

## **AFLASTNINGSBOLIGER**

### **PRAKTISK INFORMATION**

**(i alfabetisk rækkefølge)**

#### **Aktivitetstilbud**

Kulturelle aktiviteter, dvs. aktiviteter som gåture, gymnastik, spil, højtlesning af bøger og aviser, sang og musik enkeltvis og i grupper samt hjælp til håndarbejde ud fra den enkeltes ønske eller behov foregår i lokalerne i kælderetagen og opholdsstuerne. Hver måned opsættes på opslagstavlerne en månedsplan for aktiviteterne på Lindely.

Personalet er behjælpeligt med f.eks. tøjfremvisning og andre aktiviteter efter ønske og mulighed. Herudover arrangeres årstidsbestemte udflugter og fester samt arrangementer i forbindelse med højtiderne. Hold øje med opslagene.

Du er naturligvis velkommen til selv at holde avis. Årstidspynt, blomster, fotografier, lidt ekstra til hyggestunder indgår under kulturelle aktiviteter.

#### **Besøgende**

Pårørende og familie er altid meget velkomne til at aflægge besøg, og der er mulighed for at købe kaffe og the. Der er ligeledes mulighed for at deltage ved middags- og aftenmåltidet mod betaling. Personalet skal blot have besked hverdagen før senest kl. 9.00.

Pårørende er endvidere velkomne til at deltage mest mulig i såvel din dagligdag som ved fester og udflugter.

#### **Daglig rytme**

Måltiderne indtages i egen bolig eller i spisestuen på den etage, hvor du bor. Som udgangspunkt er der følgende spisetidspunkter, der også kan aftales individuelt.

Morgenmad

ca. kl. 08.00

Frokost: Kold buffet

ca. kl. 12.00

Eftermiddagskaffe med enten kage eller frugt

ca. kl. 14.30

Aftensmad: Varm ret og dessert

ca. kl. 17.30

Aftenkaffe

ca. kl. 19.30

#### **Drikkevarer**

Det anbefales, at du modtager diverse drikkevarer fra Lindely. Alle drikkevarer tilbydes til morgenmad, frokost og aftensmad. Som formiddagsdrik tilbydes saft, isvand eller juice.

Eftermiddag og aften serveres kaffe, the og saft.

Der betales særskilt for sodavand, øl, vin, snaps og portvin. Til brug for betaling skal indsættes penge på en depotkonto.

### **Ved indflytning**

Det er ikke tilladt at medbringe egne møbler, slå søm i væggene eller lægge tæppe på gulvet under dit ophold på Lindely, men du er meget velkommen til at medbringe billeder eller nipsgenstande, som f.eks. kan stå i vindueskarmen.

### **Ved fraflytning**

Hvis du flytter til en permanent plejebolig, beder vi dig huske at give Lindelys medarbejdere besked i god tid, således at vi kan yde en ordentlig overlevering til dit kommende bosted.

Du skal være opmærksom på, at du selv almindeligvis skal betale transporten fra Lindely til dit nye hjem. Tildelte hjælpemidler følger med dig.

Lindely er gerne behjælpelig med at formidle kontakt til lokal vognmand.

### **Frisør**

Lindely har en aftale med en mobil frisør. Personalet vil hjælpe med at bestille tid. Der kræves kontant betaling. Til brug herfor kan indsættes penge på en depotkonto.

### **Fodpleje**

Lindely har en aftale med en fodterapeut. Personalet vil hjælpe med at bestille tid. Der kræves kontant betaling. Betaling sker fra depotkonto.

### **Fysioterapi**

Lindely tilbyder ikke decideret genoptræning, men vi formidler gerne kontakt til Gentofte Kommunes genoptræningscenter, Tranehaven.

Der kan rekvireres fysioterapi via egen læge. Der gives tilskud over sygesikringen.

### **Gudstjeneste**

Der er mulighed for hver søndag at deltage i højmesse i Sankt Lukas Stiftelsens kirke. To gange om måneden er der gudstjeneste på Lindely.

### **Hjælpemidler**

Du skal selv medbringe de hjælpemidler, du normalt benytter f.eks. stok, kørestol m.v. Hjælpemidler som du måtte få behov for at benytte, udlånes til dig gennem Gentofte Kommunes hjælpemiddelcentral. Personalet vil være dig behjælpelig hermed.

