymosehave holder også blade, som du er velkommen til at læse, når du er i Klubben.

Beboerforum

I plejebolig med hjemmehjælp er der valgt et beboerforum, hvis opgave er at bidrage til, at hverdagslivet på Nymosehave tager udgangspunkt i beboernes ønsker og behov.

I husavisen Nymosehave Nyt kan du læse referaterne fra møderne og se, hvem der er repræsentanter i rådet.

Beboer- og pårørenderåd

På Nymosehave er der valgt et beboer- og pårørenderåd, hvis opgave er at fungere som et forum for dialog og samarbejde mellem beboere, pårørende og ledere og medarbejdere i tilrettelæggelse af de bedst mulige forhold for beboerne. I husavisen Nymosehave Nyt kan du læse referaterne fra møderne og se, hvem der er repræsentanter i rådet.

Behandlingstestamente

I et behandlingstestamente kan du fravælge livsforlængende behandling, herunder genoplivning ved hjertestop, i tre situationer:

- Hvis du ligger for døden, og behandlingen kun vil forlænge dit liv, men ikke vil betyde, at du får det bedre eller får lindret dine smerter.

- Hvis du er så svækket af sygdom, ulykke eller alder, at du aldrig igen kommer til at kunne tage vare på dig selv fysisk og mentalt.
- Hvis behandlingen kan betyde, at du overlever, men lægen vurderer, at de fysiske konsekvenser af sygdommen eller af selve behandlingen vil være meget alvorlige og lidelsesfulde.

Læs mere på www.borger.dk, hvor du også kan oprette dit behandlingstestamente.

Betaling, penge og værdigenstande

Nymosehave har ikke ansvar for dine penge og andre værdier. Derfor har vi sørget for, at du kan betale for fx frisør, fodterapeut og udflugter via din månedlige regning, hvor du også betaler for kost og serviceydelser.

Vi anbefaler, at du har færrest mulige kontanter og værdigenstande i din bolig.

Hvis du har behov for hjælp til at administrere dine penge, beder vi

dig sørge for, at en pårørende eller en værge gør dette.

Du kan vælge at anskaffe en værdiboks til opbevaring af penge og værdigenstande på eget ansvar, hvor kun du har adgang.

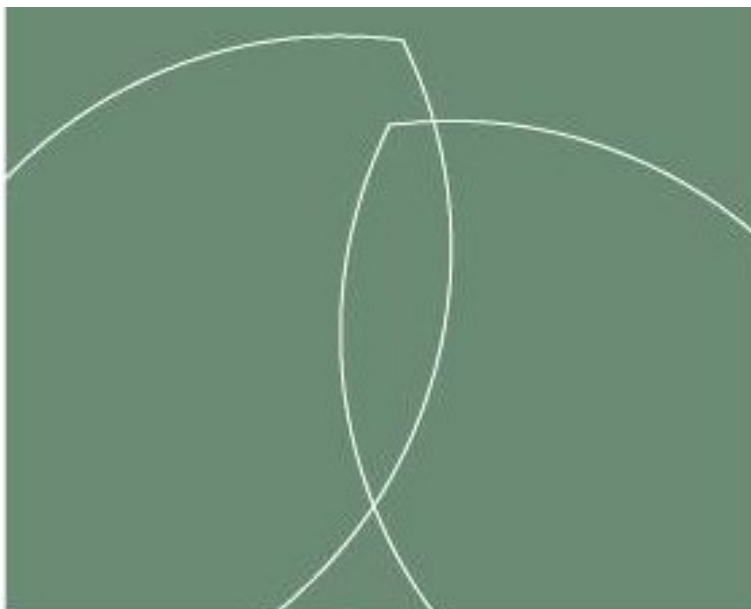
Når du ikke længere bor på Nymosehave, er du selv eller dine pårørende ansvarlige for at tømme og nedtage værdiboksen. Såfremt værdiboksen ikke bliver tømt eller fjernet, rekvirerer vi en låsesmed, som du selv eller boet skal betale for.

Besøgende

Familie og venner er altid velkomne på Nymosehave. Vi ønsker, at Nymosehave er et rart sted at komme på besøg.

