

Hjælp i hverdagen 2023

Til københavnere på
socialområdet mellem
18 og 65 år



Hjælp i hverdagen 2023

Til københavnere på
socialområdet mellem
18 og 65 år

*København skal være en by
med plads til alle - også dig,
der har brug for hjælp i
hverdagen.*



Kære Københavner

København skal være en by med plads til alle - også dig, der har brug for hjælp i hverdagen. Du skal have gode betingelser for at leve et godt liv. Socialforvaltningen ønsker at hjælpe borgerne, så de får den bedst mulige indsats inden for den ressourcemæssige ramme, som forvaltningen råder over. Det er vigtigt for os, at du får den tryghed, omsorg og støtte, som du har brug for, så du kan leve det liv, du ønsker. Derfor har vi i København mange forskellige tilbud, der kan lette din hverdag.

I denne kvalitetstandard kan du se, hvilken hjælp og støtte, Socialforvaltningen kan tilbyde dig i dit hjem. Vi vil gerne hjælpe dig, så det bliver let at vide, hvordan du får den hjælp, som du har brug for. Uanset om det er en rollator, støtte til madlavning, tøjvask eller sårpleje. Du kan i denne kvalitetstandard læse, hvordan du kommer i kontakt med os, så vi kan komme i gang med at hjælpe dig. Du kan også finde beskrivelser af andre tilbud i Københavns Kommune, der måske er relevante for dig.

Socialforvaltningens dygtige og engagerede medarbejdere i hjemmeplejen står klar til at hjælpe dig - det handler om at få din hverdag til at hænge sammen.

Medarbejderne tager altid udgangspunkt i, hvad du har brug for. Nogle gange drejer det sig om praktisk hjælp i hjemmet og andre gange handler det om personlig pleje, rengøring eller tøjvask m.m.

Socialforvaltningens kvalitetsstandard for hjemmepleje 2023 er vedtaget af Borgerrepræsentationen og beskriver de tilbud, som Københavns Kommune tilbyder dig, der er mellem 18-65 år, og som har brug for støtte i hverdagen.

Venlig hilsen

Karina Vestergård Madsen
Socialborgmester

Indhold

Sådan søger du om hjemmehjælp	10
Rehabiliteringsforløb	10
Praktisk hjælp og støtte	13
Hjælp til rengøring.....	13
Ekstra rengøring.....	13
Hjælp til at vaske tøj.....	14
Vaskeordning.....	14
Hjælp og støtte til at vaske tøj i hjemmet.....	14
Hjælp til indkøb af dagligvarer	14
Hjælp til selv at komme ud og handle.....	14
Indkøbsordning.....	15
Hjælp og støtte til personlig pleje.....	16
Hjælp til personlig pleje.....	16
Har du brug for et tryghedsopkald?.....	16
Klippekort til ekstra hjælp og støtte.....	16
Mad og måltider	18
Spisetilbud	18
Hjælp til tilberedning af mad og spisning.....	19
Hjælp til sygepleje i eget hjem.....	20
Hjælpe midler og boligændringer der gør din hverdag nemmere	21
Pædagogiske tilbud i hjemmet	22
Socialpædagogisk støtte	22
Støtte- og kontaktperson	22
Hjælp til fastholdelse i egen bolig – boligrådgivning.....	23
Ledsagelse	23
Hjælp til dig, der oplever en psykisk krise	24
Midlertidigt døgnophold	26
Aflastningsophold	26
Rehabiliteringsophold	27
Akutplejeophold	27
Aktivitets- og samværstilbud	28

Beskyttet beskæftigelse	30
Frivillige foreninger og tilbud	30
Handicap- og ældreboliger	31
Træning og genoptræning.....	32
Har du brug for genoptræning?	32
Har du brug for vedligeholdende træning?.....	32
Tilbud til dig med en erhvervet hjerneskade.....	32
Forebyggelse og sygdom	34
Stressforløb	34
Angstforløb.....	34
Depressionsforløb.....	34
Tilbud til dig med KOL.....	34
Tilbud til dig med diabetes og dig med hjertesygdom	34
Tilbud til dig, der har kræft.....	34
Tilbud til dig med demens	34
Hjælp til at stoppe med at ryge.....	35
Hjælp til at ændre dit forbrug af alkohol og/eller stoffer.....	35
Telefonrådgivning til dig, der drikker eller til dine pårørende.....	35
Tilbud og støtte til pårørende.....	36
Råd og vejledning til dig som pårørende	36
Pårørendekursus	36
Hjælp til pårørende til borgere med specifikke diagnoser	36
Demens.....	36
Kræft.....	36
Diabetes og hjertesygdom.....	37
Hjerneskade	37
Afløsning	37
Tandpleje.....	38
Omsorgstandpleje.....	38
Specialtandpleje	38

Borgerservice	40
IT og digital kontakt med det offentlige	41
Sådan opretter du en digital postkasse	41
Sådan bliver du frataget fra digital post.....	41
Praktiske informationer.....	42
Frit valg af leverandør	45
Kommunal leverandør.....	45
Private leverandører	45
Selvudpeget hjælper	45
Kontant tilskud.....	46
Hjemmet som arbejdsplads.....	46
Du kan få fleksibel hjemmehjælp	47
Ændringer i din hjælp	47
Hvis du ønsker at skifte leverandør.....	47
Hvis du ønsker at ændre indholdet i dine indsatser ..	47
Afbud og aflysninger	48
Når leverandøren aflyser et besøg.....	48
Når du har brug for at aflyse et besøg.....	48
Tilskud og bevilliger	48
Plejevederlag og pasningsorlov.....	49
Pasning af nærtstående.....	49
Handicapkørsel	49
Boligstøtte	50
Særlig støtte til høje boligudgifter.....	50
Plejetestamente	50
Brugerråd	50
Behandling af personoplysninger.....	51
Sådan klager du	52
Utilsigtede hændelser	53
Lovgrundlag.....	54
Serviceoven	54
Sundhedsloven	58
Almenboligloven.....	59

Liste over kommunens tilbud og private leverandører.....	60
Kommunal leverandør af praktisk og personlig pleje	60
Private leverandører af praktisk og personlig pleje ..	60
Midlertidigt døgnophold.....	61
Beskyttet beskæftigelse.....	62
Træning og genoptræning.....	62
Hjælp til at ændre dit forbrug af alkohol og/eller stoffer.....	62
Telefonrådgivning til dig, der drikker eller til dine pårørende.....	62
Tandpleje	62

Indledning

Denne kvalitetsstandard giver dig et indblik i Københavns Kommunes tilbud og muligheder for hjælp og støtte i hverdagen, hvis du eller dine pårørende har en fysisk, psykisk eller social udfordring, der gør det svært at klare de daglige opgaver.

Alle mennesker er forskellige med individuelle behov, og alle københavnere skal have mulighed for at skabe sig et godt liv uanset deres fysiske, psykiske og sociale situation. I Københavns Kommune betyder det, at vi skal være med til at understøtte dig, så du kan leve det liv, du ønsker, og kan gøre de ting, som gør dig glad, også når du har brug for hjælp i hverdagen. Det er vigtigt, at du og dine pårørende kan få den specialiserede hjælp og støtte, du/I har brug for. Derfor har vi en række tilbud om aktivitet, træning, pleje og omsorg, som kan hjælpe dig med at få en tryk og aktiv hverdag på dine præmisser.

I Københavns Kommune arbejder vi med en rehabiliterende tilgang. Det betyder, at vi i samarbejde med dig, dine pårørende og andre fagpersoner har fokus på at støtte dig i at klare mest muligt selv, så du kan leve et så selvstændigt liv som muligt. Du definerer, hvad der er meningsfuldt og hvad det gode liv er for dig. Vi tager altid udgangspunkt i din samlede livssituation og du sætter retningen for samarbejdet.

Visitation eller ej

Der er nogle tilbud i Københavns Kommune, hvor du bare kan møde op til. Det gælder fx nogle af vores aktivitets- og samværstilbud til psykisk sårbare københavnere. Andre tilbud i kommunen skal du søge om og visiteres til. At blive visiteret til et tilbud betyder, at du først skal tale med en medarbejder fra kommunen, som sammen med dig vurderer, hvilken hjælp du har brug for og ret til. Det gælder fx, hvis du søger om praktisk hjælp og støtte, støtte til personlig pleje, hjælpemidler eller bolig. Visitatoren foretager altid en konkret individuel vurdering af, hvilken hjælp og støtte du kan få fra kommunen, for at du kan nå dine mål for

fremtiden. Har du kun brug for råd og vejledning, sker din samtale med en medarbejder fra kommunen ofte over telefonen.

Københavns Kommune har også nogle tilbud, som din læge skal henvise dig til. Det er fx vores tilbud om stresshåndtering, behandling for KOL og vores forskellige tilbud om træning.

Samarbejde på tværs

Kommunen arbejder tæt sammen med din læge, hospitalet og andre relevante fagpersoner for at give dig et godt og sammenhængende forløb. Hjemmeplejevisitationen koordinerer i samarbejde med dig den bevilligede hjælp med eventuelle øvrige indsatser, du modtager i dit hjem. Det kan fx være sygepleje eller en hjemmevejledning.

Sådan læser du kvalitetsstandard

Kvalitetsstandarden er inddelt i forskellige afsnit, og kan anvendes som et opslagsværk.

I indholdsfortegnelsen finder du let de områder, der er relevant for dig. Ved hvert tilbud finder du information om tilbuddet, hvordan du søger, om du skal visiteres til tilbuddet og hvad tilbuddet eventuelt koster. I kvalitetsstandarden finder du også afsnit, hvor du kan læse om dine rettigheder, valg af leverandører, sagsbehandlingstider, hjemmet som arbejdsplads, klagevejledning, frister, lovgrundlag m.m.

Bagerst i kvalitetsstandarden finder du en liste over alle tilbud og leverandører, der er nævnt. I denne liste kan du se ekstra information om åbnings- og telefontider mm.

Sådan søger du om hjemmehjælp

Du kan søge om hjælp og støtte i Socialforvaltningen, hvis du er mellem 18-65 år og bor i Københavns Kommune. Er du over 65 år, skal du søge om hjælp i Sundheds- og Omsorgsforvaltningen i Københavns Kommune. Det er hjemmeplejevisitationen, der visiterer dig til de ydelser, som du har brug for i din hverdag. Visitationen sker altid ud fra en konkret og individuel vurdering af dit behov for hjælp og støtte. Ring til hjemmeplejevisitation

Ønsker du at søge om hjælp og støtte i hverdagen, skal du ringe til hjemmeplejevisitationen. Du kommer til at tale med en visitorator. Dine pårørende, din praktiserende læge eller hospitalet kan også kontakte visitationen på dine vegne. Visitationen rådgiver og vejleder dig ud fra den situation, du står i, og de behov, du beskriver.

