



## Indflytning på Kastanjelunden

### Boligerne

Kastanjelunden er plejeboliger med hjemmehjælp, som man førhen kaldte beskyttede boliger. Der er to typer lejligheder.

Etværelseslejlighederne er på 34 kvadratmeter og består af en entré med indbyggede skabe, en opholdsstue med udgang til terrasse eller altan og en køkkensektion med to kogeplader og et køleskab. Badeværelse har toilet, bruser og indbygget spejl. I boligerne i opgang 22 er saniteten på badeværelset mobil, så den kan tilpasses den enkelte beboer.

Toværelseslejlighederne er på 52 kvadratmeter og har ud over stuen et soveværelse. Hver bolig er forsynet med kaldeanlæg samt tv- og telefonstik. Boligerne i opgang 22 har desuden en værdi- og medicinskuffe.

Ud over selve boligen skal du betragte fællesarealet som en del af din bolig. Du betaler også husleje for din andel af fællesarealet.

### Medarbejderne

I afdelingen er der ansat plejepersonale med forskellige kompetencer og uddannelser. Der er social- og sundhedshjælper, social- og sundhedsassistenter og sygeplejersker.

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

Kastanjelunden er om dagen organiseret i én gruppe, og om aftenen og natten samarbejder Kastanjelundens aftenmedarbejderne og natmedarbejderne med sygeplejerskerne i døgnplejens vagtcentral.

### Kontaktperson

Alle beboere får en kontaktperson, som 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 arbejde alle dage. Indimellem bytter vi rundt på kontaktpersonerne, og når det sker, skal du nok blive orienteret om det.

### Afdelingens planlægger

Ved indflytningen får du besøg af afdelingens planlægger, som vil vise dig til rette i huset. For hver enkelt beboer udarbejder vi en målrettet handlingsplan. Alle vores medarbejdere ved, at behov og formåen kan være forskellige fra dag til dag og tager hensyn hertil.

### 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

Rygårdcentret får leveret mad fra Det Danske Madhus. Vi laver en hel del af maden selv, for på den måde kommer der også til at dufte af mad i huset, og det skaber en hjemlig atmosfære.

Rygårdcentret følger Sundhedsstyrelsens anbefalinger om kost, og den er sammensat ud fra den nyeste viden om ernæringsbehovet hos ældre mennesker.

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

## Sådan er vi organiseret

Afdelingen Pleje og Sundhed Myndighed i Gentofte Kommune afgør, hvem der skal have hvilken bolig tilbudt.

Rygårdcentret hører under kommunens område Pleje og Sundhed, som blandt andet består af otte plejeboliger og to dagcentre. Tilsammen bor 540 borgere i kommunens plejeboliger, og der er 530 fuldtidsmedarbejdere i plejeboligerne.

Vi er altså en del af et større fællesskab med mange forskellige ressourcer og kompetencer. Vi kan planlægge uddannelse af vores personale i fællesskab, og vi hjælper hinanden både i det praktiske arbejde og med mere overordnede faglige spørgsmål og indsatser.

Faglige konsulenter er ansat på tværs i Pleje og Sundhed. De arbejder eksempelvis med demens og ernæring. Konsulenterne laver retningslinjer for hygiejne og medicin håndtering og planlægger temadage og udviklingsprojekter lokalt og i fællesskab. En del af administrationen i Pleje og Sundhed deler alle, så vi bruger ressourcerne bedst muligt.

## Inden indflytningen

Når du skal flytte ind, er der mange praktiske ting at tage stilling til. Derfor bliver du og dine pårørende inviteret til et møde med afdelingssygeplejersken. På mødet taler vi blandt andet om dine daglige vaner og præferencer. Det kan være en god idé, at du inviterer dine pårørende med til mødet.

Inden indflytningen har vi brug for oplysninger om dig med hensyn til helbredstilstand, eventuel medicin og behandling, funktionsniveau og plejebehov.

### Aftalekontrakt

Når du flytter ind på Rygårdcentret, underskriver du en aftalekontrakt angående blandt andet kost og kulturelle aktiviteter. Afdelingssygeplejersken vil vejlede dig om dette.

### Økonomi

Du får udbetalt pension som hidtil og skal betale husleje, el og varme. Huslejen bliver udregnet af Pleje og Sundhed på basis af din indkomst og boligens størrelse samt andel af fællesarealer. Husk



at tilmelde betalingen af huslejen til Betalingservice. Du kan ansøge om personlige tillæg hos din sagsbehandler i kommunen.