Du kan efter aftale med personalet – og mod betaling – invitere dine gæster til spisning. Både bestilling og afbestilling af mad skal ske med fem hverdages varsel. Kontakt personalet på afdelingen, hvis du ønsker dette.

Pårørende er også velkomne til at deltage både i dagligdagen og lejlighedsvis i aktiviteter og fester.



Børn

Børn meget velkomne på Nymosehave.

Mange af beboerne bliver glade og interesserede, når børn kommer på besøg.

Husdyr

Enkelte beboere er bange for hunde, så på fællesarealerne er det nødvendigt, at hundene er under fuld kontrol, og når beboerne spiser, skal hunde være i snor.

Bibliotek

Hovedbiblioteket bringer bøger, lyd-bånd og andet materiale ud, hvis du på grund af alder, sygdom eller handicap har behov.

Ring til Hovedbiblioteket på telefon 39 98 58 88 og tilmeld dig. Telefонтiden er mandag til torsdag klokken 10-12. Ordningen er gratis.

Blomster

Har du blomster, skal du som udgangspunkt selv passe dem. Hvis du har brug for hjælp til at passe dem, beder vi dig vælge nogle robuste planter, fx sukkulent eller orkidé.

Brandfare

For at mindske risikoen for brand anbefaler vi, at du i stedet for levende lys bruger elektriske 'stearinlys' eller en elektrisk lanterne.

Hvis du ryger, er det yderst vigtigt, at det foregår fuldt forsvarligt. Se afsnittet 'Rygepolitik'.

Bussen

Nymosehave er 'medejer' af en handicapvenlig bus, som vi benytter til udflugter. Der er egenbetaling for ture og forplejning.

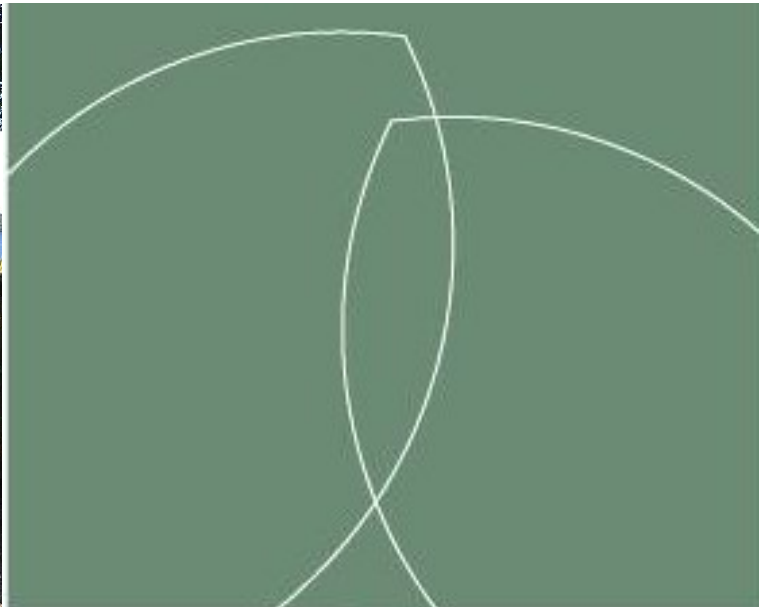
Demens

Gentofte Kommune afholder to gange om året demensskoler for pårørende. Efterfølgende opretter Pleje & Sundhed pårørendegrupper for deltagerne i demensskolen.

Personalet formidler gerne kontakt til kommunens demensteam.

Ferie

Tager du af sted på ferie eller besøg, er det vigtigt, at personalet får besked i god tid. Personalet kan desuden hjælpe dig med at få medicin og andet nødvendigt med på turen.



Fodpleje

Du kan frit vælge, hvilken fodterapeut du ønsker at benytte, og behandlingen foregår i din egen bolig. Personalet hjælper dig gerne med at formidle kontakten.

Regningen kan du betale via klientbetaling.

Forflytning

Hvis du har brug for hjælp til at flytte dig fra fx sengen til stolen, må personalet aldrig løfte dig. I stedet for at løfte forflytter personalet dig. Det betyder, at personalet bruger forskellige hjælpemidler, og at du selv skal hjælpe til.