Visitorator kommer på besøg
Efter du har ringet og talt med hjemmeplejevisitationen om at få hjælp i hverdagen, får du besøg af en visitorator. Visitoratoren taler med dig om, hvordan du klarer dig i dit hjem. Visitoratoren vil spørge dig om dit helbred, din familiesituation og dit netværk. Du kan også blive bedt om at lave en eller flere konkrete aktiviteter, så visitoratoren kan få indtryk af din fysiske og kognitive funktionsevne.

Visitoratorens opgave er i samarbejde med dig at afklare, hvordan du kan deltage så aktivt som muligt i dine daglige opgaver. Visitoratoren laver en vurdering af, hvorvidt du med hjælp og støtte i hverdagen har mulighed for at blive helt eller delvist selvhjulpen. I den forbindelse vurderer visitoratoren også, om eventuelle øvrige medlemmer af husstanden kan hjælpe dig med konkrete opgaver i hjemmet. I vurderingen af dit behov for hjælp, kan visitoratoren inddrage andre faggrupper som fx en ergoterapeut eller fysioterapeut. Derudover vurderes, om du ved anden indretning, hjælpemidler eller tilrettelæggelse af fx rengøring selv ville kunne udføre opgaverne i eget hjem. Det er vigtigt, at visitoratoren får et grundigt indblik i

din samlede situation til at kunne vurdere, hvilken hjælp du har brug for i din hverdag. Hjælpen skal understøtte, at du kan leve et så selvstændigt liv som muligt - på dine præmisser.

I de tilfælde, hvor en opgave måske tager lidt længere tid, end den normalt vil gøre uden hjælp, men hvor du er i stand til at løse den selv med den nødvendige tid til rådighed, vil du normalt ikke få bevilget hjemmehjælp.

Du er velkommen til at tage en pårørende eller en anden person, som kender dig godt med som bisidder til at støtte dig i samtalen. Din bisidder kan også hjælpe med vigtige oplysninger omkring dig og din situation.

Afgørelse om hjælp
Efter visitationsbesøget modtager du en skriftlig afgørelse fra hjemmeplejevisitationen, hvor det står, om du kan få hjælp i hjemmet. Det er lovgivningen og kommunens serviceniveau, der danner rammen for den støtte og hjælp, du kan få.

Hvis du får afslag på et tilbud, du har søgt om, skal visitationen vejlede dig i, hvordan du kan forholde dig til afslaget. Hvis du har fået tilbud om hjælp og støtte, vil kommunen løbende vurdere, om du fortsat har brug for tilbuddet og om det er det rigtige tilbud, du får.

Du skal være opmærksom på, at du skal meddele hjemmeplejevisitationen, hvis der sker ændringer i dine og husstandens ressourcer. Opholder du dig i en anden kommune, kan du søge råd og vejledning hos visitationen om, hvordan du får leveret hjælpen der.

Mulighed for skærmbesøg
Når du får hjælp i hjemmet, kan du få en del af støtten via skærmbesøg, hvis du ønsker det. I stedet for et fysisk besøg kan hjemmeplejen via et skærmbesøg støtte og sikre dig tryghed i, at alt går som det skal. Du kan både få praktisk hjælp, hjælp til personlig pleje eller sygepleje via et skærmbesøg. Det foregår ved, at medarbejderen fra hjemmeplejen rådgiver og vejleder dig om de konkrete udfordringer, du oplever. Det kan eksempelvis være, hvis du skal lære sårbehandling eller injektionsteknik. Sammen med hjemmeplejen beslutter du, om og i givet fald hvilken støtte, du ønsker at få som skærmbesøg. Ønsker du at få skærmbesøg, har du mulighed for at låne en tablet af hjemmeplejen, som også vil vise dig, hvordan du skal anvende den i forbindelse med skærmbesøget.

Rehabiliteringsforløb
Københavns Kommune arbejder med en rehabiliterende tilgang. Det betyder, at vi altid forsøger at støtte dig i at klare mest muligt selv i din hverdag. Når du søger om praktisk hjælp og støtte og/eller hjælp til personlig pleje fra hjemmeplejen, vurderer kommunen derfor først, om du igen kan blive i stand til at klare nogle af de praktiske gøremål selv. Hvis det er tilfældet, tilbydes du et rehabiliteringsforløb på 12 uger.

Rehabilitering er målrettet dig, der oplever begrænsninger i hverdagslivet, hvor formålet med et rehabiliteringsforløb vil være at finde frem til, hvordan du bliver selvhjulpen. Forløbet er et samarbejde mellem dig, pårørende og medarbejdere i Københavns Kommune, hvor der med udgangspunkt i dine perspektiver og livssituation er fokus på at muliggøre et godt liv og skabe de bedst mulige betingelser for deltagelse og livskvalitet. Det kan eksempelvis være ved at benytte mindre belastende arbejdsstillinger, dele opgaverne op eller gøre brug af andre redskaber herunder teknologiske hjælpemidler.

Et rehabiliteringsforløb bliver sammensat individuelt. Under forløbet støtter et team af sundhedsfaglige medarbejdere dig til at blive bedre til de aktiviteter, du har vanskeligt ved at klare i hverdagen. Når du har været igennem dit forløb, evaluerer I sammen, om du har nået dine mål. Herefter vurderer vi, om du fortsat har brug for støtte, og i så fald hvilken støtte.

Her søger du om hjælp

Hjemmeplejevisitationen i
Borgercenter Voksne

Telefon: 3317 3000
E-mail: [Digital Post på borger.dk](mailto:Digital.Post@borger.dk)



Praktisk hjælp og støtte

Hvis du har svært ved at klare de praktiske opgaver i hverdagen, kan du søge Københavns Kommune om hjælp og støtte til fx rengøring, tøjvask og indkøb. Den støtte, kommunen tilbyder dig, sker altid på baggrund af, hvad du selv kan klare, og hvad du har behov for støtte til.

Når du aktivt deltager i rengøringen i samarbejde med medarbejderne, udvikler eller vedligeholder du dine fysiske færdigheder. Hvor meget og hvilken form for praktisk hjælp, du bliver tilbudt, afhænger af en konkret og individuel vurdering af din samlede situation, herunder om der er andre i dit hjem, som kan hjælpe. Hvis dit behov ændrer sig undervejs, revurderer vi sammen med dig, hvilken hjælp og støtte, du har brug for.

Hjælp til rengøring

Du kan få støtte til rengøring af dine primære opholdsrum svarende til en bolig med opholdsstue, soveværelse, køkken, bad og entré (ca. 65 m²). Du aftaler tidspunktet for rengøringen med den leverandør, der leverer hjælpen. Du kan som hovedregel få hjælp til rengøring hver anden uge og ekstra rengøring én gang årligt.

Rengøring kan omfatte støtte og hjælp til at:

- Skifte sengetøj
- Tørre støv af på flader i nå-højde, fx reoler, vindueskarme og lignende
- Vaske gulv
- Støvsuge tæpper, gulve og møbler, du bruger ofte

Ekstra rengøring

Ekstra rengøring kan gives én gang om året og kan omfatte støtte og hjælp til:

- Rengøring af mere end 65 m²
- Vask af køkkenskabe
- Vask af døre og paneler

Du bestemmer selv, hvordan du vil bruge den tid, du har til rådighed. Dog må hjælperen ikke tage sig af havearbejde og håndværksmæssige opgaver. Du kan ikke få hjælp til udendørs vinduespudsning. Kommunen hjælper ikke med at rydde op efter fx gæster eller logerende – det skal du selv bede dem om at hjælpe dig med. Det er heller ikke muligt at få hjælp til pasning af kæledyr og rengøring efter kæledyr.

Når dit hjem bliver vores arbejdsplads

Du skal være opmærksom på, at når du modtager hjælp i hjemmet, er dit hjem også medarbejdernes arbejdsplads. Det betyder, at arbejdsmiljøet skal være i orden både sikkerheds- og sundhedsmæssigt. Du kan læse mere i afsnittet "Hjemmet som arbejdsplads".

Her søger du om hjælp til rengøring

Hjemmeplejevisitationen i
Borgercenter Voksne

Telefon: 3317 3000
E-mail: Digital Post på borger.dk
Leverandør: Frit valg – se liste
bagerst i kvalitetsstandard

Hjælp til at vaske tøj

Hvis du har svært ved selv at klare at vaske dit tøj, tilbyder Københavns Kommune flere muligheder for hjælp. Du kan enten få hjælp til at vaske tøj i eget hjem eller få bevilliget en vaskeordning.

Vaskeordning

Kommunen tilbyder en vaskeordning, hvor dit vasketøj hentes, vaskes og leveres tilbage til dig igen. Du kan få vasket dit eget tøj, sengelinned, viskestykker, håndklæder og lignende. Dynner, vattæpper, sengetæpper og gardiner er som udgangspunkt ikke omfattet af vaskeordningen, men kan i særlige tilfælde indgå i ordningen. Du kan også søge om støtte og hjælp til at sortere dit vasketøj og til at lægge det på plads. Du visiteres til tøjvask hver 2., 3. eller 4. uge ud fra en vurdering af dit konkrete behov. I særlige tilfælde kan du blive visiteret til tøjvask hver uge.

Her søger du om hjælp til tøjvask

Hjemmeplejevisitationen i
Borgercenter Voksne

Telefon: 3317 3000
E-mail: Digital Post på borger.dk
Leverandør: Frit valg – se liste
bagerst i kvalitetsstandarden

Pris:
Vask af 8kg. Tøj hver 14. dag:
194 kroner/måned

Vask af 12kg. Tøj hver 14. dag:
288 kroner/måned

For priser ved vask hver uge
eller hver 3. eller 4. uge kontakt
hjemmeplejevisitationen.

Hjælp og støtte til at vaske tøj i hjemmet

Du kan få hjælp og støtte til at vaske tøj i dit hjem, hvis du selv har en vaskemaskine eller, der er vaskemaskine i den ejendom, hvor du bor. Hvis du bruger støttestrømper, skuldervarmere/knævarmere i uld, kan du få hjælp og støtte til at håndvaske disse. Du kan også få hjælp til at bære dit vasketøj op og ned, hvis der er vaskemaskine i din ejendom og selv kan varetage de øvrige opgaver i forbindelse med tøjvask. Målet er at støtte dig, så du selv kan deltage aktivt i opgaven og klare mest muligt selv.

Du skal selv betale for alle omkostninger i forbindelse med tøjvask i hjemmet fx strøm, vand, vaskemiddel og skyllemiddel.

Hjælp til indkøb af dagligvarer

Hvis du ikke kan klare dine indkøb af dagligvarer selv, tilbyder Københavns Kommune mulighed for at få en indkøbsordning, hvor dine varer bliver leveret til din bopæl eller, hvor du kan få køreledighed til et indkøbscenter. Som hovedregel får du bevilliget hjælp og støtte til selv at handle, når du søger om hjælp til indkøb.