### **Boligstøtte og varmetilskud**

Du kan være berettiget til boligstøtte og varmetilskud. Begge dele skal du ansøge om hos Udbetaling Danmark. Se mere på [www.borger.dk](http://www.borger.dk).

### **Administration af boligerne i opgang 22**

Boligerne er ejet af Gentofte Kommune, og boligerne i opgang 22 bliver administreret af Københavns Almindelige Boligselskab (KAB).

KAB udfærdiger lejekontrakten, og du betaler husleje, varme og el til KAB.

Indskud i boligen sker ud fra en beregning af boligens antal kvadratmeter samt en andel af fællesarealerne. Du kan ikke flytte ind, før du har betalt indskuddet.

Mens du bor her, opsparer du et fast beløb per kvadratmeter boligareal til boligens istandsættelse.

### **Syn af boligen**

Indflytningssyn foretages af teknisk afdeling, telefon 39 98 58 68. Ved synet bliver eventuelle fejl og mangler gennemgået, og indflytningsrapporten skal være udfærdiget, før du kan få udleveret nøgle til boligen og flytte ind.

### **Lån til indskud**

Har du brug for at låne til indskuddet i boligen, skal du ansøge hos Kommuneservice, [kommuneservice@gentofte.dk](mailto:kommuneservice@gentofte.dk). Du skal ikke betale afdrag og renter på lånet i fem år.

### **Indretning**

Du indretter selv boligen med dine egne møbler. Gardiner kan du leje af Rygsportcenteret. Udpakning, placering af møbler, ophængning af gardiner, billeder og lamper må du selv sørge for. Der må gerne bores i væggene for ophængning af billeder, men ikke i trævæggene.

På badeværelset må du ikke bore huller i væggene for at hænge fx et skab op.

Boligen skal være sikker for dig at færdes i. Derfor kan det være u hensigtsmæssigt med tæpper på gulvet, hvis du ikke går sikkert. Tal med personalet om dette, inden du indretter boligen.

Hvis du har tæpper, skal de altid ligge fast på et skridsikkert underlag for at forebygge fald. Tæpperne må de ikke limes fast af hensyn til gulvbelægningen, i stedet kan du benytte et underlag med netstruktur.

Al belysning skal du selv medbringe. Vi opfordrer til, at du opsætter loftsbelysning i boligen. Også elpærer og batterier til eget forbrug skal du selv sørge for.



Du skal medbringe seng med madras, sengelinned, dyner og puder (to sæt), som skal være vaskbare. Har du brug for hjælp til personlig pleje, skal du have bevilliget en plejeseng, hvilket personalet er behjælpeligt med.

Boligen er også et arbejdssted for personalet, og derfor er det vigtigt at sikre, at personalet kan komme til at udføre den nødvendige pleje.

Du må være forberedt på, at der undervejs i din tid på Rygårdcentret kan være behov for at ændre i møbleringen løbende. Det afhænger af dit behov for pleje.

## APV

APV betyder arbejdspladsvurdering, og da din bolig også er en arbejdsplads for personalet, laver vi ind imellem en faglig vurdering af arbejdsforholdene.

## Måling af forbrug

Der er ikke opsat individuelle varmemålere i boligerne, da udgifterne til aflæsning af målere og udsendelse af regninger forventes at overstige selve forbruget. Udgifterne til varme fordeles ligeligt på alle beboere.

Der er heller ikke individuelle elmålere i boligerne. Langt den største del af elforbruget vil være i fællesområderne, hvor udgifterne alligevel vil skulle fordeles ligeligt mellem beboerne.

Derfor har vi valgt, at beboerne ikke skal belastes af udgifterne til aflæsning af individuelle målere i boligerne.

## Flyttemeddelelse

Du skal melde din nye adresse til folkeregistret i Gentofte Kommune, senest fem dage efter at du er flyttet. Din nye adresse er:

Niels Andersens Vej \_\_\_\_  
2900 Hellerup

## Post

PostNord modtager automatisk besked om din adresseændring. Vær opmærksom på, at der ikke sker ændringer i din digitale post, som du vil modtage som hidtil.

## Personlig pleje og praktisk hjælp

Den personlige pleje og praktiske hjælp, du modtager, tager udgangspunkt i dine individuelle behov og formåen og ud fra Gentofte Kommunes servicebeskrivelser.

## Personlig pleje

Hjælp til personlig pleje kan eksempelvis være hjælp til af- og påklædning, personlig hygiejne og toiletbesøg. Du kan også få hjælp til at vaske og tørre håret, men oprulning og hårbehandlinger skal du få ordnet hos din frisør.