I de fleste plejeboliger i Gentofte Kommune er der skinner i loftet til lifte.

En god forflytning er behagelig og skånsom og aktiverer dig. En god forflytning er let, hurtig og sikker at udføre for personalet.

Forsikring

Dit indbo er kun forsikret mod fx brand og vandskade, hvis du har tegnet en indboforsikring.

Forsikringsselskaberne dækker normalt ikke tyveri af fx smykker og penge, hvis din dør har været ulåst. Hvis en medarbejder beskadiger dine ting under arbejdet i boligen, vil du straks blive orienteret.

Det beskadigede må ikke kasseres, før eventuelt krav om erstatning er opgjort.

Frisør

Du kan frit vælge, hvilken frisør du ønsker at benytte. Personalet hjælper dig gerne med at formidle kontakten til en mobil frisør eller til frisør-

ren, som hver anden fredag benytter et lokale i hjemmeplejens kælderetage.

Regningen kan du betale via klientbetaling.

Frivillige

På Nymosehave har vi et samarbejde med Idéhuset, hvor 'Ældre hjælper Ældre' kommer. Idéhuset har lokaler på Nymosehave. Idéhuset deltager som frivillige ved forskellige arrangementer på tværs af huset.

Derudover har vi en gruppe af **AKTIVE PÅRØRENDE**, som består af frivillige pårørende, som gør en forskel ved fester og arrangementer.

Fysioterapi

Hvis du har brug for fysioterapi, skal din egen læge henvise dig.

Fødselsdage og fester

Du kan låne lokaler på Nymosehave, hvis du skal fejre fødselsdag eller en anden særlig begivenhed. Du og dine pårørende skal selv sørge for alt det praktiske vedrørende arrangementet.

Gaver til personalet

Ofte er det et ønske fra beboerne at måtte give en lille ting til kontaktpersonen, fx ved højtider. Kommunens overordnede politik er, at personalet gerne må modtage små gaver som fx chokolade, en blomst eller lignende.

Personalet må også gerne modtage et beløb til kaffekassen eller andet, som kan nydes ved et personalearrangement.

Gudstjeneste

Vi afholder gudstjeneste hver måned ved kirkebogsførende og sognepræst Camilla Munch. Tidspunkt for gudstjenesten finder du i vores husavis, Nymosehave Nyt.

Ønsker du at tale med en præst uden for gudstjenesten, kan personalet formidle kontakten.

Hjælpe midler

Både større og mindre hjælpemidler bliver udlånt gennem kommunens hjælpemiddelcentral. Personalet vurderer behovet og vil være behjælpelig med ansøgning af hjælpemidler.

Hjælpe midler skal opbevares i din egen bolig.

Husavisen

Vores husavis Nymosehave Nyt udkommer 11 gange om året. Heri kan du læse om livet i huset, hvad der er sket siden sidst og forskellige andre nyheder. Vi er altid glade for indlæg til husavisen, indlæg kan sendes til nymosehave@gentofte.dk eller afleveres i Klubben.

Internet

Der er gratis trådløst internet i vores fællesområde. Netværket hedder GK-public, og koden kan du få hos personalet.

Kalde anlæg

Boligerne er forsynet med et internt kalde anlæg, hvor du kan tilkalde hjælp hele døgnet. Da det er et nødkald, skal dit behov ikke kunne vente, til medarbejderen kommer på planlagt besøg.

Dit kald vil blive besvaret inden for 15 minutter.

Klubben

Klubben er Aulaen og C-gangens sociale samlingspunkt, hvor beboerne har mulighed for at møde hinanden og danne nye relationer. Her kan du blandt andet nyde en kop kaffe i godt selskab.

Dine gæster kan købe drikkevarer i Klubbens café i tidsrummet klokken 7.30-14.00.

I weekenden og på helligdage kan du betale via klientbetaling.

Uden for dette tidsrum kan du benytte vores sodavandsautomat.

Der udspiller sig mange forskellige hverdagsaktiviteter, som bidrager til, at beboerne oplever et meningsfuldt og sundhedsfremmende liv. Læs mere under 'Aktiviteter'.