Hjælp til selv at komme ud og handle

Turkøb er en indkøbstur, hvor du bliver hentet af en chauffør på din bopæl og kørt i bus sammen med andre borgere til et indkøbscenter, fx Amagercentret eller Fisketorvet. Her har du selv mulighed for at købe de varer, du har brug for. Du får minimum halvdelen time til at købe dine varer. Når du er færdig med at købe ind, bliver du kørt hjem, og chaufføren hjælper dig med at bære dine varer til din bolig. Du får ikke hjælp til at sætte varerne på plads ved turkøb.

Du kan komme på turkøb hver uge eller hver anden uge alt efter dit behov. Der er ingen egenbetaling udover de varer, du køber på turen. Det Nye Trafikselskab kører dig. Du kan se Det Nye Trafikselskabs telefonnummer og hjemmeside bagerst i kvalitetsstandarden.



Her søger du om hjælp til indkøb

Hjemmeplejevisitationen i
Borgercenter Voksne

Telefon: 3317 3000
E-mail: Digital Post på borger.dk

Indkøbsordning

Indkøbsordningen er et tilbud til dig, der ikke selv kan komme ud og handle dine dagligvarer eller kan bestille dagligvarer på internettet. Tilbuddet indebærer, at du bestiller dagligvarer hos kommunens indkøbsleverandører, som leverer varerne til din bopæl. Du får udleveret et varekatalog.

Du kan finde kommunens leverandør bagerst i kvalitetsstandarden.

I særlige tilfælde kan du få hjælp af hjemmeplejen til at bestille dagligvarer og i særlige tilfælde hjælper leverandøren med at stille varer på plads. Varerne leveres én gang om ugen i tidsrummet kl. 8.00-18.00, og du bliver på forhånd oplyst om, hvornår på dagen dine varer kommer.

Hjælp og støtte til personlig pleje

Hvis du har svært ved at klare din personlige pleje selv, kan du søge kommunen om hjælp og støtte til fx at komme i bad og tage tøj af og på. Du får støtte på baggrund af, hvad du selv kan klare, og hvad du har behov for, andre hjælper dig med.

Hjælp til personlig pleje

Du kan fx få hjælp og støtte til at:

- Vaske dig eller komme i bad
- Tage tøj af og på
- Børste dine tænder
- Komme på toilettet
- Anretning af måltider

Du kan modtage personlig pleje hele døgnet, afhængigt af dine behov. Den hjælp og støtte, du får, afhænger af dine behov. Hvis du har behov for hjælp til personlig pleje, får du typisk bevilliget daglig støtte til de ting, der er svære for dig selv at klare. Har du kun brug for hjælp til bad og hårvask, får du som hovedregel hjælp til dette én til tre gange om ugen. Plejen bliver som regel udført om morgenen og om aftenen.

Vi tilstræber, at du får støtte og hjælp af en fast gruppe af medarbejdere. Det er dog vigtigt, at du i forskellige situationer får den bedst mulige faglige hjælp, og det kan betyde, at hjælpen nogle gange

leveres af andre end de faste medarbejdere. Det er især aktuelt, hvis du har flere eller komplicerede sygdomme eller modtager meget hjælp.

Har du brug for et tryghedsopkald?

Du kan efter en konkret individuel vurdering få tilbudt et tryghedsopkald fra hjemmeplejen. Et tryghedsopkald skal hjælpe dig med, at du føler dig tryk og hjælpe dig til at kunne klare hverdagens aktiviteter. Det kan eksempelvis være i forbindelse med udskrivning fra et hospitalsophold. Du bliver ringet op på aftalte tidspunkter.

Når dit hjem bliver vores arbejdsplads

Du skal være opmærksom på, at når du modtager hjælp i hjemmet, er dit hjem også medarbejdernes arbejdsplads. Det betyder, at arbejdsmiljøet skal være i orden både sikkerheds- og sundhedsmæssigt. Du kan læse mere i afsnittet "Hjemmet som arbejdsplads".

Klippekort til ekstra hjælp og støtte

Københavns Kommune tilbyder et klippekort til dig, der får støtte til personlig pleje i hverdagen, og som samtidig enten har en indkøbsordning eller tøjvaskeordning, eller har et meget begrænset netværk. Det betyder en ekstra halv time om ugen sammen med en medarbejder fra hjemmeplejen.

Det er dig, der vælger, hvad tiden på klippekortet skal bruges til. Afhængigt af, hvad du ønsker, kan det både være til sociale aktiviteter eller praktisk hjælp. Du kan for eksempel bruge den ekstra tid til at besøge familie og venner, en gåtur, rengøring, gå på café eller indkøb eller hyggeligt samvær med din nærmeste hjælper.

Sådan kan du bruge klippekortet

Du kan bruge et klip hver uge eller vælge at gemme klip og dermed "opspare" tid:

- en gang ugentligt en halv time
- en gang hver anden uge en time
- en gang hver fjerde uge to timer



Du kan maksimalt opspare tre timers samlet hjælp. Aktiviteten skal kunne nås inden for den tid, du har sparet op. Du mister altså ikke dine klip efter seks uger, men du kan ikke spare mere op end tre timer. Vi gør alt for, at det er en hjælper fra din faste gruppe af medarbejdere, der deltager i din valgte aktivitet.

Du kan ikke bruge klippekortet til håndværksmæssige opgaver eller havearbejde.

Transport

Hvis du i forbindelse med brug af klippekortet uden for dit hjem har behov for særlig hjælp til transport, skal du bruge Movias kørselsordning. Du kan få mere at vide hos hjemmeplejen.

Når du visiteres til personlig pleje, vurderer visitatoren om du kan få et klippekort.

Læs mere: Ekstra tid til dig – sådan bruger du klippekortet (kk.dk)

Her søger du om hjælp til personlig pleje

Hjemmeplejevisitationen i
Borgercenter Voksne

Telefon: 3317 3000

E-mail: Digital Post på borger.dk

Her søger du om hjælp til transport

Hjemmeplejevisitationen i
Borgercenter Voksne

Telefon: 3317 3000

E-mail: Digital Post på borger.dk

Mad og måltider

Københavns Kommune tilbyder dig hjælp og støtte til mad og måltider, hvis du fx ikke selv kan tilberede dine måltider. Den hjælp, du tilbydes, sker altid ud fra en konkret og individuel vurdering af dit behov.

Spisetilbud

Spisetilbud er et tilbud til dig, som ikke selv kan stå for madlavningen, eller som ønsker at spise sammen med andre. Når du er visiteret til et spisetilbud, har du mulighed for at spise et varmt hovedmåltid på et plejehjem eller et aktivitetscenter, der har spisetilbud.

Her søger du om hjælp til madordning

Hjemmeplejevisitationen i Borgercenter Voksne
Telefon: 3317 3000
Læs mere: [Spisetilbud \(kk.dk\)](#)
E-mail: [Digital Post på borger.dk](#)
Pris:
Hovedmåltid (2 retter): 57 kr. (2023)
Hovedret: 49 kroner (2023)

Her søger du om tilskud til madklippekort

Hjemmeplejevisitationen i Borgercenter Voksne
Telefon: 3317 3000
Læs mere: [Mad til ældre \(kk.dk\)](#)
E-mail: [Digital Post på borger.dk](#)

Transport

Du skal selv kunne transportere dig hen til et spisetilbud. Hvis du bliver syg, eller der er sneglatte veje, har du mulighed for at kontakte visitationen og i stedet få bragt din mad hjem til dig fra enten den kommunale eller den private leverandør af madservice.

Madklippekort

Madklippekort er et tilbud til dig, som ikke selv kan klare at lave mad. Madklippekortet giver dig mulighed for at købe mad én gang om dagen i en privat restaurant eller forretning, der sælger mad ud af huset. Du kan vælge mellem de restauranter og forretninger, der har tilmeldt sig ordningen. Kommunen giver et tilskud til den mad, du køber. Du skal selv være i stand til at hente maden.

Mulighed for økonomisk tilskud

Der er et tilskud på 12,50 kroner pr. måltid. Du viser et legitimationskort, når du køber maden og får den derefter til nedsat pris. Legitimationskortet bliver sent til dig via post.

Levering af din mad

Du kan søge om at blive visiteret til at få din mad leveret til dit hjem, hvis du hverken kan lave mad selv eller er i stand til at hente din mad eller spise din mad uden for dit hjem. Du skal have behov for minimum tre måltider ugentligt, for at få din mad leveret. I forbindelse med visitation til madservice vurderer vi dine ernæringsbehov, så du får det tilbud, der passer til netop dine behov.

Du kan hver dag vælge mellem forskellige hovedretter. Afhængig af menuen kan du enten vælge dessert eller forret til din hovedret. Du kan vælge en kommunal eller en privat leverandør samt vælge, om maden skal leveres varm eller kølet. Maden leveres dagligt. De private leverandører

pakker deres mad på en særlig måde, så den kan holde sig i længere tid. Derfor kan du, fra leverandørerne, få leveret kølede retter samlet én eller to gange ugentligt. I så fald skal du selv varme maden op, når du har lyst til at spise den.

Hjælp til tilberedning af mad og spisning

Hvis du ikke selv kan klare at tilberede din mad og rydde af, kan du søge om hjælp til:

- Tilberedning og anretning af mad og drikke
- Opvarmning af mad
- Afrydning og opvask
- Støtte til at spise og drikke

Du bliver visiteret til tilbuddet efter en konkret vurdering af dit behov. Det er den leverandør, som du har valgt til personlig pleje, som også kommer og hjælper dig med din mad.

Her søger du om hjælp til levering af mad

Borgerindgang – Råd og Vejledning
Telefon: 3366 3366
Læs mere: [Visitationen i Sundheds- og Omsorgsforvaltningen \(kk.dk\)](#)
E-mail: [Digital Post på borger.dk](#)

Pris: Hovedmåltid (2 retter): 61 kr
Hovedret: 47 kr.
Forret/dessert: 14 kr.
Morgenmad: 27 kr.
Smørrebrødspakke: 41 kr.

Her søger du om hjælp til tilberedning af mad og spisning

Hjemmeplejevisitationen i Borgercenter Voksne
Telefon: 3317 3000
Send sikker e-mail: [Digital Post på borger.dk](#)
Frit valg af leverandør – se liste bagerst i kvalitetsstandarden



Hjælp til sygepleje i eget hjem

Københavns Kommune tilbyder sygepleje i hjemmet, hvis du har behov for pleje og behandling ved akut eller kronisk sygdom, eller hvis du er i et vanskeligt sygdomsforløb. Det kan være sårpleje, smertebehandling, insulinbehandling, stomipleje og/eller tilbud om samtaler, der kan støtte dig i at forbedre dit helbred.

