

Velkommen til Plejeboligerne Østervang



**Østervangs vision:
Sammen skaber vi et trygt hjem
og
en sund arbejdsplads**

Velkommen til Østervang

side 1: Forside

side 2: Indholdsfortegnelse

Side 3: Beskrivelse af Østervang og Cafe

Side 4: Information om adresse, adgangsforhold, visitation til bolig, rygepolitik, lejekontrakt, folkeregister-indflytning.

Side 5: Information om godkendelse til plejebolig, inf. om div. personligetilskud

Side 6: Information om post, forsikring, værdigenstande, servicepakke, fravalg af ydelser, praktiserende læger, opsigelsesvarsler.

Side 7: Information vedr. tømning af bolig, husdyr, møblering, tøj, mærkning af tøj, møblering mm.

Side 8: Information om TV kanaler, servicetilbud der betales af beboeren, servicetilbud uden ekstraomkostninger, aktiviteter, spisetider, kaffemøder, fællesrum.

Side 9: Information om Indflytningsamtale, hverdagsrehabilitering, fysio- og ergoterapi.

Side 10: fødselsdage, mærkedage, gudstjeneste, bibliotek, beboerudvalg, værested, kulturelle grupper, særlige arrangementer m.m.

Side 11: klinisk udviklingspsygeplejerske, inf. om div. tilsyn m.m.

Side 12: Målsætning, virksomhedsplan, Frederiksberg kommunes omsorgsværdier.

Side 13: Tegning (boligeksempel)

Side 14: Tegning (boligeksempel)



Velkommen til Østervang

Plejeboligerne Østervang ligger på Frederiksberg i grønne omgivelser med 2 haver. Gårdhaven ved hovedindgangen og Solhaven er ved indgangen ved Tesdorfsvej.

Østervang har 116 enkeltboliger og 6 af dem er ægtepar boliger. Boligerne er fordelt i 2 fløje på hver 4 etager. Der er 4 bo afdelinger à 26-36 beboere.

På hver afdeling er der en fælles spise- og dagligstue med radio og TV.

Endvidere har Østervang 8 midlertidige pladser til genoptræning af borgere mellem 18 og 65 år, med erhvervet senhjerneskade

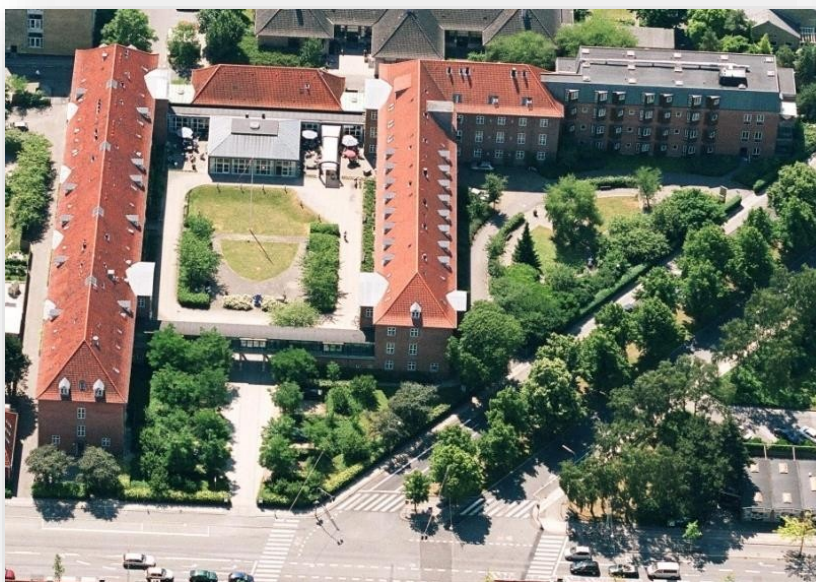
Østervang har fysio - og ergoterapi, aktivitetscenter, café samt en festsal. Caféen

anvendes af beboere, pårørende og omegnens pensionister.

I Caféen er det muligt at købe varm og kold mad, lune retter, kaffe, te og kage samt øl, vin og vand. Caféen er åben for alle kommunens pensionister: Hverdage kl. 11.00-18.00.

Ved særlige arrangementer på Østervang, lukkes caféen forgæster udefra.