I Klubben er der tilknyttet to aktivitetsmedarbejdere.

Kommunikationsbog

Du kan få brug for en kommunikationsbog. Heri kan du, personalet og dine pårørende kommunikere med hinanden.

Vi håber, at bogen vil medvirke til et positivt samarbejde.

Køkkenet

Kun personalet har adgang til køkkenet i Klubbens café af hensyn til de strenge krav til hygiejne, da vi er underlagt Fødevarerstyrelsens retningslinjer.

I aulaen på Nymosehave har vi et køkken, som beboere og pårørende altid er velkomne til at bruge. Efterlad venligst køkkenet, som I modtog det.

Kørsel

Du skal selv betale for kørsel til fx læge, speciallæge og laboratorium.

Du kan få tilskud til at køre i taxi til den nærmeste læge eller speciallæge, hvis du er gruppe 1-sikret i sygesikringen, modtager social pension og ikke kan benytte offentlig transport.

Hvis du har helbredstilskudskort, kan du også få tilskud til kørsel til tandlæge, fysioterapeut og kiropraktor. Spørg din sagsbehandler i kommunen, om du er berettiget til tilskud.

Du har også mulighed for at blive kunde i Flextrafik Movia, hvis du har fået bevilget et gangredskab. Du kan køre til fritidsformål, fx besøg hos familie og venner eller kulturelle aktiviteter op til 104 ture om året. Ansøgningseskema kan du rekvirere

hos sagsbehandleren i kommunen, telefon 39 98 00 00.

Ledsagelse

Har du behov for ledsagelse til lægebesøg eller ambulans hospitalsbesøg, opfordrer vi til, at du får hjælp af dine pårørende.

Leverandører

Nymosehave samarbejder med forskellige leverandører.

Vi har fx en leveringsaftale med Gentofte Apotek, og du skal oprette en konto på apoteket for at få leveret medicin direkte til Nymosehave. Betalingen trækkes via Betalings-service fra din konto på apoteket. Vi får hver uge leveret fra forskellige firmaer, fx får vi bleer, linned, sygeplejeartikler og mange andre ting.

Linnedservice

Har du på grund af fx inkontinens et særligt stort forbrug af linned, kan du blive visiteret til linnedservice. Hver uge vil du – mod betaling – få leveret fx sengetøj, nattøj og undertøj.

Læge og behandling

Hvis du får brug for en læge, samarbejder personalet gerne med dig om at kontakte plejehjemslægen, praktiserende læge eller lægevagten. Personalet er også behjælpeligt med kontakt til speciallæge efter henvisning.

Personalet er forpligtet til at sikre din sundhedstilstand bedst muligt. Du skal give accept til enhver behandling, plejepersonalet igangsætter. Plejepersonalet må kun give behandling, der er ordineret af en læge.



Medicin

Du betaler selv for din medicin og aktive midler til sårbehandling, fx salve mod svamp.

Får du daglig medicin, som er ordineret af lægen, og ønsker du hjælp til at få doseret medicinen, støtter og vejleder sygeplejersken, social- og sundhedsassistenten eller plejehjemsassistenten dig om dosering. Du skal selv betale for doseringsæsker og medicin helt eller delvist afhængigt af dit personlige medicintilskud.

Mobilpolitik i fællesarealer

Tal med din kontaktperson om, hvordan normerne er med hensyn til brug af mobiltelefon i fællesarealerne i den afdeling, hvor du bor. I din bolig kan du selvfølgelig gøre, som du ønsker.

Motion

Du er meget velkommen til at deltage i gymnastik og gåture, se tid og sted i Nymosehave Nyt. Desuden kan du benytte træningsredskaberne i motionsrummet.

Måltider

Morgenmaden kan du lave i din bolig eller du kan komme ned i Klub-

ben og spise sammen med de øvrige beboere.

I Klubbens café serverer vi varm mad til frokost. Til aftensmad har du mulighed for at bestille smørrebrød, som du kan spise i Klubbens café eller tage med til din egen bolig.