Den kommunale sygepleje har følgende tilbud:

- Sårpleje
- Forebyggelse af tryksår
 - Behandling af sår

- Medicin og mad
- Støtte til medicindosering
 - Vejledning om måltider og indkøb, ved undervægt, manglende appetit eller vægttab

- Forebyggelse
- Støtte og rådgivning i at undgå at falde
 - Vejledning i at forebygge sygdom

- Sygdom
- Støtte og vejledning i at leve med en kronisk sygdom

- Hjælp ved akut opstået sygdom
- Støtte til at kontakte fx egen læge eller hospital

- Inkontinens
- Vurdering af problemer med inkontinens
 - Vejledning i inkontinenshjælpemidler og eventuel træning

- Døende og pårørende
- Pleje og omsorg til alvorligt syge og døende
 - Omsorg og støtte til pårørende og efterladte

Du kan blive henvist til den kommunale sygepleje af din praktiserende læge, speciallæge eller hospitalslæge, når du fx bliver udskrevet fra indlæggelse på hospitalet eller har modtaget ambulant behandling. Sygeplejen i hjemmet har fokus på at støtte dig i at leve så selvstændigt et liv som muligt. Det betyder, at sygeplejen altid foregår i et samarbejde mellem dig og den sundhedsfaglige medarbejder. Det kan eksempelvis være, hvis du selv eller en pårørende ønsker at udføre en del af sygeplejeopgaven, vurderes det, om oplæringen til dette er aktuelt i din situation.

Her søger du om hjælp til sygepleje

Sygeplejevisitationen

Telefon: 3317 3000

E-mail: Digital Post på borger.dk

Pris: Sygeplejen er gratis, men du betaler som udgangspunkt selv for medicin og særlige sygeplejeartikler.

Hjælpemidler og boligændringer, der gør din hverdag nemmere

Du kan få bevilget hjælpemidler, forbrugsgoder og hjælp til boligindretning af Københavns Kommune, hvis du har en varig nedsat fysisk eller psykisk funktionsevne, og hvis hjælpemidlet i væsentlig grad kan lette din hverdag.

Når du får bevilget hjælpemidler og en ændring af din bolig, skal du ikke betale noget. Når du får bevilliget forbrugsgoder, betaler kommunen som udgangspunkt et tilskud på 50 procent af prisen. Der kan dog være udgifter til drift og vedligeholdelse af fx dæk og slanger til kørestol og elscooter eller strøm til elscooter, som du selv skal betale. Et forbrugsgode er ikke produceret kun for at afhjælpe en nedsat funktionsevne, men sælges bredt til en stor del af befolkningen. Nogle forbrugsgoder betragtes som almindeligt indbo, og her har du ikke mulighed for at få økonomisk hjælp. Hjemmeplejevisitationen i Borgercenter Voksne kan hjælpe dig med at udarbejde en ansøgning om hjælpemidler og boligændringer, hvis du har brug for det.

Eksempler på tekniske hjælpemidler

- Rollator
- Badetaburet
- Kørestol
- Toiletforhøjner
- Ramper over dørtrin

Eksempler på personlige hjælpemidler

- Proteser
- Støttestrømper
- Paryk
- Ortopædisk fodtøj
- Læselup

Eksempler på personlige engangshjælpemidler

- Katetre
- Bleer
- Hjælpemidler til diabetes
- Hjælpemidler til stomi

Her søger du om hjælpemidler og boligændringer

Borgercenter Handicap

Telefon: 3317 8800

E-mail: Digital Post på borger.dk

Eksempler på boligændringer

- Opsætning af gelænder og greb
- Fjernelse af dørtrin i bolig

Eksempler på forbrugsgoder

- Elscooter
- Hvilestol med særlige funktioner

Eksempler på sædvanligt indbo

- iPad og computer
- Robotstøvsuger
- Elcykel og ladcykel med og uden el
- Madrasser og almindelig hvilestol

Når du får hjemmehjælp, kan det være nødvendigt at installere hjælpemidler, der fungerer som arbejdsredskaber for de medarbejdere, som kommer i dit hjem. Det kan fx være en plejeseng eller en lift. Hjemmeplejen leverer de nødvendige arbejdsredskaber.

Hvis du har været indlagt på hospitalet, og hospitalet vurderer, at du har brug for et hjælpemiddel i en kortere periode, så er det hospitalets opgave at låne dig det hjælpemiddel, du har brug for.

Pædagogiske tilbud i hjemmet

Københavns Kommune har flere tilbud om støtte og omsorg til dig, som bor i eget hjem. Det er tilbud, som kan støtte dig i at få skabt mere struktur og tryghed i din hverdag. Socialpædagogisk støtte

Har du betydelig nedsat fysisk eller psykisk funktionsevne eller særlige sociale problemer, kan du modtage socialpædagogisk hjælp gennem hjemmevejlederordningen. Formålet med ordningen er, at du med hjælp fra en hjemmevejleder/bostøtte kan bevare og eventuelt forbedre dine psykiske, fysiske eller sociale kompetencer, så du bedre bliver i stand til at skabe en tilværelse på egne præmisser. Støtten, du har brug for, vurderes individuelt. Det kan både være individuelt eller i et gruppeforløb, du modtager støtten.

Her søger du om pædagogisk støtte

Ved nedsat fysisk eller psykiske funktionsevner eller særlige sociale problemer:

Telefon: 3317 6896
Læs mere: [§85 Støtte \(kk.dk\)](#)

Borgercenter Handicap ved fysisk- og psykisk handicap:

Telefon: 3317 8800
Læs mere: [Bostøtte til voksne med handicap \(kk.dk\)](#)
E-mail: [Digital Post på borger.dk](#)

Den socialpædagogiske hjælp kan eksempelvis være støtte til at få:

- Struktur på hverdagen
- Praktisk støtte (indkøb, overholde aftaler, svare på e-mails mm.)
- Støtte til udvikling af relationer, sociale kompetencer mm.

Støtte- og kontaktperson

Støttekontaktpersonordningen er et tilbud til dig, der er psykisk sårbar, har et stof- eller alkoholmisbrug eller til dig, der har særlige sociale problemer, som ikke har eller ikke kan opholde sig i egen bolig.

Formålet med indsatsen er at skabe og opbygge en kontakt til dig og medvirke til, at du støttes til at modtage de tilbud om omsorg og støtte, som Københavns Kommune og andre myndigheder tilbyder.

Du kan få hjælp til både praktiske og sociale gøremål. Alt efter dit behov kan du blandt andet få hjælp til:

- Kontakten til og mødet med offentlige myndigheder.
- At få overblik over din forsørgelse og hvilke pligter du har i den forbindelse
- Støtte til at få egen bolig og i at du fastholder egen bolig.
- Støtte dig i kontakten med familie og venner.
- Støtte dig i kontakten med relevante behandlingstilbud.

Du kan møde støttekontaktpersonen dér, hvor du helst vil, eller tage en snak over telefonen, hvis det er det, du foretrækker.

Hvis du allerede er tilknyttet et tilbud i kommunen, skal du starte med at kontakte dette tilbud. Hvis du ikke allerede er tilknyttet et tilbud, skal du henvende dig i psykiatrienheden.

Hjælp til fastholdelse i egen bolig - boligrådgivning

Boligrådgiverne tilbyder tre forskellige indsatser:

- Økonomisk vejledning, hvis du er i risiko for at miste din bolig på grund af økonomiske årsager
- Hvis du er i risiko for at miste din bolig på grund af adfærd/ husorden, kan du få hjælp og støtte til at løse problemerne og dermed fastholde boligen
- Hvis du er boliganvist, kan du få hjælp og støtte i overgangen til egen bolig, så du bliver godt etableret i dit nye hjem

Ledsagelse

Er du mellem 12-67 år og har svært ved at færdes alene på grund af fysisk eller psykisk funktionsnedsættelse, tilbyder Københavns Kommune personlig ledsagelse i op til 15 timer om måneden. Ledsagelse er et tilbud, der kan være med til at give dig en større frihed i din hverdag til at deltage i forskellige aktiviteter uden, at du er afhængig af hjælp fra dine pårørende. De timer, du får til ledsagelse, skal bruges i forbindelse med selvvalgte aktiviteter uden for hjemmet. Timerne kan spares op i op til seks måneder, og de ældste opsparede timer bruges først. Efter seks måneder slettes timerne. Under ledsagelsen er det som udgangspunkt ikke muligt at få socialpædagogisk støtte. Det er Borgercenter Handicap, der bevilger og administrerer ledsagelsen.

Her søger du om støtte- og kontaktperson

Psykiatrienheden

Telefon: 33 17 68 96
Læs mere: [Støttekontaktperson \(kk.dk\)](#)
E-mail: [Digital Post på borger.dk](#)

Her søger du om hjælp til fastholdelse i egen bolig

Bolig- og Beskæftigelsesenheden

Telefon: 2851 7178
Læs mere: [Bolig- og Beskæftigelsesenheden \(kk.dk\)](#)
E-mail: [Digital Post på borger.dk](#)

Her søger du om ledsagelse

Borgercenter Handicap

Telefon: 3317 8800
Læs mere: [Ledsagerordning \(kk.dk\)](#)

Hjælp til dig, der oplever en psykisk krise

Du kan døgnet rundt få støtte og rådgivning i Akuttilbuddet i Københavns Kommune. Akuttilbuddet er et tilbud til dig, der er 18 år og derover, som oplever en akut psykisk krise, eller er pårørende til et menneske i krise.

Akuttilbuddet er til dig, der oplever at være overvældet af angst, magtesløshed eller har det psykisk svært på grund af fx afskedigelse fra job, en skilsmisse eller et dødsfald. Det kan også være, at du kæmper med en psykiatrisk diagnose og har behov for at tale med en person for at få støtte til at håndtere den situation, du befinder dig i.

Her søger du hjælp

Akuttilbud for psykisk sårbare

Telefon: 3317 2900

Læs mere: [Akuttilbud for psykisk sårbare \(kk.dk\)](https://www.kk.dk/akuttilbud)

Tilbuddet tilbyder tre former for hjælp:

- En døgnbemandet akuttelefon med nummer 3317 2900
- Støtte og rådgivning pr. telefon eller ved at møde op personligt. Vi anbefaler altid, at du ringer i forvejen
- Mulighed for at overnatte i akuttilbuddet

Akuttilbuddet kræver hverken en diagnose eller henvisning fra en læge.

Bemærk

Du skal være opmærksom på, at den fysiske indgang til akuttilbuddet ikke er handicaptilgængelig.