Som beboer på Østervang er du velkommen til at benytte cafeen og de øvrige fællesfaciliteter så meget, du har lyst.



Velkommen til Østervang

Adresse:

Plejeboligerne Østervang
Godthåbsvej 83
2000 Frederiksberg
Telefon 38 21 35 00

Email:

ostervang@frederiksberg.dk

Hjemmeside:

Vi henviser til Plejehjemsoversigten.

Adgangsforhold:

Fra kl. 6.00 til 19.00 er alle adgangs døre åbne. Der efter kan du komme ind via kaldeanlægget ved hovedindgangen eller med en saltonøgle, der udleveres til beboere og pårørende efter ønske ved henvendelse til administrationen.

Parkering:

I Frederiksberg kommune er der 2 timers parkering, det samme gælder for parkeringspladsen ved hovedindgangen.

Det er ikke tilladt at parkere inden for portene eller andre steder på Østervangs matrikel.

Visitation til bolig:

Når Østervang har modtaget din henvi- sning fravisitationen, vil du blive kontaktet med henblik på aftale om besøg. Du vil se din kommende bolig. Der er også mulighed for en rundvisning inden det endelige valg om plejehjem tages.

Svarfrist ved tilbud om bolig og indflytning:

Når du er blevet tilbudt en bolig skal Østervang have svar inden for 4 dage om du ønsker boligen. Overtagelse af boligen skal ske inden for 14 dage fra du modtog tilbuddet om bolig.

Rygepolitik:

Det er tilladt at ryge i egen bolig. Det er ikke tilladt at ryge i fællesarealer, (efter rygeloven vedtaget i folketinget 2007).

Leje af bolig/lejekontrakt:

Boligerne administreres af DAB, tlf. 7732 0000 ogudlejes efter lejeloven.

Ved indflytning på Østervang giver Østervangs administration besked til DAB og til Frederiksbergkommune.

Kort tid efter du er flyttet ind, modtager du en lejekontrakt, som du skal underskrive og sende retur til DAB. Girokort følger brevet med lejekontrakten. Herefter foregår betaling af husleje via NETS og huslejen overføres automatisk fra din bankkonto hver måned. DAB sender lejekontrakten til stemp- ling.

Afhængig af indflytningsdato, skal du den førstemand betale 1 måned henholdsvis ½ måned husleje samt stempelgebyr og indskud. Skitse over bolig udleveres.

Folkeregisteradresse:

Østervang sørger for at meddele ændring af folkeregisteradresse. Øvrige flytteanmeldelser skal du selv sørge for.

Indflytning:

Flytning af møbler med videre samt din egen transport til Østervang, skal du selv sørge for og betale for.



Velkommen til Østervang

Praktiske oplysninger om økonomi og støtteformer:

Når du flytter ind på Østervang som er et alment boligbyggeri er huslejen fastsat af boligforeningen. Du kan søge om boligydelse til nedbringelse af huslejen. Ønsker du at gøre dette, kan du kontakte udbetaling Danmark i Hillerød på tlf. 70 12 80 63.

Vedr. mulighed for, samt ansøgning om indflytningstilskud kan du søge dette via

Ydelsesafdelingen på mail:

beboerindskud@frederiksberg.dk

Huslejen inkluderer el, vand, antennebidrag samt a/c varme.

Personlige tillæg.

Der kan ydes personlige tillæg efter gældende retningslinjer, herunder medicin-, fodpleje- og taxakort, tandbehandling, protesearbejde og hjælp til briller.

Er du ikke berettiget til personlige tillæg, skal du

selv betale for disse udgifter i lighed med andre pensionister.

Personalet vil være behjælpelige med at administrere de praktiske forhold vedrørende ovennævnte ydelser.

Der ydes ikke personligt tillæg til særlig kost eller diætkost og eventuelle tillæg vil blive standset ved indflytning i plejeboligerne, idet beboere ikke skal betale for særlig kost ved valg af forplejning i servicepakken.

Der vil være mulighed for at opnå personligt tillæg til varme. Personlig tillæg skal du søge via sagsbehandler i kommunen.