Vi opfordrer til, at du spiser sammen med de andre beboere i Klubbens café, da de fleste synes, det er hyggeligt at spise sammen med andre.

Hvis du af fysiske årsager ikke er i stand til at hente maden, kan vi hjælpe dig med at hente maden og opvarme den for dig i en mikroovn, som du selv skal anskaffe.

Som udgangspunkt spiser vi i Klubbens café på disse tidspunkter, men det kan også aftales individuelt:

Morgenmad:	kl. 8.30-10.30
Frokost:	kl. 12.15
Eftermiddagskaffe:	kl. 14.00
Aftensmad:	kl. 17.30

Menuplanen finder du på opslags-tavlen ved Klubben.

Tager du på ferie, skal vi have besked fem hverdage før, fordi vi skal afbestille maden, så du ikke skal betale for den.

Nøgler

Vi opfordrer pårørende til at have en nøglebrik, dels for at personalet kan bruge tiden på beboerne, og dels for at forhindre uvedkommende adgang til huset.

Du kan bestille ekstra nøglebriker mod betaling.

Prisen er 150 kroner per nøglebrik, kontakt Teknisk Service på telefon 39 98 73 76.

Omsorgstandpleje

Har du nedsat førlighed eller andre vidtgående handicap, der gør det svært for dig at benytte eksisterende tandplejetilbud, kan du blive tilknyttet Omsorgstandplejen. Du kan også benytte en anden tandlæge, der har indgået aftale med kommunen.

Når du er tilmeldt Omsorgstandplejen, får du tilskud til nogle af ydelserne.

Opfølgningssamtale

Når du har boet i din nye bolig et stykke tid, får du besøg af den daglige leder, som vil tale med dig om, hvordan det går, og om du er faldet til.



Plejetestamente

Plejetestamentet er ikke juridisk gyldigt, men er en beskrivelse af, hvordan du ønsker at blive plejet i fremtiden.

Det kan være en video, billeder eller en tekst og indeholder oplysninger om alle de forhold omkring pleje og omsorg, der er værdifulde for dig.

For mange er det en god fornemmelse at have taget stilling til disse forhold. Tal med personalet om det.

Post

Din post bliver leveret i din egen postkasse, der er placeret uden for din bolig.

Påklædning i fællesarealer

Når du færdes i fællesarealerne, skal du være passende påklædt.

Pårørende

Samarbejde med pårørende er en stor og uundværlig resurse for beboerne. Vi ønsker, at Nymosehave både er et godt sted at være beboer og et rart sted at komme for din familie og venner.

Vi forventer, at samarbejdet med pårørende er aktivt, så vi i fællesskab skaber de rammer, der giver mening og værdi for dig som beboer. Livet skal fortsat være meningsfyldt og det bedst mulige i den givne situation.

Du og dine pårørende er altid velkommen til at kontakte personalet, hvis I har spørgsmål eller emner, du ønsker uddybet.

Radio og tv

Der er tv i Klubben, men du er velkommen til at have din egen radio og tv i boligen.

Der er indlagt kabel-tv i din bolig. Du skal selv tilmelde dig en pakke hos YouSee på tlf. 70 70 40 40 eller skrive til kundeservice@yousee.dk.

Rengøring

Vi vurderer løbende i samarbejde med dig, hvad du kan klare selv, og hvad du så kan få hjælp til, og i den forbindelse vurderer vi også, om vi skal udarbejde en rehabiliteringsplan for dig på rengøring.

Du er forpligtet til at anskaffe redskaber, der kan gøre dig mere selvhjulpen.

Rengøringen tager udgangspunkt i en vurdering af dit funktionsniveau.

Rengøringshjælp er lettere rengøring af dine opholdsrum: stue, soveværelse, badeværelse, en eventuel entré og en eventuel køkkenniche.

Du skal være til stede i boligen under rengøringen, og du skal deltage så meget, som du kan. Rengøring omfatter ikke boligens altan, og der bliver ikke gjort rent på helligdage.

Hvis du har mange pynteting i reoler og vindueskarm, opfordrer vi til, at du støver dem af, når rengøringspersonalet alligevel er i din bolig, eller meget gerne som en aktivitet sammen med dine pårørende.