Midlertidigt døgnophold

Københavns Kommune kan tilbyde dig over 18 år et midlertidigt døgnophold, hvis du i en kortere periode har behov for særlig omsorg og pleje, og ikke kan klare dig i eget hjem. Hvilket tilbud, du kan få, og hvor længe afhænger af din situation. Indsatserne på et midlertidigt døgnophold tager udgangspunkt i dine konkrete behov.

På et midlertidigt døgnophold får du dit eget værelse, som er møbleret. Du har adgang til eget toilet og bad på dit værelse.

Aflastningsophold

Du kan få et aflastningsophold, hvis du ikke kan bo derhjemme, fordi din ægtefælle er midlertidigt fraværende, eller der er problemer med din bolig. Du kan få et aflastningsophold, hvis din ægtefælle eller pårørende skal aflastes i en kort periode på grund af ferie eller sygdom.

Her søger du om midlertidigt ophold

Borgerindgang - Råd og Vejledning

Telefon: 3366 3366
Læs mere: [Visitationen i Sundheds- og Omsorgsforvaltningen \(kk.dk\)](#)
E-mail: [Digital Post på borger.dk](#)
Pris: 163kr/døgn
Egenbetalingen dækker mad og vask af linned.

Midlertidigt ophold

Københavns Kommune tilbyder dig et midlerti- digt døgnophold, hvis du i en kortere periode har behov for særlig omsorg og pleje, som ikke kan klares i eget hjem. Et midlertidig ophold tilbydes typisk i forlængelse af en hospitalsindlæggelse.

Transport

Du skal som udgangspunkt selv sørge for trans- porten til og fra opholdet.

Lindrende ophold

Hvis du er alvorligt syg eller døende og har brug for pleje og støtte i trygge omgivelser, kan du få et lindrende ophold. I vores pleje og omsorg tager vi udgangspunkt i dine ønsker og behov. Det afgørende er, hvad der er livskvalitet for dig. Dine pårørende vil også blive tilbudt omsorg og støtte.

På afdelingen møder du sygeplejersker (hele døgnnet), social- og sundhedsassistenter, fysio- og ergoterapeuter, socialrådgiver musikterapeut, diætist og frivillige.

Der bliver løbende fulgt op på, hvilken pleje, om- sorg og støtte du og dine pårørende har brug for.

Er du indlagt på et hospital, kontakter personalet på hospitalet din kommune. Bor du hjemme, kon- takter sygeplejen eller din egen læge visitationen.

Transport

Er du indlagt på hospitalet, sørger hospitalet for din transport til centret. Kommer du hjemmefra, skal du selv arrangere og betale transporten. Du skal selv betale transporten hjem. Hvis du er sen- geliggende eller sidder i kørestol, betaler kommu- nen for transport og trappelift.

Pris

Der er ikke egenbetaling i forbindelse med et lindrende ophold.

Rehabiliteringsophold

Et rehabiliteringsophold er til dig, der efter en skade eller svækkelse i en kortere periode har behov for ekstra pleje og rehabilitering, som ikke kan klares i dit hjem.

Under dit ophold er fokus på at hjælpe og støtte dig i så vidt muligt at kunne klare de ting, du kunne før din skade eller dit sygdomsforløb – både fy- sisk, psykisk og socialt.

Under et rehabiliteringsophold er der fokus på fysisk træning og træning i daglige rutiner, som fx at rejse dig op eller selv gå på toilettet. Din træning tilrettelægges ud fra, hvad du kan og de behov, du har.

Det er hjemmeplejevisitationen, der visiterer dig til opholdet. Er du indlagt på et hospital, ta- ger personalet kontakt til kommunen. Bor du hjemme, kan du kontakte visitationen.

Akutplejeophold

Hvis du i en periode har brug for omfattende og kompleks sygepleje med observation, pleje og behandling hele døgnnet, kan du blive visiteret til et akutplejeophold.

Under et akutplejeophold vil du udover sygepleje også få hjælp og støtte til så vidt muligt at kunne klare de ting, du kunne tidligere.

Du skal ikke selv betale for et akutplejeophold.

Her søger du om lindrende ophold

Borgerindgang - Råd og Vejledning-
Telefon: 3366 3366
Læs mere: [Lindrende ophold \(kk.dk\)](#)
E-mail: [Digital Post på borger.dk](#)

Her søger du om rehabiliteringsophold

Hjemmeplejevisitationen i
Borgercenter Voksne

Telefon: 3317 3000
Læs mere: [Rehabiliteringsophold \(kk.dk\)](#)
E-mail: [Digital Post på borger.dk](#)
Pris: 144 kr./døgn

Her søger du akutplejeophold

Hjemmeplejevisitationen i
Borgercenter Voksne

Telefon: 3317 3000
Læs mere: [Midlertidige døgnophold \(kk.dk\)](#)
E-mail: [Digital Post på borger.dk](#)

Aktivitets- og samværstilbud

Københavns Kommune har en række samværs- og aktivitetstilbud, hvis du gerne vil møde andre mennesker i trygge omgivelser. Du kan blandt andet deltage i træning, udflugter, fælles aktiviteter og spise et billigt måltid mad.

Nogle tilbud skal du visiteres til, og i andre kan du bare møde op, hvis det er noget for dig.

Aktivitets - og samværstilbud kan være:

- Aktivitets- og samværstilbud for borgere med sindslidelse
- Samværs- og aktivitetstilbud til borgere med handicap
- Væresteder og særlige jobtilbud til hjemløse borgere
- Akutte sundhedstilbud til borgere, der lever på gaden

Læs mere om aktivitets- og samværstilbud: Tilbud i Center for Støtte til Borgere i Egen Bolig og Aktivitets- og Samværstilbud (socialpsykiatri.kk.dk)

Har du et handicap?

Læs mere: Tilbud på Handicapområdet (kk.dk)

Nordvest, Vanløse & Brønshøj

1. Lille Skole for Voksne
Skalbakken 17
2720 Vanløse
www.Lsfv.dk

2. Pinta
Skjulhøj Allé 2
2720 Vanløse
www.socialpsykiatri.kk.dk/pinta

3. Mamma Mia
Utterslev Torv 30
2400 København NV
www.mmnv.dk/

4. Offsides Sociale Haver
Parken mellem Ebba Lunds Vej og Nielsine Nielsens Vej ved Bispebjerg Hospital
2400 København NV
www.weshelter.dk/projekt/projekt-offside/

Nørrebro

5. Muhabet
Bragesgade 8c
2200 København N
www.Muhabet.dk

6. Ungehus CPH
Hørsholmsgade 20
2200 København N
www.Ungehuscph.kk.dk

7. ASPA kapelvej
Kapelvej 55
2200 København N
www.Aspas.dk

8. ASPA Griffenfeldsgade
Griffenfeldsgade 35
2200 København N
www.Aspas.dk

Amager

9. N.A.B.O. Center
Portugalsgade 10
2300 København S
www.Nabocenter.dk

10. Kompasset

Sundbygårdsvej 1
2300 København S
www.socialpsykiatri.kk.dk/kompasset

Vesterbro, Valby & Sydhavn

11. Otilia
Kirsten Walthers Vej 6
2500 Valby
www.socialpsykiatri.kk.dk/

12. Otilia
Kontaktcentret Vesterbro
Valdemarsgade 21
1665 København V
www.kfuksa.dk/kontaktcentret-vesterbro

13. Pegasus
Enghavevej 110 st.
2450 København SV
www.Weshelter.dk/projekt/pegasus

14. Café Rose

Hammelstrupvej 8
2450 København SV
www.socialpsykiatri.kk.dk/caferose

15. Sydhavnskompagniet
Peter Sabroes Gade 1
2450 København SV
www.Sydhavnen.dk

Østerbro

16. Fountain House
Teglværksgade 22
2100 København Ø
www.Fountain-house.dk

17. Team mod på livet
Svendborggade 3
2100 København Ø
www.Teammodpaalivet.dk



Beskyttet beskæftigelse

Hvis du savner noget at lave og er i alderen 18 år og op til folkepensionsalderen, har du mulighed for at komme i beskyttet beskæftigelse.

Målgruppen for beskyttet beskæftigelse er borgere, der på grund af betydelig nedsat fysisk og/eller psykisk funktionsevne ikke kan opnå eller fastholde beskæftigelse på normale vilkår på arbejdsmarkedet.

Det er et krav, at du selv kan komme til og fra din arbejdsplads. Der kan i det konkrete tilfælde ansøges om befordringsgodtgørelse til billigst mulige befordring til og fra tilbudsstedet. Dette sker altid ud fra en konkret individuel vurdering.

I beskyttet beskæftigelse får du udbetalt en arbejdsdusør, som fastsættes af tilbuddet ud fra en vurdering af, hvilket støttebehov du har brug for under arbejdet.

Her søger du om beskyttet beskæftigelse

Bolig- og Beskæftigelsesenheden

Telefon: 3317 4401

E-mail: Digital Post på borger.dk

Frivillige foreninger og tilbud

Frivillige kræfter, fællesskaber og netværk er et uvurderligt supplement til kommunens sociale arbejde. I Københavns Kommune har vi fokus på at styrke samarbejdet mellem Socialforvaltningen og de mange frivillige organisationer, der findes i byen.

Der findes mange forskellige tilbud, du kan benytte dig af. Du kan også bidrage ved selv at være frivillig. Københavns Kommune kan hjælpe dig med at få kontakt til de frivillige foreninger.

Læs mere: Frivilligt socialt arbejde.kk.dk

Handicap- og ældreboliger

Du kan søge om en ældrebolig, hvis der ikke er mulighed for at indrette din nuværende bolig på en måde, der hensigtsmæssigt passer til dine behov og afhjælper din nedsatte funktionsevne. Fx hvis du ikke kan gå på trapper og/eller har behov for en bolig, hvor du kan anvende kørestol, rollator eller andre hjælpemidler/arbejdsredskaber.

Med en ældrebolig kan du få en et- eller toværelses lejlighed i et ældreboligkompleks. Hvis du har børn eller en partner/ægtefælle, kan de også flytte med i ældreboligen.

Frit valg af ældrebolig

Når du er godkendt til en ældrebolig, vælger du, om du ønsker at bo i en af kommunens boliger eller i en anden kommune. Den kommune, du ønsker at flytte til, skal dog også vurdere, om de kan godkende dig til en ældrebolig. Selvom du er godkendt til en ældrebolig i København, kan du godt få et afslag i den kommune, du ønsker at bo i.

Får du tilbudt en bolig, har du kort betæknings-tid. Siger du ja, skal du overtage boligen hurtigst muligt. Hvis du afviser et boligtilbud, har det i første omgang ikke konsekvenser for din mulighed for at få tilbudt en anden bolig. Afviser du flere gange en tilbudt bolig, vurderer vi, om en ældrebolig fortsat er den rette boligløsning for dig.