### **Internet**

Der er etableret trådløst internet i Lindely. Personalet kan oplyse den gældende kode.

### **Kørsel**

Kørsel til f.eks. læge, speciallæge og laboratorium skal du selv betale. Endvidere skal du selv betale for afhentning af akut medicin fra apoteket. Du kan via din sagsbehandler søge tilskud til kørsel med taxa.

### **Ledsagelse**

Hvis du har brug for ledsagelse til læge, speciallæge eller andet, opfordrer vi til, at dine pårørende ledsager dig.

## **Medicinhåndtering**

Får du daglig medicin, som er ordineret af din læge og ønsker du hjælp til at få doseret medicin, støtter og vejleder sygeplejersken dig med dosering i dagæsker. Du skal selv betale for doseringsæsker og medicin helt eller delvist afhængig af dit personlige medicintilskud. Vi kan tilbyde dig hjælp til administration og indtagelse af din medicin ud fra Gentofte Kommunes instruks om "Håndtering af medicin for plejeboliger med fast personale", der er i overensstemmelse med Sundhedsstyrelsens aktuelle retningslinjer.

Vi benytter Hellerup Apotek til medicinbestilling. Betaling for medicin sker via BetalingsService. Ved indflytning skal udfyldes og underskrives blanket herfor.

## **Menuplan og kosttilbud**

Lindely får leveret mad fra Sankt Lukas Stiftelsens Centralkøkken. Lindely er i tæt kontakt med Centralkøkkenet, og det er muligt at bestille 'kræsekost' og andre former for diæter eller opfylde specielle ønsker. Menuplanen fremgår af beboerbladet Under Linden, Lindelys hjemmeside og opslås på hver etage i spisestuerne.

## **Mødestedet**

Beboerne, pårørende og gæster er velkomne i Mødestedet på Sankt Lukas Stiftelsen, der er et tilbud om samvær.

Mødestedet ligger i bygningen ved siden af Lindely. Café Mødestedet holder åben mandag – fredag kl. 10.00 – 16.00. Mødestedets Café tilbyder hver dag mad og drikkevarer til rimelig priser. Mødestedet har opholdsstue, samtalerum, hvilestue og handicaptolet.

Læs mere om Mødestedet på Stiftelsens hjemmeside og i brochuren om Mødestedet.

## **Parkering**

Det er ikke tilladt at parkere i Stiftelsens parkområde. Der henvises i stedet til parkeringsplads og cykelparkering ved Stiftelsen med indkørsel fra Tuborgvej eller på offentlige veje, der støder op til Stiftelsen.

## **Penge og værdigenstande**

Lindely opfordrer dig til ikke at opbevare kontante beløb i din bolig. Lindely kan ikke påtage sig ansvaret for kontanter, værdifulde smykker. Vi anbefaler at du indsætter penge på en depotkonto, hvorfra betaling for frisør, fodpleje og evt. drikkevarer kan ske.

## **Pris**

Pris for opholdet på Lindely er den samme som gældende på Tranehaven, Gentofte Kommunes Center for Forebyggelse og Rehabilitering. Beløbet opkræves af Gentofte Kommune.

## **Rygning**

På Sankt Lukas Stiftelsen og Lindely vi have et sundt miljø både ude og inde. Det er derfor ikke tilladt at ryge på matriklen. Det er således ikke tilladt at ryge i aflastningsboligen, men som aflastningsbeboer har du en særlig mulighed for at ryge udendørs på en særlig rygeplads, såfremt der tages hensyn til andre beboere, gæster og personalet.

## **Transport**

Bus 21 og 185. Stoppested: Sankt Lukas Stiftelsen

**Tøjvask**

Lindely vasker dit private tøj en gang om ugen.

**Ønsker du mere information, henvises du til:**

Forstander Tine Nørrekær Sandholt

Tlf.: 39 45 50 02 eller

stedfortræder Tina Norrby

Tlf.: 39 45 50 05

**mail: [lindely@sanktlukas.dk](mailto:lindely@sanktlukas.dk)**