Det er ikke altid, at hjælpen til rengøring lever op den enkeltes egen standart. Skulle det være tilfældet, håber vi, at vi gennem dialog kan løse dette.

Rengøringsartikler

Du skal selv sørge for rengøringsartikler som moppe og støvsuger, der skal have teleskopskaft.

Desuden skal du sørge for karklude, viskestykker, støvsugerposer, moppespand, støveklude, affaldsposer osv. samt elpærer til nagelfast belysning

Rengøringsmidler

Dine rengøringsmidler og vaskemidler skal være miljøvenlige, og de skal være varedeklarerede på dansk og i original emballage. Af hensyn til både medarbejdere og miljø må der ikke anvendes midler, som indeholder klor, salmiakspiritus eller soda.

De må heller ikke indeholde farve- og parfumestoffer.

Rygepolitik

Personale og beboere må ikke udsættes for andres røg.

Rygning er forbudt på fællesarealerne på Nymosehave. Beboerne må kun ryge i egen bolig, når personalet ikke er til stede.

For at sikre personalets arbejdsmiljø laver vi gerne aftaler med dig om udluftning i din bolig.

Storskrald og affald

Nymosehave er omfattet af en storskraldsordning. Alt affald skal være grundigt sorteret (jern, pap mm.) i klare plasticsække. Nærmere aftale om dette skal du lave med Teknisk Service på telefon 39 98 73 76.

Genbrugsbeholdere til flasker, glas finder du på gangarealerne.

Sygdom

Medmindre andet er aftalt med dig, ringer vi til dine pårørende i tilfælde

af akut sygdom, indlæggelse på hospital eller andre væsentlige ændringer i din tilstand.

Vi har mange muligheder for at tilkalde hjælp: akutsygeplejen, plejeboligernes sygepleje, vagtlæge plejehjemslæge og din egen læge. I enkelte tilfælde kan personalet ledsage dig, dog ikke aften eller nat.

Teleslynge

Ønsker du teleslynge i din egen bolig, skal du ansøge om at få teleslyngen som et personligt hjælpemiddel. Du ansøger hos Pleje & Sundhed Myndighed, og Hjælpemiddelcentralen sørger for installationen.

Tilsyn

Det er lovpligtigt for Gentofte Kommune at lave mindst et uanmeldt tilsyn i alle plejeboliger årligt. Dette skal sikre, at kvaliteten af plejeboligerne opfylder de krav, som kommunen har stillet.

I Gentofte Kommune er der også et årligt dialogmøde mellem plejeboligens beboer- og pårørenderåd og Pleje & Sundhed Myndighed.

Disse tilsynsrapporter er tilgængelige på vores hjemmeside og hos forstanderen.

Trafikforhold

Buslinje 176 standser lige uden for indgangen ved Sognevej 39. Vi har

gode parkeringsforhold både på Stolpehøj 148 og Sognevej 39.

Tøjvask

Du kan vaske dit tøj i vaskeriet, din kontaktperson vil instruere dig i brugen af vaskemaskinerne.

Er du visiteret til tøjvask, sørger personalet for, at tøjet bliver vasket så skånsomt som muligt. Dog bliver silke og uld vasket ved 30 grader og således ikke på særlige programmer for silke og uld.

Ønsker du tøjet vasket på særlige programmer eller i hånden, må du eller dine pårørende selv vaske det. Strygning og rulning kan vi ikke tilbyde.

Vaccination

Sundhedsstyrelsen anbefaler en årlig influenzavaccination.

En gang om året kommer en læge på Nymosehave og vaccinerer de beboere, som ønsker det. Du kan også blive vaccineret af din egen læge.