Her søger du om handicap- og ældrebolig

Den Centrale Boligvisitation

Telefon: 3530 3828.

Læs mere:
[Ældrebolig \(kk.dk\)](http://Ældrebolig (kk.dk))

E-mail: Digital Post på borger.dk

Træning og genoptræning

Københavns Kommune har tilbud til dig, der har behov for genoptræning, vedligeholdende træning eller træning for smertelindring. Vi har fokus på at støtte dig i at leve et så selvstændigt liv som muligt.

Har du brug for genoptræning?

Københavns Kommune tilbyder genoptræningsforløb til dig, der har behov for hjælp til at genvinde og styrke dine færdigheder til at klare din dagligdag. Et genoptræningsforløb har fokus på at støtte dig i at leve så selvstændigt og aktivt et liv som muligt. Det kan fx være efter sygdom eller skade, eller hvis du ikke er i stand til at klare det, som du tidligere har kunnet.

Her søger du om hjælp til genoptræning

Hjemmeplejevisitationen i
Borgercenter Voksne

Telefon: 3317 3000
Læs mere: [Genoptræning og rehabilitering \(kk.dk\)](#)
E-mail: [Digital Post på borger.dk](#)

Her søger du om hjælp til vedligeholdende træning

Hjemmeplejevisitationen i
Borgercenter Voksne

Telefon: 3317 3000
Læs mere: [Vedligeholdende træning \(kk.dk\)](#)
E-mail: [Digital Post på borger.dk](#)

Du kan blive henvist direkte fra hospitalet med en genoptræningsplan, fx efter indlæggelse eller aftale i ambulatorium.

Sted

Genoptræningen foregår i kommunens genoptræningscentre. Et genoptræningsforløb er tidsbegrænset og tilrettelægges individuelt afhængigt af dit behov. En del af træningen kan foregå digitalt én til to gange om ugen.

Transport

Du har mulighed for at søge om kørsel til genoptræning. Du søger om kørsel i dit sundhedshus eller dit træningscenter.

Har du brug for vedligeholdende træning?

Vedligeholdende træning er et tilbud til dig, der har en fysisk eller psykisk funktionsnedsættelse og har behov for at styrke dine færdigheder i dagligdagen og forebygge, at du mister evnen til at udføre daglige opgaver, såsom at købe ind, støvsuge osv.

Træningen er individuelt tilrettelagt, men kan foregå sammen med andre.

Transport

Du kan blive tilbudt kørsel, hvis du ikke selv kan transportere dig. Det koster 195 kroner pr. måned.

Tilbud til dig med ryg- og nakkelidelser

Har du ryg- og nakkelidelser, kan du få træning og undervisning af fysioterapeuter.

Center for genoptræning Nørrebro
Mimersgade 41
2200 København N
Telefon: 3530 2530

Tilbud til dig med en erhvervet hjerneskade

Københavns Kommune tilbyder rehabilitering og genoptræning til københavnere med erhvervet hjerneskade og andre neurologiske lidelser, fx en blodprop eller blødning i hjernen, en hjernesvulst



Her søger du om rehabilitering og genoptræning

Neurorehabilitering – Kbh.
(døgnafdeling)

Telefon: 3945 1300

Neurorehabilitering – Kbh.
(ambulant afdeling)

Telefon: 3945 1332
Læs mere: [Neurorehabilitering \(kk.dk\)](#)

eller en skade efter et traume. Sammen med dig og evt. dine pårørende planlægger personalet dit rehabiliteringsforløb efter dine behov.

Et rehabiliteringsforløb foregår på en af følgende måde:

- Et midlertidigt døgnophold, hvis du i en periode har behov for ekstra pleje og omsorg, der ikke kan varetages af hjemmeplejen eller med hjælpeforanstaltninger i dit hjem.
- Et ambulant genoptræningsforløb, hvor du bor hjemme, mens du genoptræner. Efter et midlertidigt døgnophold vil du også kunne fortsætte en del af din rehabilitering derhjemme sammen med personale fra centeret eller ved et ambulant genoptræningsforløb på centeret.

Transport til neurorehabilitering

Du kan få kørsel, hvis du ikke selv kan transportere dig.

Forebyggelse og sygdom

Københavns Kommune har forskellige tilbud til dig, der har behov for hjælp til at håndtere stress, angst, depression eller psykisk mistrivsel og til dig med kronisk sygdom, som fx diabetes eller KOL. Vi har fokus på at støtte dig i at leve et så selvstændigt og aktivt liv som muligt, og de forskellige forløb bliver sammensat ud fra dine behov.

Stressforløb

Oplever du symptomer på stress, kan et stressforløb måske være et tilbud for dig. Stressforløbet ledes af en psykolog og foregår på hold med 12-16 deltagere.

Læs mere: [Center for Mental Sundhed \(kk.dk\)](#)

Angstforløb

Et angstforløb til dig, der oplever symptomer på angst. I forløbet får du nogle strategier, som kan hjælpe dig med, at angsten ikke kommer til at fylde for meget i hverdagen.

Angstforløbet ledes af en psykolog og foregår på hold med ca. 12. deltagere. Forløbet varer mellem 7-10 uger og består af gruppesessioner af 2 timers varighed kombineret med individuelle samtaler af op til 1 times varighed.

Læs mere: [Center for Mental Sundhed \(kk.dk\)](#)

Depressionsforløb

Et depressionsforløb til dig, der oplever symptomer på depression. Forløbet ledes af en psykolog på et hold med 10-12 deltagere. Forløbet varer otte uger af 2,5 time ugentligt. Under forløbet får du nogle strategier, der kan hjælpe dig med at din depression ikke kommer til at fylde for meget i din hverdag.

Læs mere: [Center for Mental Sundhed \(kk.dk\)](#)

Tilbud til dig med KOL

Københavns Kommune tilbyder støtte, vejledning og inspiration til at håndtere livet med KOL. Du får mulighed for at møde andre med samme sygdom og udveksle erfaringer.

Læs mere: [Center for KOL \(kk.dk\)](#)

Tilbud til dig med diabetes og dig med hjertesygdom

Et tilbud om støtte, vejledning og inspiration til at håndtere livet med din sygdom, hvad enten du har type2 diabetes eller hjertesygdom. Du får også mulighed for at møde andre med samme sygdom og udveksle erfaringer.

Læs mere: [Center for Diabetes og Hjertesygdomme \(kk.dk\)](#)

Tilbud til dig, der har kræft

Tilbuddet indeholder støtte, aktiviteter og rådgivning til dig og dine pårørende. Du får også mulighed for at møde andre, der lever med kræft og udveksle erfaringer.

Læs mere: [Center for Kræft og Sundhed \(kk.dk\)](#)

Tilbud til dig med demens

Har du demens eller symptomer på demens, har Københavns Kommune en række tilbud til dig og dine pårørende. Det kan være råd og vejledning i forhold til at leve med en demenssygdom, pårørendegrupper, netværk, aktivitetstilbud og boliger.

Læs mere: [Center for Demens \(kk.dk\)](#)



Hjælp til at stoppe med at ryge

Der findes en bred vifte af gratis tilbud, hvis du gerne vil have hjælp til at stoppe med at ryge. Fx rygestopkurser, telefonrådgivning og online støtte.

Læs mere: [Rygestoptilbud i Københavns Kommune \(kk.dk\)](#)

Hjælp til at ændre dit forbrug af alkohol og/eller stoffer

Rusmiddelbehandling København tilbyder gratis, anonym og professionel alkohol- og stofbehandling, hvis du ønsker at ændre dine alkohol- eller stofvaner eller er tæt på én, hvor alkohol eller stoffer fylder for meget. Du har mulighed for at komme til en uforpligtende anonym samtale med en professionel rådgiver.

Du kan møde op uden henvisning i en af enhederne. Du er også velkommen til at ringe på og få en uforpligtende anonym rådgivningssamtale. Du kan starte i behandling allerede samme eller følgende dag ved personligt fremmøde.

Her søger du om misbrugsbehandling

Rusmiddelbehandling
Hørsholmsgade 20
2200 Kbh. N
Telefon: 3317 8040

Rusmiddelbehandling
Nyropsgade 7, 2. sal
1602 Kbh. V
Telefon: 3317 3316

Rusmiddelbehandling
Spaniensgade 25
2300 Kbh. S
Telefon: 3317 8600

Læs mere: [Rusmiddelbehandling København \(kk.dk\)](#)
Telefon: 7021 0220

Telefonrådgivning til dig, der drikker eller til dine pårørende

Alkohollinjen tilbyder anonym rådgivning til dig, der drikker for meget, og dine pårørende. Få rådgivning om alkohol og hjælp til at ændre dine alkoholvaner.

Alkohollinjen
Telefon 8020 0500
Læs mere: [alkohologsamfund.dk](#)

Tilbud og støtte til pårørende

Som pårørende spiller du en meget vigtig rolle, både som støtte for din nære og på grund af din store viden om din nære. Det kan dog være svært at være pårørende til et menneske med alvorlig og/eller langvarig sygdom. Københavns Kommune har derfor fokus på at inddrage og støtte dig som pårørende.

Råd og vejledning til dig, som pårørende
Pårørendevejlederne tilbyder rådgivning og støtte til dig, som er pårørende til københavnere med sociale udfordringer, der bor i eget hjem, plejebolig eller på et midlertidigt døgnophold. Vi kan blandt andet støtte dig i den svære rolle som pårørende og vejlede dig i at finde vej i kommunens øvrige tilbud.

Når du kontakter en pårørendevejleder, har du mulighed for at tale i et fortroligt rum. Du har også mulighed for at være anonym. Du kan kontakte en pårørendevejleder for en uforpligtende samtale ved at ringe til Pårørendelinjen.

Pårørendekursus
Vi tilbyder et kursus til dig, der skal tackle en hverdag som pårørende. Kurset kan hjælpe dig til at passe bedre på dig selv. Samtidig giver kurset mulighed for at møde andre pårørende i samme situation. De instruktører, som underviser på kurset, er også selv pårørende.

På kurset introduceres du for redskaber, som du kan bruge håndtere fx dårlig samvittighed, manglende overskud, træthed og isolation.

Kurset er for alle pårørende over 18 år, der har en nærtstående, der lever med langvarig sygdom, uanset hvilken diagnose eller relation, der er gældende i din rolle som pårørende.

Hjælp til pårørende til borgere med specifikke diagnoser
Ud over de generelle tilbud til pårørende til borgere med alvorlig og/eller langvarig sygdom tilbyder Københavns Kommune også en række tilbud målrettet pårørende til borgere med specifikke diagnoser som demens, kræft, diabetes eller hjerneskade.

Demens
Som pårørende til et menneske, der er ramt af demens, har du mulighed for at få støtte og rådgivning hos Center for Demens. Her har du mulighed for at få undervisning om demens, deltage i pårørendegrupper og netværk, komme på højskoleophold samt at få individuel rådgivning.