På grund af den korte overtagelse kan du risikere at skulle betale dobbelt husleje i en periode. Hvis dine økonomiske forhold er særlig vanskelige kan du få et personligt tillæg til at dække en måneds dobbelt husleje. Dette kan ligesom andre personlige tillæg søges i Ydelsesafdelingen på mail:

pensionkommunal@frederiksberg.dk



Velkommen til Østervang

Tømning af bolig:

Ved dødsfald skal pårørende sørge for at bolig og evt. kælderrum er tømt inden 7 dage efter dødsfald.

Boligen bliver udlejet hurtigst muligt, hvorved betaling af husleje, varme og el forkortes.

Husdyr:

Har du et mindre husdyr som f.eks. En hund eller "indekat" som du selv er i stand til at passe, kan det efter nærmere aftale medfølge.

Fast inventar i boligen:

Seng, sengebord (ved behov), antennestik, telefonstik, gardinstænger, køleskab, arkitektlampe, kaldeanlæg, loftslampe i gang, badeværelse samt arbejdslys i stuen.

Følgende skal du selv medbringe:

Gardiner, møbler, gulv-, bord og standerlamper, billeder, sengetæppe m.v.

Vedr. møblering:

Møbleringen af boligen er en balance mellem personlig indretning og hensyn til arbejdsmiljøkrav for personalet. I forbindelse med indflytningen udarbejdes en APV.

Alle boliger indeholder loftlift, og den skal til en-

hver tid kunne bruges i tilfælde af fald. Derfor må der ikke opsættes loftslamper der hindrer brugen af loftliftten. Ligeledes må stropperne til loftliftten ikke fjernes.

Opbevaring i kælderrum:

Ved opbevaring i kælderrum skal du grundet risiko for evt. vandskade sikre dine ting er hævet over gulvet evt. ved hjælp af ben, paller eller lign.

I tilfælde af vandskade eller lign, skal du kontakte dit egen forsikringsselskab, da det er dem der skal dække evt. skader.

Vi opfordrer til ,at så få ting som muligt opbevares i kælderen.

Garderobe/tøj:

Det er vigtigt at huske tøj til alle årstider. Overtøj, undertøj, sko, støvler, handsker, hatte m.v. Hvis du vælger vaskeservice, skal dit tøj mærkes med dit bolignummer.

Østervang tager ikke ansvar for tøj som ikke kan vaskes i vaskemaskine og Østervang har ikke ansvar/mulighed for, at vaske uldtøj eller at sørge for rens af tøj.

Mærkning af tøj:

Det vil være en stor hjælp hvis du og/eller pårørende kan være med til at mærke dit tøj. Mærkerne påsættes tøj med en tøjmærkemaskine, som findes på Østervang. Mærkerne opbevares på afdelingens kontor og personalet vil være behjælpelige med at hente maskine og mærker samt instruere i, hvordan maskinen bruges.



Velkommen til Østervang

Post:

Indkommen post bliver fordelt ud i husets afdelinger alle hverdage. Posten leveres i afdelingens kontor, hvor du kan hente den. Ellers opbevares/udleveres posten alt efter aftale af personalet.

Udgående post lægges frankeret i en postkassemarkeret med "udgående post", ved administrationen.

Forsikringer:

Du skal beholde dine hidtidige forsikringer, men vi anbefaler at du kontakter dit forsikringsselskab både med henblik på evt. ændring af præmie i forbindelse med flytning samt besked om, hvordan din forsikring dækker i forhold til din nye boligform.

Værdigenstande:

Har du værdigenstande i form af kostbare smykker og lign. anbefaler vi, at du opbevarer dem i en boks, som du selv skal sørge for, at få sat op et passende sted i boligen.

Servicepakke/aftalekort:

Aftalekortet er den skrivelse, hvor der står hvilke ydelser (tøjvask, plejartikler, måltider m.m.) i servicepakken du ønsker. Aftalekortet skal udfyldes og afleveres i afdelingen senest på indflytningdagen, ellers vilder automatisk blive betalt for den fulde servicepakke. Ved indlæggelse på hospital over 2 døgn, eller ved afholdelse af ferie kan prisen for kost i det antal dage du er indlagt eller afholder ferie fratrækkes. Besked gives til afd. lederen.

Fravalg af ydelser:

Fravælger du ydelse fra servicepakken, skal du selv sørge for indkøb og betaling af disse.

Medicin og hjælpemidler

Har du f.eks. medicinkort, fodplejekort, specielt tilpassede hjælpemidler, som f.eks. kørestol eller gangredskab skal du tage dem med når du flytter ind.

