

## Kontakt til De Midlertidige Pladser

### Afdeling A1

Dag og aften .....	39 57 47 89
Natten.....	39 57 47 98

### Afdeling A2

Dag og aften	
Stue 201- 213.....	39 57 41 61
Stue 214 - 226.....	39 57 41 64
Natten.....	39 57 41 73

### Afdeling Bd

Dag og aften	
Bolig 1 – 5.....	39 57 41 22
Bolig 11 - 16.....	39 57 41 24
Bolig 21 - 26.....	39 57 41 27
Bolig 31 - 36.....	39 57 41 28
Natten.....	39 57 41 31 + 39 57 41 22

Gladsaxe Kommune  
Kildegården, De Midlertidige Pladser  
Kildebakkegårds Allé 165  
2860 Søborg

gladsaxe.dk/hjemmehjaelp  
Telefon: 39 57 40 00  
Mail: kmpostkasse@gladsaxe.dk



GLADSAXE

Layout: Jette Klingsholm • Tryk: Gladsaxe Kommune • Tryk på miljømerket papir • 2. udgave • Oplag: 500 • December 2020

# Genoptræning



og pleje  
på De

# Midlertidige Pladser



## Indhold

Velkommen til De Midlertidige Pladser .....	3
Opholdet .....	4
Din indsats .....	4
Døgnrhythme i afdelingen .....	5
Pårørende .....	6
Besøgstid .....	6
Måltider .....	6
Pris og betaling .....	7
Medbring .....	7
Værdigenstande og medbragte ejendele .....	7
Tøjvask .....	7
Egen læge og medicin .....	8
Transport .....	8
Dyr .....	9
Avisabonnement .....	9
Udskrivelse .....	9
Blomster og hygiejne .....	9
Rygning .....	10
Caféen .....	10
Caféens åbningstider .....	10
Aktiviteter .....	11
Træningshaven .....	11
Giv din mening til kende .....	11
Kontakt til De Midlertidige Pladser .....	12

## Aktiviteter

De Midlertidige Pladser ligger på Kildegården, hvor der også foregår ambulans genoptræning, seniorfitness, senioridræt og sundhedsfremmende tilbud ved Forebyggelsescentret.

## Træningshaven

Kom så ofte du vil og tag gerne din familie og venner med. Hold dig fysisk aktiv i den udendørs træningshave, som er gratis og åben for alle borgere i Gladsaxe.

Træningshaven ligger ud mod Søborg Hovedgade 190 og kan benyttes hele dagen. Der er belysning, så du også kan træne om aftenen. På området kan du udfordre din fysik, udholdenhed og balance.

## Giv din mening til kende

Vi arbejder hele tiden på at udvikle kvaliteten af De Midlertidige Pladser. Din oplevelse har derfor stor betydning. Før udskrivelsen modtager du et postkort, 'Giv din mening til kende', hvor vi håber, du vil give din mening til kende, såvel ris som ros.

## Ryging

De Midlertidige Pladser er røgfri. Der er afmærket udendørs rygeområde for indlagte. Benyt døren overfor toilettet i venteområde A. Vi beder alle om at respektere rygeforbuddet.

Hvis du ønsker det, tilbyder Kommunens Forebyggelsescenter råd og vejledning til at minimere rygeforbrug eller rygestop. Har det interesse, kan du selv kontakte Forebyggelsescentret, eller du kan kontakte personalet på afdelingen, så vil de hjælpe med at blive henvist.

## Caféen

Caféen har åbent alle dage til frokost. Du og dine pårørende er velkomne til at spise i caféen; giv medarbejderne i teamet besked, hvis du vælger at spise i caféen. Dine pårørende kan betale med kontanter eller med betalingskort. Det er ikke muligt at købe blade eller cigaretter i caféen, men der er et lille udvalg af slik.

## Caféens åbningstider

Mandag-torsdag	kl. 10-14.30
Fredag	kl. 10-14
Lørdag	kl. 10.30-13.30
Søndag	lukket

## Varm mad kan købes

Mandag-torsdag	kl. 11-14
Fredag	kl. 11-13.30
Lørdag	kl. 11-13
Søndag	lukket

## Velkommen til De Midlertidige Pladser

Vi tilbyder genoptræning og pleje på et midlertidigt døgnophold.