Læs mere: Center for Demens (kk.dk)

Kræft
Center for Kræft og Sundhed København tilbyder råd og vejledning til dig, som er pårørende til et menneske med en kræftsygdom. Her kan du få viden om sygdom, behandling og senfølger såvel som følelsesmæssige reaktioner forbundet med alvorlig sygdom. Centret har også en række gruppetilbud, hvor du som pårørende kan mødes med andre i samme situation.

Læs mere: Center for Kræft og Sundhed (kk.dk)

Diabetes og hjertesygdom
Center for Diabetes og Hjerte – Kbh tilbyder undervisning i at håndtere livet med diabetes. Som pårørende er du altid velkommen til at deltage i undervisningen og i de individuelle samtaler i centret.

Læs mere: Center for Diabetes og Hjertesygdomme (kk.dk)

Hjerneskade
Som pårørende til et menneske med hjerneskade er det muligt at deltage i et pårørendekursus med flere moduler, både på Center for Neurorehabilitering – Kbh og på Center for Specialundervisning for Voksne.

Læs mere: Hjerneskadekoordinationen (kk.dk)

Afløsning
Hvis du har pårørende, som hjælper og støtter dig med opgaver i hjemmet, uden at de får løn for det, er der mulighed for, at dine pårørende kan blive afløst i de konkrete pasningsopgaver, de varetager. Afløsning i hjemmet er uden beregning, og det vil almindeligvis være hjemmeplejen, der kommer som afløsning i dit hjem.

Her tilmelder du dig pårørendekursus

Telefon: 5164 9030
Læs mere: Tilbud og støtte til pårørende (kk.dk)

Her søger du hjælp til afløsning

Hjemmeplejevisitationen i Borgercenter Voksne

Telefon: 3317 3000
E-mail: Digital Post på borger.dk

Pårørendelinjen

Telefon 5164 9030
Telefontid: Kl. 8-15

Læs mere: Tilbud og støtte til pårørende (kk.dk)

Tandpleje

Du kan få tandpleje på en af Københavns Kommunes handicapvenlige tandklinikker, hvis du af fysiske eller psykiske årsager ikke er i stand til at komme på en almindelig tandlægeklinik. Du kan også få undervisning i, hvordan mund, tænder og protese plejes korrekt. Der kan om nødvendigt tilbydes tandpleje i dit eget hjem, dog med begrænsninger omkring tilbuddets indhold.

Omsorgstandpleje

Københavns Kommune tilbyder omsorgstandpleje på en handicapvenlig tandklinik eller i dit hjem, hvis du af fysiske eller psykiske grunde ikke er i stand til at komme på en almindelig tandlægeklinik. Du skal betale et årligt beløb for at være tilmeldt Omsorgstandplejen. Derefter betaler du ikke for behandlingerne. Når du er tilmeldt Omsorgstandplejen, kan du ikke samtidig få tilskud til tandbehandling fra den offentlige sygesikring til behandlinger hos almindelige tandlæger.

Du skal være opmærksom på, at udbuddet af behandlinger i Omsorgstandplejen, er begrænset.

Omsorgstandpleje omfatter:

- Tandrensning
- Mindre tandfyldninger
- Protsekorrektioner
- Tandproteser
- Smertestillende tandbehandling

Skal behandlingen foregå i dit eget hjem, tilbyder vi primært:

- Udredende besøg
- Forbyggende tandpleje
- Protesebehandling
- Mindre nødbehandlinger

Omsorgstandplejen tilbyder også rådgivning om mulighederne for tilskud til tandlægebehandling hos almindelige tandlæger.

Transport

Hvis du får tilbud om behandling på en af vores klinikker, bliver kørslen betalt af Omsorgstandplejen. Der er derfor ikke yderligere udgifter for dig.

Specialtandpleje

Københavns Kommune tilbyder tandpleje på klinik, hvis du fx er udviklingshæmmet eller har en psykiatrisk lidelse og derfor ikke er i stand til at benytte en almen praktiserende tandlæge. Dette tilbud hedder specialtandpleje og tilbydes altid på handicapvenlige klinikker. Du skal betale for at være tilmeldt Specialtandplejen. Specialtandplejen tilbyder alle former for tandbehandling - også behandling i fuld bedøvelse.

Når du er tilmeldt specialtandplejen, kan du ikke samtidig få tilskud til tandbehandling fra den offentlige sygesikring. Som borger er der forskellige muligheder for tilskud til tandlægebehandling. Hos Voksantandplejen kan du få rådgivning om mulighederne for tilskud til tandlægebehandling.

Hvis du er i tvivl om, hvor du skal søge om tandpleje, kan du altid kontakte Hjemmeplejevisitationen.

Hjemmeplejevisitationen i
Borgercenter Voksne.

Telefon: 3317 3000

E-mail: Digital Post på borger.dk

Her søger du om tandpleje

Omsorgstandpleje
Kontakt borgerindgang
- Råd og Vejledning.
Telefon: 3366 3366
Læs mere: [Voksantandplejen \(kk.dk\)](http://Voksantandplejen(kk.dk))
E-mail: Digital Post på borger.dk
Pris: 570 kroner pr. år.

Her søger du om specialtandpleje

Voksantandplejen
Telefon: 33 17 57 80
Læs mere: [Voksantandplejen \(kk.dk\)](http://Voksantandplejen(kk.dk))
Pris: Max. 2130 kroner årligt



Borgerservice

Borgerservice hjælper med at svare på spørgsmål om pas, kørekort, adresse, sygesikring, lægeskift, pension og meget mere.

Undgå køen hos Borgerservice

Du skal bestille tid til at få hjælp i Borgerservice med fx at bestille pas, nyt kørekort eller andre

ting. Når du bestiller tid i Borgerservice, kan du selv vælge det tidspunkt på dagen inden for almindelig åbningstid, hvor du ønsker at få hjælp.

Telefon: 3366 3366
Læs mere: [Borgerservice \(kk.dk\)](#)

Borgerservice Indre By Nyropsgade 7 1602 København V Åbningstider: Mandag 9-17 Tirsdag 11-16 Onsdag 10-15 Torsdag 10-18 Fredag 8-14 Lørdag 9-15 Søndag Lukket	Borgerservice Sundby Bibliotek Kvarterhuset Jemtelandsgade 3 2300 København S Åbningstider: Mandag 9-17 Tirsdag 11-16 Onsdag 10-15 Torsdag 10-18 Fredag 8-14 Lørdag Lukket Søndag Lukket	Borgerservice Øbro Jagtvej Bibliotek Jagtvej 227 2100 København Ø Åbningstider: Mandag 9-17 Tirsdag 11-16 Onsdag 10-15 Torsdag 10-18 F redag Lukket Lørdag Lukket Søndag Lukket	Borgerservice Biblioteket Rentemestervej Rentemestervej 76 2400 København NV Åbningstider: Mandag 9-17 Tirsdag 11-16 Onsdag 10-15 Torsdag 10-18 Fredag 8-14 Lørdag Lukket Søndag Lukket
Borgerservice Valby Gammel Køge Landevej 43 2500 Valby Åbningstider: Mandag 9-17 Tirsdag 11-16 Onsdag 10-15 Torsdag 10-18 Fredag 8-14 Lørdag Lukket Søndag Lukket	Borgerservice Brønshøj Bibliotek Krabbesholmvej 3 2700 Brønshøj Åbningstider: Mandag 9-17 Tirsdag 11-16 Onsdag 10-15 Torsdag 10-18 Fredag Lukket Lørdag Lukket Søndag Lukket	Borgerservice Kulturstationen Vanløse Jernbane Allé 38 2720 Vanløse Åbningstider: Frøde Jakobsens Plads 4, 1. sal 2720 København Mandag 9-17 Tirsdag 11-16 Onsdag 10-15 Torsdag 10-18 Fredag Lukket Lørdag Lukket Søndag Lukket	

IT og digital kontakt med det offentlige

Hvis du ønsker at modtage din digitale post fra det offentlige, skal du have en digital postkasse.

Vi opfordrer dig altid til at kontakte Københavns Kommune via sikker e-mail. Derfor finder du i denne kvalitetstandard flere links, hvor du herigennem kan skrive til os sikkert. Af samme grund kontakter vi også dig via digital post. Læs mere om sikker post og kommunikation med kommunen på [Digital post \(kk.dk\)](#)

Sådan opretter du en digital postkasse

Du opretter en digital postkasse på borger.dk. Når du har oprettet din digitale postkasse, skal du tjekke, om der er post i den, ligesom du gør med din fysiske postkasse.

Hvis du gerne vil have hjælp til oprettelse af den digitale postkasse, MitID eller andet, findes der forskellige muligheder for hjælp:

- Borgerservice kan hjælpe dig med digital selvbetjening
- Københavns Kommune kan hjælpe dig med de digitale tjenester

[Læs mere her: Digital borger \(kk.dk\)](#)

Sådan bliver du fritaget fra digital post

Du kan blive fritaget fra at modtage digital post fra det offentlige, hvis du:

- ikke har adgang til en computer med tilstrækkelig internetforbindelse i dit hjem eller opholdssted
- har en fysisk eller kognitiv funktionsnedsættelse, som hindrer dig i at modtage post digitalt
- er registreret som udrejst af Danmark
- er blevet hjemløs
- har sproglige vanskeligheder
- har praktiske vanskeligheder ved at skaffe NemID

Hvis du ønsker at søge om fritagelse fra at modtage digital post fra det offentlige, skal du henvende dig til Borgerservice.

Praktiske informationer

I dette kapitel kan du læse mere om en række praktiske informationer herunder tidsfrister for opstart af hjælpen, rammerne for afbud og aflysninger samt, hvordan du skal forholde dig til, at dit hjem bliver en arbejdsplads for medarbejdere i hjemmeplejen, når du modtager hjælp i eget hjem.

Sagsbehandlingsfrister

Nedenfor kan du se sagsbehandlingstiderne, og hvornår du kan forvente, at indsatsen bliver sat i gang. Sagsbehandlingstiden kan variere alt efter, hvilket tilbud du søger om at få.