På grund af risiko for hudinfektion, fx ved kredsløbsforstyrrelser eller sukkersyge, kan du ikke få hjælp til klipning af tånegle; vi henviser i stedet til fodterapeut.

## Praktisk hjælp

### Rengøring

Ved indflytningen vurderer vi i samarbejde med dig, hvad du kan klare selv, og hvad du så kan få hjælp til, og i den forbindelse vil vi vurdere, om vi skal udarbejde en rehabiliteringsplan for dig på rengøringen. Du er forpligtet til at anskaffe redskaber, der kan gøre dig mere selvhjulpent.

Rengøringen tager udgangspunkt i en vurdering af dit funktionsniveau:

Begrænsninger:	Lette	Moderate	Svære	Totale
Hjælp til:	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Støvsugning og evt. gulvvask.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Støvsugning og evt. gulvvask</li> <li>• Køleskab, komfur og skabe</li> <li>• Sanitet i badeværelse</li> <li>• Skifte sengetøj.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Støvsugning og evt. gulvvask</li> <li>• Køleskab, komfur og skabe</li> <li>• Sanitet i badeværelse</li> <li>• Skifte sengetøj.</li> <li>• Aftørring af flader.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Støvsugning og evt. gulvvask</li> <li>• Køleskab, komfur og skabe</li> <li>• Sanitet i badeværelse</li> <li>• Skifte sengetøj</li> <li>• Aftørring af flader</li> <li>• Oprydning.</li> </ul>

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 kan købe vores pakke med rengøringsartikler (se bilag 2), der omfatter rengøringsmidler og redskaber til rengøring samt elpærer til nagelfast belysning.

Fravælger du rengøringsartikler, skal du selv sørge for rengøringsartikler som moppe og støvsuger, der skal have teleskopskaft. Desuden skal du sørge for karklude, viskestykker, støvsugerposer, moppespad, støveklude, affaldsposer osv.



### *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. Du kan købe vores pakke med rengøringsmidler.

### *Indkøb*

Du har mulighed for at bestille dagligvarer en gang om ugen telefonisk eller via internettet hos leverandøren. Har du brug for det, kan dine pårørende eller personalet hjælpe dig med at bestille.

Herefter bliver varerne bragt til din lejlighed af en chauffør fra leverandøren, som kan hjælpe med at sætte varer på køl/frys. Resten af varerne klarer du selv eller med hjælp af plejepersonalet. Betalingen af varerne foregår via Betalingsservice.

### *Tøjvask*

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

Hvis du er visiteret til tøjvask, kan du få tøjet vasket i vores vaskeri, hvor vi vasker det 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.

## Praktiske oplysninger

### **Aviser og blade**

Du kan fortsat abonnere på de ugeblade og aviser, som du plejer at læse. Vi vil meget gerne vide, fra hvornår og hvordan de bliver leveret til Kastanjelunden (med bud om morgen eller med posten). Skriv venligst til administrationen, rygaardcentret@gentofte.dk, fra hvilken dato aviser og blade bliver leveret.

Kastanjelunden holder også aviser og blade, som du er velkommen til at læse i. Udbuddet kan være varierende, da det er tilpasset beboerne på afdelingens ønsker.

### **Beboer- og pårørenderåd**

Se papiret 'Rygårdcentrets beboer- og pårørenderåd'.



## 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](http://www.borger.dk), hvor du også kan oprette dit behandlingstestamente.

## Betaling, penge og værdigenstande

Rygårdcentret 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.

I caféen kan du betale med mobilepay, hvis du har en smartphone. I it-caféen kan du få hjælp til opsætning af mobilepay.

## Forsikring

Plejeboligerne har ikke en fælles forsikring. Vi anbefaler som minimum en ansvarsforsikring. Dit indbo er kun forsikret mod fx brand og vandskade, hvis du tegner en indboforsikring.

Det er ofte muligt at få en billigere forsikring, hvis du oplyser forsikringselskabet om, at du flytter i plejebolig.

## Hjælpemidler

Du skal medbringe de hjælpemidler, du har lånt af Gentofte Kommune.

## Læge

Vi anbefaler, at du vælger vores plejehjemslæge, som kommer her jævnligt og derfor kender beboerne og huset. Du kan også vælge at beholde din nuværende læge.

Hvis du ønsker at skifte til vores plejehjemslæge, er det inden for de almindelige reglerne om valg og skift af læge.



## Medicin

Du vælger selv, hvilket apotek der skal levere din medicin. Vi har en aftale med det lokale apotek om levering. Se aftalen om betaling af medicin.