Praktiserende læge

Ved indflytning på Østervang, kan du vælge, at beholde din sædvanlige praktiserende læge. Du kan også vælge at blive tilknyttet vores faste læger.

Østervang samarbejder med 2 lægepraksiser; 1 i hver fløj. Dem har vi et godt og tæt samarbejde med og de kommer i huset minimum 1 gang om ugen.

Vi kan derfor kun anbefale, at du ved indflytning skifter til en af vores faste læger.

I afd. 1,2,3 og 4 er det Anita Mink og Thomas Ullstad.

I afd. 5,6,7 og 8 er det Benny Ehrenreich og Betina Uhrenfeldt.

Personalet i den afdeling du flytter ind i vil være dig behjælpelig med at skifte læge.

Lægeskiftet sker efter sygesikringens almindelige regler.

Lægerne har almen medicinsk erfaring og underviser såvel personale som kollegaer i sundhedsfaglige emner der relaterer sig til den ældre borger.

Lægerne tilbyder årlig helbreds gennemgang og opfølgning efter indlæggelse.

Lægerne taler gerne om hvilke ønsker du har for den sidste tid.

I tæt samarbejde med personalet kan vi ved livets afslutning give dig lindrende behandling i det omfang der kan være behov for.

Du er altid velkommen til at invitere dine pårørende til at deltage ved lægebesøget; så de der kender dig bedst, kan bidrage med informationer.

Opsigelsesvarsler:

Opsigelse eller ændringer af servicepakken kan ske med 1 måneds varsel til udgangen af en måned.

Dagen efter fraflytning eller dødsfald ophører betalingen for ydelserne i servicepakken.

Opsigelse af lejemålet kan ske med 1 måneds varsel til udgangen af en måned.

Velkommen til Østervang

TV-kanaler:

You See, grundpakken. Ønsker du at købe flere kanaler skal de eller din pårørende kontakte You See på telefon 7070 4040. Vær parat til at oplyse navn, cpr, adresse og bolignummer. Giv evt. besked, hvis dit TV er ældre end 5 år, for så kan det være det kræver en tv-boks i stedet for en kortlæser.

Servicetilbud der betales af beboeren (valgfri ydelser):

Frisør.

Fodterapeut.

Beklædning.

Toiletartikler.

Vask af eget tøj. Gælder ikke eget sengelinned.

Leje og vask af linned.

Morgenmad inkl. formiddagskaffe.

Middagsmad inkl. eftermiddagskaffe.

Aftensmad inkl. aftenkaffe/drikke.

Servicetilbud uden ekstraomkostning:

Personlig pleje og omsorg Ergo - og fysioterapi

Hjælpemidler

Rengøring, vinduespolering og gardinvask Underholdning og traditionelle arrangementer. (Enkelte gange med betaling.)

Se i øvrigt Frederiksbergs kommunes gældende kvalitetsstandarder.

Aktiviteter:

Højtlesning/avislæsning, film, spil, sang, gåture i nærmiljøet, forskellige grupper mm.

Spisetider:

Morgenmad serveres i tidsrummet kl. 8.00-10.00

Frokost serveres i tidsrummet kl. 12.00-13.00

Eftermiddagskaffe fra kl. 14.00

Aftensmad serveres fra kl. 17.30 efterfulgt af kaffe.

Kaffemøder

I samtlige afdelinger, fordelt henover året afholdes

kaffemøder med beboere og evt. pårørende. Se opslag i afdelingen. Formålet med kaffemøder er, at have en dialog mellem beboere, pårørende og personale omkring sammenhængen i hverdagen.

Der er en fast dagsorden for møderne. Der tages referat af møderne som hænges på opslagstavlen i afdelingen.

Af hensyn til de pårørende der ikke har mulighed for, at komme i dagtimerne afholdes der en gang om året kaffemøde om aftenen.

Fællesrum:

Loggiaen "Glasgangen", der forbinder Østfløjen via afdeling 2 med Vestfløjen via afdeling 6 er et rum for læring, oplevelser og refleksion, hvor Østervangs historie vises/kan opleves, på posters og plakater.