Vi er mere end 150 veludannede medarbejdere, som vil gøre vores bedste for at hjælpe og støtte dig under dit ophold.

Vi ved, at det skaber tryghed, kontinuitet og høj faglighed at møde det samme personale. Vi arbejder derfor i mindre teams, på alle tider af døgnnet, alle ugens dage.



## Opholdet

Opholdet på De Midlertidige Pladser er tidsbegrænset. Længden vurderes og aftales i et samarbejde mellem dig, medarbejderne og kommunens visitation.

Gennem målrettet træning støtter vi dig i at opnå de bedste betingelser for et selvstændigt, aktivt og sundt liv.

Træningen foregår i et samarbejde mellem dig og relevante fagpersoner.

Sammen skaber vi helhed og sammenhæng, så opholdet giver dig det størst mulige udbytte.



## Din indsats

Når du deltager i hverdagsaktiviteter som personlig hygiejne, af- og påklædning, måltider og bevæger dig rundt på afdelingen, er du selv med til at opnå den bedst mulige genoptræning. Alt det er også en del af din træning.

Vi lægger derfor stor vægt på, at du efter bedste evne deltager aktivt i alle dagens aktiviteter og gøremål.

## Dyr

Af hensyn til hygiejnen må du ikke medbringe dyr på De Midlertidige Pladser.

## Avisabonnement

Hvis du har avisabonnement, kan du flytte din avis til De Midlertidige Pladser under dit ophold. Hvis du giver besked om det i vores reception, så sørger de for at bringe avisen op til din afdeling.

## Udskrivelse

Ved indlæggelse på hospitalet i mere end 24 timer bliver du automatisk udskrevet fra De Midlertidige Pladser, og dine pårørende bliver bedt om at hente dine ejendele.

Når du bliver udskrevet til dit eget hjem eller en plejebolig, skal du være ude af din stue med dine ejendele senest kl. 10 på udskrivelsesdagen.

Du er herefter meget velkommen til at vente på eventuel transport i dagligstuen og fortsat deltage i måltiderne.

## Blomster og hygiejne

Af hensyn til hygiejne må der ikke være potteplanter på stuerne, men meget gerne afskårne blomster i begrænset omfang af hensyn til duftgener.

Du kan ikke medbringe egen dyne og hovedpude/sengelinned eller madras.

For at mindske smitte opfordrer vi til grundig håndhygiejne.

## Egen læge og medicin

Under opholdet benytter du fortsat din egen praktiserende læge. Hvis det er muligt, anbefaler vi, at du selv eller dine pårørende fortsat har kontakten til lægen. Er dette ikke muligt, hjælper personalet gerne.

Vi hjælper med medicinbestilling og dosering. Du betaler selv for din medicin. Der kan laves aftale med apoteket om udbringning af medicin mod betaling. Medicinen er aflåst under dit ophold. De Midlertidige Pladser råder ikke over nogen former for medicin.

## Transport

### Til og fra hospital:

Hospitalsafdelingen står for din kørsel til og fra hospitalet. Personalet på De Midlertidige Pladser har desværre ikke mulighed for at ledsage dig. Bliver du udskrevet fra De Midlertidige Pladser med en ambulant tid på hospitalet, skal du og dine pårørende huske at kontakte hospitalet for at få ændret adressen, hvor du skal hentes og bringes til.



### Transport til og fra eget hjem:

I forbindelse med indlæggelse og udskrivning fra De Midlertidige Pladser sørger du og dine pårørende selv for transporten. Du skal selv betale for transporten til og fra eget hjem.

### Ved hjemmetræning/ hjemmebesøg:

Transporten arrangeres og betales af De Midlertidige Pladser.

## Døgnrytme i afdelingen

Tiderne er vejledende og kan variere.

### Kl. 7.30-10

Personlig pleje.

Der er morgenmad i spisestuen fra kl. 8.

### Kl. 10.15-12

Individuel planlagt træning.