## Nøglekort

Nøglekort til lejligheden får du udleveret på overtagelsesdagen eller lige efter. Lav en aftale om udleveringsdato med afdelingssygeplejersken. Nøglekortet passer også til yderdøren i opgangen. Ægtepar får hver et nøglekort uden opkrævning.

Dine pårørende kan få udleveret nøglekort, der koster 50 kroner stykket. Vi opfordrer på det kraftigste til, at alle pårørende har kort, da det kan forhindre uvedkommende i bygningen og derved tyveri. Desuden er det en stor lettelse i personalets dagligdag, at de pårørende, som ofte kommer på afdelingen, har deres egne nøglekort.

## Omsorgstandpleje

Har du nedsat førlighed eller andre vidtgående handikap, der gør det svært for dig at benytte eksisterende tandplejetilbud, kan du blive tilknyttet Omsorgstandplejen. Når du er tilmeldt, kommer tandlægen til dig, og du får tilskud til nogle af ydelserne.

Er du allerede tilmeldt Gentofte Kommunes Omsorgstandpleje, skal du huske at ændre adresse.

## Pulterrum

Kastanjelunden kan stille pulterrum til rådighed.

## Pårørende

Samarbejde med pårørende er en stor og uundværlig resurse for beboerne. Vi forventer, at samarbejdet med pårørende er aktivt og til glæde for alle parter, således at Kastanjelunden både er et godt sted at være beboer og et rart sted at komme for din familie og venner. Ved indflytningen laver vi individuelle aftaler om samarbejdet.

## Radio- og tv-licens

Du betaler selv licens som i en privatbolig. Ved ægtefæller er en husstandslicens dækkende for begge, når den ene flytter i plejebolig. Du behøver ikke melde flytning, det sker automatisk.

## Radio og tv

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

Der er indlagt kabel-tv i alle plejeboliger. I ydelsen er indregnet grundpakken. Ønsker du den store pakke, skal du kontakte YouSee på telefon 70 70 40 40 eller skrive til [kundeservice@yousee.dk](mailto:kundeservice@yousee.dk). Prisen for den store pakke skal du betale direkte til YouSee.

Du behøver ikke melde flytning, det sker automatisk.

## Rygning





Alle rygere, der flytter ind på Rygårdcentret, screenes ved indflytningen for at fastslå, om det er fuldt forsvarligt at ryge uden opsyn.

Herefter laver vi i samarbejde med beboeren en plan, og nogle gange vil personalet foreslå indkøb af hjælpemidler, der kan hæmme eller forhindre brand. Nogle af tingene skal du selv købe, andre ting kan du ansøge om at få bevilget af din sagsbehandler i kommunen.

Et tiltag i planen er, at vi installerer et anlæg i din bolig, der reagerer hurtigt ved brand og slukker ilden ved at kvæle den med forskellige – ufarlige – luftarter.

### Skitse

I administrationen kan du få udleveret en skitse over din kommende bolig.

### Telefon

Du kan medbringe din egen telefon og tilslutte den i boligen. Har du mobiltelefon, tager du den bare med. Du skal selv melde flytning af dit telefonnummer til telefonselskabet og betale udgiften til abonnement og telefonopkald.

### Toiletartikler

Du medbringer selv toiletartikler. Du kan også købe vores pakke, se bilag 2a.

### Tøjmærkning

Hvis Rygårdcentret skal vaske dit tøj, bliver tøjet ved indflytningen mærket med dit bolignummer. Prisen er 225 kroner.

### Vinduespudsning

Pudsning af vinduer skal du selv sørge for. Vi opfordrer til, at du benytter Rygårdcentrets vinduespudser, som kommer fire gange om året. Ønsker du at bruge ordningen, skal du benytte tilmeldingskuponen i Rygårdstidende.



## Huskeliste

### Tilmeldinger til Betalingservice

Inden indflytning skal du huske at tilmelde følgende til Betalingservice:

- apotek
- forplejning og ydelser
- husleje
- indkøb

### Meld flytning

Du skal selv melde flytning vedrørende fx:

- abonnementer
- aviser og blade
- el (kun boliger i opgang 22)
- Folkeregistret
- forsikringer
- medlemskaber af foreninger
- Omsorgstandplejen
- telefon

### Medbring

Ved indflytning skal du medbringe:

- sundhedskort
- navne, adresser og telefonnumre på de af dine pårørende, vi kan kontakte.  
Se papir 3.
- hjælpemidler
- linned, dyne og hovedpude (to sæt)
- negleklipper (3-i-1, stor)
- eventuelle rengøringsartikler, herunder støvsuger, støveklud, viskestykker
- seng og madras
- toiletartikler
- vasketøjskurv
- øretermometer