Læsestuen 1. sal i Østfløjen på afdeling 2 Læsestuen har et udvalg af bøger – ikke til hjemlån da der månedligt kommer en bibliotekar – men til hygge, læse- og eller litteraturgrupper. Foruden bøger er der forskellige spil, sangbøger, månedsbladet Østervang Tidende.

Hyggebogen i Østfløjen på afdeling 3

I hyggebogen, er der mulighed for at holde små grupper og lave forskellige aktiviteter.

Velkommen til Østervang

Forventningssamtale:

I forbindelse med indflytningen afholdes en samtale vedr. afstemning af gensidige forventninger, denne samles der op på ved behov. Samtalen handler om, at klarlægge den støtte og pleje du har behov for.

Det er bl.a. væsentlig at få talt om:

- Din samlede situation, funktionsevne, behov for pleje, omsorg, træning.
- Gensidige forventninger til den fremtidige situation som beboer på Østervang.
- Vaner og rutiner, livsforløb.
- Dine pårørendes muligheder for fortsat at hjælpe dig og komme på besøg.

Ud fra ovenstående planlægger vi sammen dit liv og dagligdag på Østervang, som der fortløbende vil blive evalueret på.

På baggrund af samtalen vil personalet i samarbejde med dig udarbejde en funktions- Vurdering. Der vil være fokus på, at du er så selvstændig som mulig og klarer så meget som muligt selv. Du vil derfor, blive tilbudt forskellige former for træning aktiviteter. Har du behov for hjælpemidler/ omsorgstandpleje søges dette af personalet i afdelingen.

Al tildeling af pleje og omsorg, rengøring, træning og aktiviteter følger Frederiksberg Kommunes Kvalitetsstandarder.

Hverdagsrehabilitering :

I forhold til hverdagsrehabilitering lægges vægt på at du bevarer dine færdigheder så længe som muligt og klarer så meget som muligt selv. Du vil blive opfordret til, at medvirke til at holde dig så fysisk aktiv som muligt og ex. selv rede seng, vande blomster tørre støv af og lign. Evt. hjælpe med borddækning i spisestuen og lign.

Fysioterapi og ergoterapi på Østervang:

Østervang har sin egen fysio-og ergoterapi. Træningslokalerne ligger på 1. sal i vestfløjen.

I hver bo- afdeling er der tilknyttet en fysioterapeut. I forbindelse med indflytning vil du også blive vurderet af en fysioterapeut for at finde frem til dit behov for hjælp ved forflytninger, toiletbesøg og lejring. Ligeledes vil vi at afdække dine træningsbehov og ønsker for evt. træning.

Træningen foregår hovedsageligt på hold.

Fælles motion.

Styrketræningshold

Gå-tur-hold.

Den individuelle træning kan være:

Genoptræning efter frakturer.

Gang og trappetræning

Balancetræning.

Udspænding.

Instruktion til selvtræning i hjemmet.

Forflytningsteknik.

Den individuelle træning er tidsbegrænset, men ofte efterfulgt af holdtræning. Vedligeholdende træning er enten som selvtræning eller sammen med personalet. Ud over træning er der mulighed for at få termo-terapi (varme og kolde pakninger) ved muskel-smerter samt at benytte fysioterapiens massagestol.

Østervang har fokus på at livet leves hele livet.

Imidlertid vil vi kort efter din indflytning alligevel tale med dig om hvordan du ønsker din sidste tid, når den kommer.

Palliation :

Vi har i kraft af det tætte samarbejde med vores praktiserende læger mulighed for at give dig den fornødne medicinske behandling og palliation / lindring. Vi giver dig den særlige pleje og omsorg du måtte have brug for, for at give dig en værdig afslutning på livet. Vi har et stort fokus på palliation og foruden den faglige sparring med de praktiserende læger har vi samtidig fortløbende kompetence udvikling på området. Vi opfordrer derfor til at du får lavet et behandlingstestamente samt fortæller os om dine og dine pårørendes ønsker i forbindelse med din livsafslutning. Har du et livs-/ behandlingsstestamente i forvejen vil vi meget gerne have at du deler det med os.

Der er mange traditioner omkring døden og her på Østervang har vi også en tradition for hvordan vi tager afsked med afdøde beboere. Du vil derfor på et passende tidspunkt blive spurgt om hvad tøj du gerne vil have på og hvilke sange/salmer vi skal synge for dig. Du vil blive fulgt ud af bedemand, pårørende og personale det.