### Kl. 12-13

Frokost i spisestuen.

Vi sætter pris på, at der er tid og

ro under måltiderne og henviser eventuelle pårørende til stuen, mens der spises.

### Kl. 13-14

Hviletid for dem, som har brug for det. Plejepersonalet er primært på kontoret og laver dagens dokumentation.

### Kl. 14.30

Eftermiddagskaffe i dagligstuen.

### Kl. 14-18

Eftermiddagstræning og støtte i dagens gøremål.

### Kl. 18-19

Aftensmad i spisestuen.

Vi sætter pris på, at der er tid og ro under måltiderne og henviser eventuelle pårørende til stuen, mens vi spiser.

### Kl. 19-21

Aftenkaffe i spisestuen.

### Kl. 20-23

Forberedelse til natten.

Vi henstiller til, at pårørende går senest kl. 22.

## Pårørende

Dine pårørende er altid velkomne og kan deltage ved samtaler og i træningssituationer, blot vi har aftalt det med dig på forhånd.

Dine pårørende er også velkomne til at tage fat i medarbejderne i dit team. Medarbejderne kan give en mere grundig og nærværende samtale, hvis dine pårørende på forhånd laver en aftale om en snak eller kontakter en af vores medarbejdere mellem kl. 14-15 og kl. 19-20.

Vi beder dig vælge én af dine pårørende som kontaktperson, der står for den samlede kommunikation med os.

Du kan altid se navnene på medarbejderne i dit team på tavlen i din stue.

## Besøgstid

Der er fri besøgstid på De Midlertidige Pladser under hensyntagen til vores beboeres døgnrytme.

Vi henstiller til, at pårørende går senest kl. 22. Det er desværre ikke muligt at være medindlagt som pårørende.

## Måltider

Alle måltider indtages som udgangspunkt i vores fælles spise-stue. Måltiderne er en vigtig del af genoptræningen, så fra kl. 12-13 og kl. 18-19 er spise-stuen forbeholdt beboerne. Pårørende er velkomne udenfor disse tider.

Du er altid velkommen til at bruge caféen i huset og spise et måltid mad sammen med dine pårørende. Som beboer betaler du ikke for din egen mad i caféen, når blot du oplyser, at du er indlagt. Du kan læse mere om caféen på side 10.

## Pris og betaling

Genoptræningen er gratis. Det koster 131 kr. i døgnet for forplejning (mad og drikke), linnedservice og håndklæder. Betalingen kan ske via girokort eller over Bankernes Betalings-service (PBS). Priserne reguleres 1. januar hvert år.

## Medbring

- Din medicin i original indpakning (incl. salver, cremer, øjendråber mm.) og store doseringsæsker (Medimax nr. 1 Blå). Er der doseret medicin fra hospitalet og/eller hjemmeplejen, kan dette bruges af personalet fra Center Kildegården, men er medicinen doseret af andre, kan dette ikke bruges og vil blive destrueret.
- Eventuelle bleer, kateter, stomi-pleje, støttestrømper eller andet du har individuel bevilling på.
- Personlige hjælpemidler, for eksempel stok eller rollator. Eventuelt specielt spisebestik.
- Tøj som føles bekvemt, eventuelt træningstøj samt overtøj efter årstiden.

- Fastsiddende sko til uden- og indendørs brug.
- Toiletsager, cremer, hårprodukter med mere.
- Nøgle til eget hjem.

## Værdigenstande og medbragte ejendele

Kildegården påtager sig ikke ansvar for penge, værdigenstande og medbragte ejendele. Der er fjernsyn i opholdsstuen og trådløst internet i hele huset. Du er velkommen til at medbringe dit eget tv, telefon, radio, pc eller iPad, dog skal du selv sørge for installation. Det er ikke muligt at medbringe møbler eller billeder til ophæng på væg.

## Tøjtøjsvask

Er du tilknyttet tøjvaskeordning, kan denne fortsættes, ved at du eller dine pårørende oplyser den nye midlertidige adresse til vaskeordningen.

Ellers henviser vi til, at dine pårørende sørger for tøjtøjsvask.