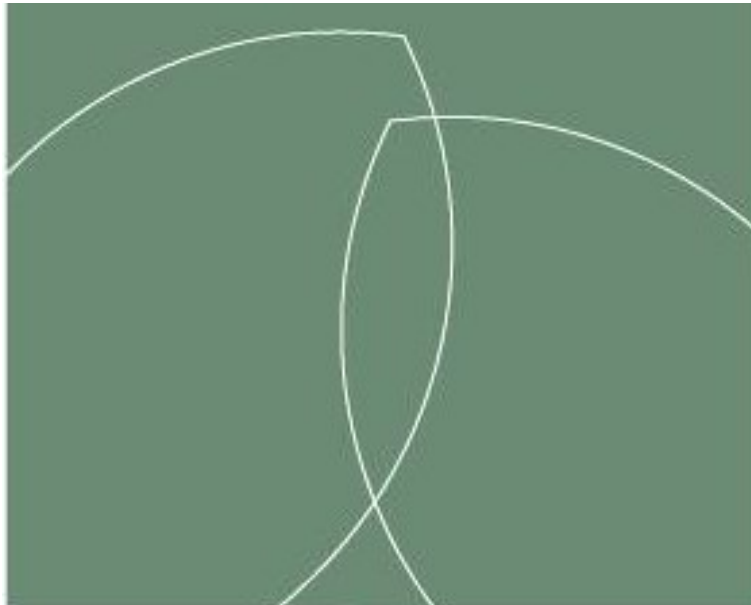
Vinduespudsning

Du får vinduespudsning fire gange om året indvendigt og udvendigt.

Vinduespudderen skal kunne komme til, så din vindueskarm skal være ryddet, og der skal være plads til, at vinduespudderen kan komme frem og tilbage med sit grej.

Flytning fra Nymosehave

Hvis du skal flytte, er der en del praktiske ting, du skal være opmærksom på. Hos medarbejderne kan du få en skrivelse med praktiske oplysninger.



Pleje ved livets afslutning

Nogle gange er beboerne så syge, at de dør på Nymosehave, og de har derfor ofte brug for palliativ pleje (lindrende pleje) i den sidste tid af deres liv. Vi arbejder ud fra WHO's målsætning, hvor den palliative indsats:

- tilbyder lindring af smerter og andre generende symptomer
- bekræfter livet og opfatter døden som en normal proces
- tilstræber hverken at fremskynde eller udsætte dødens indtræden
- integrerer omsorgens psykologiske og åndelige aspekter
- tilbyder en støttefunktion til de nære pårørende under beboerens sygdom og i sorgen over tabet
- anvender en tværfaglig teambaseret tilnærmelse for at imødekomme behovene hos beboeren og dennes pårørende, inklusive i sorgen om nødvendigt
- har til formål at fremme livskvaliteten og kan også have positiv indvirkning på sygdommens forløb
- kan indsættes tidligt i sygdomsforløbet i sammenhæng med andre behandlinger og undersøgelser, som er nødvendige for bedre at forstå og håndtere lidelsesfyldte kliniske komplikationer.

Vågetjeneste

Røde Kors' vågetjeneste i Gentofte Kommune er en forening af frivillige, som tilbyder at være til stede hos døende. I samarbejde med dig og dine pårørende formidler personalet kontakten til vågetjenesten.

Nymosehaves Aulaen og C-gangen

Sognevej 39
2820 Gentofte
Hovednummer 39 98 73 60
nymosehave@gentofte.dk
www.nymosehave.gentofte.dk

Forstander

Pia Ramsgaard
Telefon 39 98 73 75 eller 24 66 86 80
pir@gentofte.dk

Daglige ledere



Jane Maria Absalonsen
Stedfortrædende forstander
Aulaen, Stuen og C-gangen
39 98 73 79
e101@gentofte.dk



Laila Bækgaard Hoen
Aulaen, 1. & 2. sal
39 98 73 67
lbh@gentofte.dk

September 2023

Nymosehave er beliggende i det charmerende Vangede og blev i 1989 ombygget fra den gamle Mosegårdsskole ved arkitekt Bue Kjems til moderne plejeboliger. Den smukke aula er bevaret og er en integreret del af huset og bruges i forbindelse med større arrangementer på tværs af huset. Nymosehave er udvidet af to omgange, så det nu består af 93 boliger, hvoraf de 39 boliger er plejeboliger med fast personale, afdeling Berthe, og 54 plejeboliger med hjemmehjælp, Aulaen og C-gangen. Der er 80 fastansatte medarbejdere.