Velkommen til Østervang

Fødselsdage og mærkedage:

Mærkedage og fødselsdage fejres i afdelingen. Du har mulighed for at låne festsalen til arrangementer, det aftales med afdelingslederen. Du og dine pårørende står selv for alt vedrørende Arrangementet (borddækning, mad og oprydning etc.)

Beboerfest:

Østervang festligholder de traditionelle, danske højtider. Derudover har vi arrangementer i løbet af året, hvor alle beboere kan deltage.

Gudstjenester:

Der er gudstjeneste hver 14. dag i festsalen og de varetages af præsterne ved Skt. Markus Kirke.

Bibliotek:

Frederiksberg Bibliotek kommer ca. 1 gang om måneden med bøger, bånd og musik rundt i alle afdelinger. Datoer kan ses i Østervang Tidende og på opslagstavlen i din afdeling.

Beboerudvalg:

Beboerudvalget består af 8 medlemmer der vælges et medlem og en suppleant pr. afdeling. Ved møderne deltager 2 menige medarbejdere (uden stemmeret) og Forstanderen. Andre deltager ad hoc.

På møderne drøftes husets fester/aktiviteter og emner afdelingernes kaffemøder .

Der holdes årligt ca. 10 møder. Udvalget konstituerer sig med en formand valgt blandt beboerne. Dagsorden udarbejdes og udsendes af formand og Forstander 8 dage før mødet.

Valg til beboerudvalget foregår en gang årligt i februar måned i afdelingerne. Fremmødte beboere

er stemmeberettigede og valgbare.

Aktiviteter og kulturelle grupper:

Der er forskellige grupper og aktiviteter du som beboer kan deltage i. Det kan være banko, højtlesning, filmfremvisning, sang mm.

Alt efter beboernes ønsker, er der temabestemt og evt. produktorienteret manuelt arbejde med forskellige materialer. Formålet er at opretholde fysiske færdigheder og finmotorik. Grupperne er baseret på socialt samvær og vi drikker ofte kaffe eller te hygger og taler om løst og fast.

Særlige arrangementer:

Kan være begivenheder i kongehuset, fodboldlandskampe, verdensbegivenheder, folketingsvalg, osv. som eksempelvis vises på storskærm i festsalen, oftest med en form for servering til.

Årstidsbestemte aktiviteter:

Om sommeren benytter vi meget vores haver og terrasse både til hygge, aktivitet og træning. Vi tager på små busture, gå og cykelture med "samtalecykel" i nærområdet. Om efteråret og vinteren går turende ofte til museer men også til skov og strand og til jul på "lysture".

Vi deltager i evt. ældrefester, som Frederiksberg Kommune arrangerer.

Samarbejdspartnere:

Vi samarbejder med Frederiksberg Kommunes øvrige institutioner samt frivillige foreninger.



Velkommen til Østervang

Klinisk udviklingspsygeplejerske:

I forhold til Østervangs målsætning og vision har vi ansat en Klinisk udviklingspsygeplejerske.

Den kliniske udviklingspsygeplejerske skal sikre og udvikle de kliniske områder på Østervang.

Den kliniske udviklingspsygeplejerske indgår i et tæt samarbejde med ledere og medarbejdere i de respektive afdelinger på Østervang.

Der forventes at forstanderen sammen med den kliniske udviklingspsygeplejerske kan drøfte og iværksætte handlinger i forhold til de prioriterede kerneopgaver

Den kliniske udviklingspsygeplejerske medvirker ved undervisning ved elever/studerendes uddannelse og undervisning. Deltager i modtagelse og introduktion af nyt personale.

Vejleder og støtter evt. beboere i forbindelse med indflytning og ændringer i levevis.

Tilsyn fra Styrelsen for Patientsikkerhed:

Der gennemføres uanmeldt tilsyn om de sundhedsmæssige forhold på plejehjemmet.

Der udarbejdes en tilsynsrapport som er tilgængelige på Plejehjemsoversigten.

Lovgrundlag:

Lov om Social Service og Sundhedsloven.

Vi henviser til Kvalitetsstandarder for Frederiksberg Kommune.

Tilfredshedsundersøgelse:

Foretages på alle Frederiksberg Kommunes plejehjem.

Rapporterne fra undersøgelserne er tilgængelige på Plejehjemsoversigten.



Demensnøglepersoner:

Østervang har uddannet nøglepersoner inden for demens hvis arbejde bl.a. består i

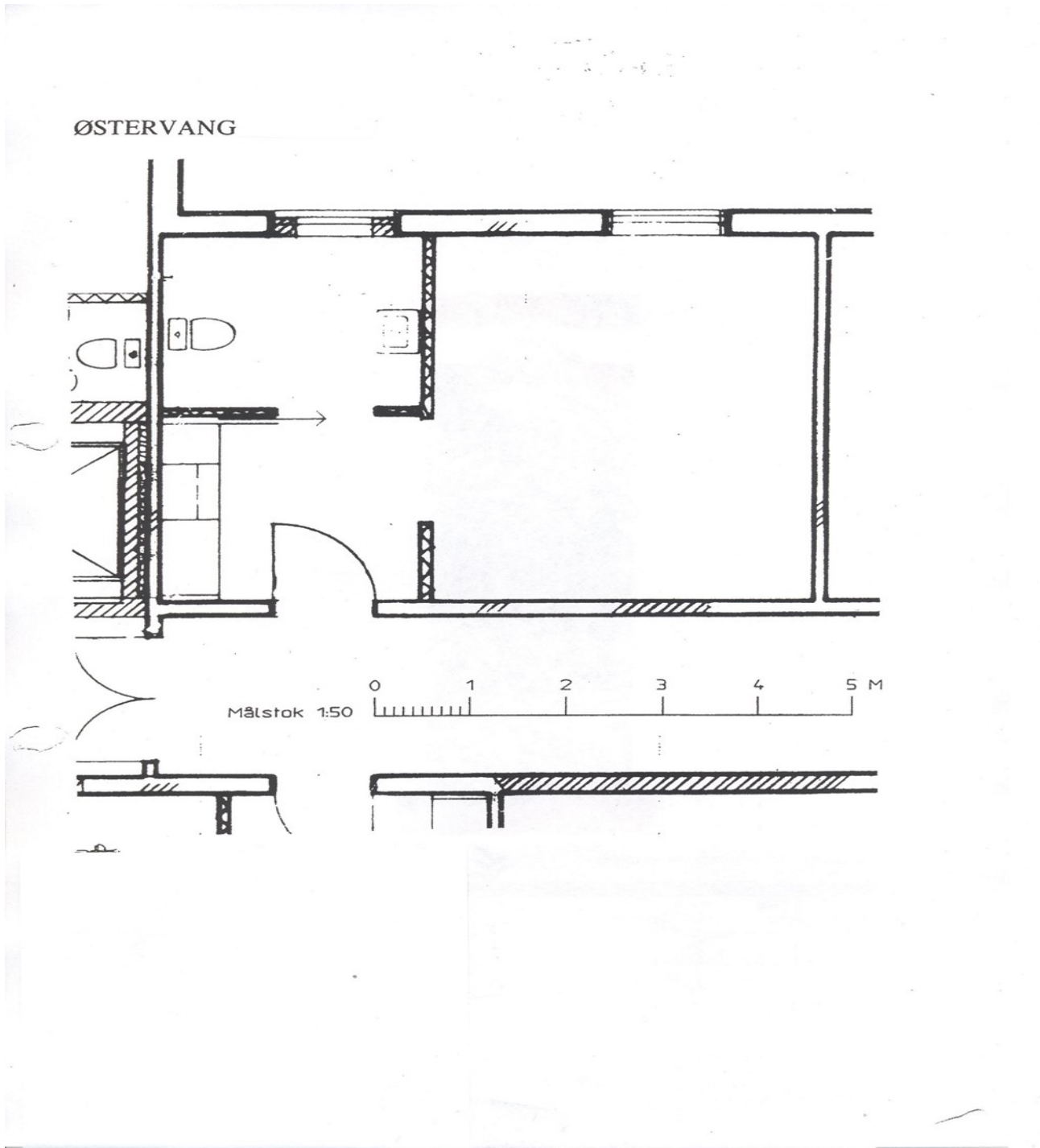
- at medvirke til, at beboere med demens har en tryk hverdag med mulighed for at bruge deres ressourcer
- at kolleger vidensniveau løbende opdateres og anvendes i praksis
- at pårørende får støtte og vejledning

Myndighedstilsyn:

Der foretages myndighedstilsyn årligt. Rapporten er tilgængelig på Plejehjemsoversigten

Velkommen til Østervang

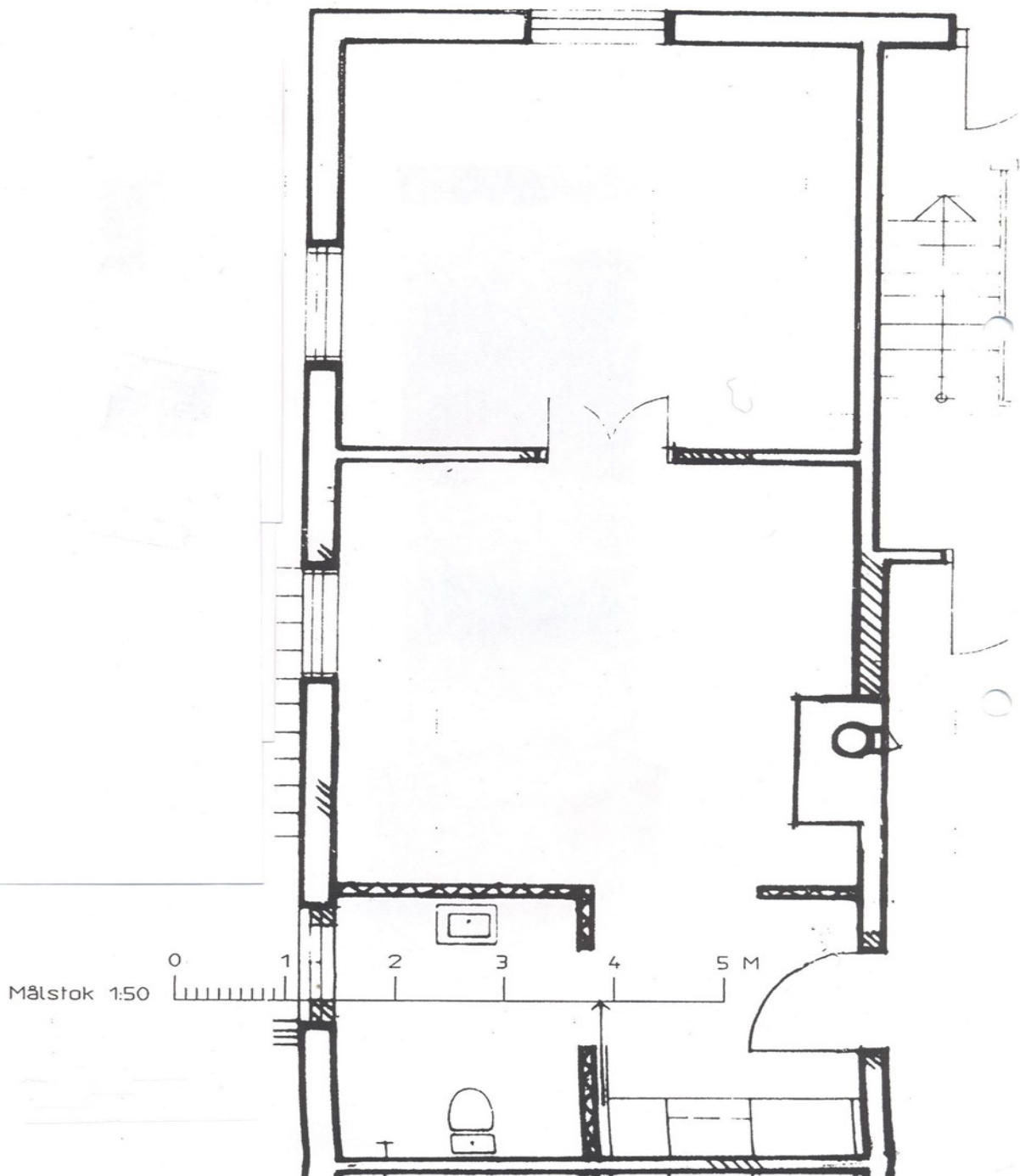
Boligeksempel



Velkommen til Østervang

Boligeksempel—ægteparbolig

ØSTERVANG



Velkommen til Østervang