Indsats og lovgivning	Sagsbehandlingsfrist	Opstart af indsats/iværksættelse af afgørelse efter indsats
Praktisk hjælp Lov om social service § 83	Inden for 10 hverdage	- Hjælpen startes op senest syv døgn efter, at leverandøren har modtaget besked fra hjemmeplejevisitationen - Ved indkøbsordning kan hjælpen iværksættes inden for en uge - Ved rengøring og tøjvask opstartes hjælpen senest 14 dage efter, at leverandøren er blevet orienteret - Hvis det er nødvendigt, ydes hjælpen straks
Personlig pleje Lov om social service § 83	Inden for 10 hverdage	- Hjælpen startes op ét til to døgn efter, at leverandøren har modtaget besked fra hjemmeplejevisitationen - Ved akut behov for hjælp til personlig pleje får du hjælpen straks - Ved tildeling af mindre omfattende personlig hjælp, fx bevilling af et ugentligt bad, vil hjælpen blive iværksat inden for en uge
Madservice Lov om social service § 83	Inden for 10 hverdage	Hjælpen startes op ét til to døgn efter, at leverandøren har modtaget besked fra hjemmeplejevisitationen

Indsats og lovgivning	Sagsbehandlingsfrist	Opstart af indsats/iværksættelse af afgørelse efter indsats
Rehabiliteringsforløb Lov om social service § 83a	Inden for 10 hverdage	- Rehabiliteringsforløbet bliver igangsat efter aftale med en medarbejder. Besøg fra medarbejderen vil finde sted inden for 14 dage efter afgørelsen - Som en del af forløbet tilbydes du støtte til at få dækket de opgaver, som du ikke selv kan varetage. Ved akut behov for hjælp sættes hjælpen i gang straks
Genoptræning Lov om social service § 86	Inden for 10 hverdage Ved anvendelse af eksternt terapeut, kan fristen være længere	Genoptræning vil blive igangsat umiddelbart efter første besøg af træningspersonale (besøget vil normalt finde sted inden for 7 dage fra afgørelsestidspunktet)
Vedligeholdende træning Lov om social service § 86	Inden for 10 hverdage Ved anvendelse af eksternt terapeut, kan fristen være længere	Vedligeholdende træning igangsættes inden for syv dage fra afgørelsestidspunktet
Personlige hjælpemidler Lov om social service § 112	Inden for 20 hverdage Ved udskiftning af eksterenderende hjælpemiddel er sagsbehandlingstiden 10 hverdage	
Tekniske hjælpemidler og forbrugsgoder Lov om social service §§ 112 og 113	Inden for 40 hverdage Ved større boligændringssager er sagsbehandlingsfristen 80 hverdage.	
Hjemmevejledning Lov om social service § 85	Inden for 30 hverdage	
Støttekontaktperson Lov om social service § 99	Inden for 5 hverdage	
Afløsning Lov om social service § 84	Inden for 10 hverdage	Hvis det er nødvendigt, ydes hjælpen straks
Aflastning Lov om social service § 84	Inden for 10 hverdage	Hvis det er nødvendigt, ydes hjælpen straks

Indsats og lovgivning	Sagsbehandlingsfrist	Opstart af indsats/iværksættelse af afgørelse efter indsats
Ledsagelse Lov om social service § 97	Inden for 20 hverdage	
Midlertidigt ophold Lov om social service §§ 107 og 108	Inden for 30 hverdage	- Hvis det er nødvendigt, ydes hjælpen straks
Selvudpeget hjælper Lov om social service § 94	Inden for 20 hverdage	
Kontant tilskud Lov om social service § 95	Inden for 40 hverdage	
BPA Lov om social service § 96	Inden for 50 hverdage 30 hverdage for genansøgninger	
Merudgifter tilvoksne Lov om social service § 100	Inden for 50 hverdage	
Voksentandpleje Sundhedsloven § 131	Inden for 10 hverdage	
Pasning af nærtstående Lov om social service § 118	Behandles hurtigst muligt. Det gælder især de sager, hvor behandlingen af sagen ikke kan udsættes, uden at formålet med ansøgningen forpasses	- Straks efter modtaget afgørelse
Pasning af døende Lov om social service § 119	Inden for 3 hverdage	- Straks efter modtaget afgørelse
Handicapkørsel Lov om trafikselskaber § 11	Inden for 10 hverdage	- Straks efter modtaget afgørelse

Læs mere: Sagsbehandlingsfrister i Socialforvaltningen (kk.dk)

Frit valg af leverandør

Når du modtager hjælp i hjemmet i Københavns Kommune, har du frit valg blandt de leverandører, som kommunen har godkendt til at levere indsatsen. Du kan både vælge mellem en kommunal leverandør eller en privat leverandør i forbindelse med nogle af vores tilbud.

Hvornår har du ikke frit valg af leverandør

Frit valg af leverandør gælder ikke genoptræning, vedligeholdende træning og visse dele af rehabiliteringsforløb. Din visitator vil vejlede dig om mulighederne i dit konkrete tilfælde. Nedenfor kan du læse om dine muligheder for valg af leverandør samt forskellige måder at få leveret din hjemmehjælp på.

Kommunal leverandør

Den kommunale leverandør af hjemmehjælp i Københavns Kommune leverer rehabilitering, praktisk hjælp, personlig pleje samt afløsning i hjemmet. Der findes to afdelinger, der dækker hele byen. Det drejer sig om Center for Hjemme- og Sygepleje Syd og Center for Hjemme- og Sygepleje Nord. Du kan læse mere om centrene i oversigten bagerst i kvalitetsstandarden.

Private leverandører

Socialforvaltningen har indgået kontrakt med to private leverandører af hjemmehjælp, som leverer rehabilitering, praktisk hjælp og personlig pleje. De private leverandører er Attendo og Hjemmehjælpen A/S. Du kan læse mere om centrene i oversigten bagerst i kvalitetsstandarden.

Selvudpeget hjælper

Du har mulighed for selv at udpege en eller flere personer til at udføre hjemmehjælpen, som fx en pårørende eller en ven. Din selvudpegede hjælper bliver indkaldt til en samtale hos hjemmeplejevisitationen i Borgercenter Voksne. Samtalen har fokus på uddannelse, erfaring, tilknytning til dig, håndtering af rollen som hjælper samt opgavens indhold og omfang.

Det er hjemmeplejevisitationen, som tager stilling til, hvorvidt en person kan godkendes som selvudpeget hjælper.

Der gælder følgende regler for en selvudpeget hjælper:

- Den selvudpegede hjælper skal være fyldt 18 år
- Den selvudpegede hjælper skal have opholds- og arbejdstilladelse i Danmark
- Den selvudpegede hjælper skal fremsende straffeattest og i nogle tilfælde en børneattest
- Den selvudpegede hjælper skal kunne levere hjælpen på betryggende vis
- Den selvudpegede hjælper skal følge Københavns Kommunens retningslinjer i forhold til arbejdsmiljøet
- Den selvudpegede hjælper skal kunne forstå dansk
- Den selvudpegede hjælper skal tjekke e-boks løbende hver måned under ansættelsen

For mere information om selvudpeget hjælper, kontakt:

Hjemmeplejevisitationen i
Borgercenter Voksne
Telefon: 3317 3000

Servicetelefonen

Har du spørgsmål uden for hjemmeplejevisitationens åbningstid, så kan du ringe til servicetelefonen.
Telefon: 3317 8989
Læs mere: [Den Sociale Hjemmepleje \(kk.dk\)](#)

Kontant tilskud

Hvis du har betydelig og varig nedsat fysisk eller psykisk funktionsevne og et behov for personlig og praktisk hjælp i mere end 20 timer ugentligt, kan du vælge at få udbetalt et kontant tilskud til betaling af hjemmehjælpere. Det er endvidere en betingelse for ordningen, at du kan være arbejdsleder for de ansatte. At være arbejdsleder betyder, at du blandt andet skal stå for arbejdsplanlægning og være med til at ansætte de personer, som skal levere hjælpen.

Borgerstyret Personlig Assistance

Hvis du har et massivt og komplekst plejebehov, og hvis dit behov ikke kan dækkes af almindelig hjemmehjælp, kan du søge ordningen Borgerstyret Personlig Assistance (BPA), som bevilges af Borgercenter Handicap. Det forudsættes dog, at du kan klare opgaven som daglig arbejdsleder, og arbejdslederansvaret kan ikke overdrages til andre.

Her søger du om kontant tilskud

Hjemmeplejevisitationen i
Borgercenter Voksne

Telefon: 3317 3000
E-mail: Digital Post på borger.dk

Her søger du om Borgerstyret
Personlig Assistance

Borgercenter Handicap

Telefon: 3317 8800
Læs mere: [Borgerstyret personlig
assistance \(BPA\) \(kk.dk\)](https://borgerstyret.personligassistance(BPA)(kk.dk))

Hjemmet som arbejdsplads

Når du får praktisk hjælp såvel som personlig pleje, er dit hjem medarbejderens arbejdsplads og omfattet af arbejdsmiljøloven. For at forebygge, at medarbejderen får arbejdsskader, stiller Københavns Kommune derfor nogle krav til forhold omkring kæledyr og rygning.

Inden hjælpen påbegyndes, gennemgår vi dit hjem i forhold til, om det lever op til retningslinjerne for et godt arbejdsmiljø. Det kan være nødvendigt fx at flytte rundt på møblerne, fjerne løse gulvtæpper eller installere arbejdsredskaber i dit hjem, før du kan få hjælp og støtte. Hvis der er problemer i forhold til arbejdsmiljøet, vil du blive inddraget i løsningen.

I vurderingen af et godt arbejdsmiljø indgår overvejelser omkring:

- Indeklima
- Elektriske installationer og apparater
- Lysforhold
- Gulvtæpper
- Pladsforhold/møblering
- Arbejdsredskaber
- Hjælpemidler
- Rengøringsmidler

Rygning og husdyr

Det er ifølge rygeloven forbudt at ryge på arbejdspladser. Det betyder, at det er en forudsætning for at få hjælp i hjemmet, at der ikke ryges i hjemmet i det tidsrum, hvor medarbejderen opholder sig i din bolig. Du kan blive bedt om at lufte ud i forbindelse med besøg af din hjemmehjælper eller visitator. Har du husdyr, skal du sørge for at have dem i bur eller i et andet rum, end hvor hjemmehjælpen arbejder.

Hvis der opstår problemer i forhold til arbejdsmiljøet, vil vi sammen finde en løsning. Du vil



modtage en folder om arbejdsmiljø, når du visiteres til rehabilitering eller hjælp i hjemmet.

Læs mere: Den Sociale Hjemmepleje

Du kan få fleksibel hjemmehjælp

Du har ret til at bytte en indsats, du er visiteret til, med en anden hjemmehjælpsindsats efter reglerne om frit valg. Du kan således bytte din støvsugning ud med fx en gåtur. Du kan dog kun bytte dine indsatser, hvis hjemmehjælpen finder det fagligt forsvarligt at bytte, og den nye indsats holdes inden for tidsrammen for den oprindelige indsats. Hvis du ønsker at bytte en indsats inden for personlig pleje med en indsats inden for praktisk hjælp, kræver det, at du er visiteret til begge typer indsatser. Hvis du gentagne gan-

ge bytter din hjælp til en anden indsats, indgår dette i de fremtidige vurderinger af dit behov for hjælp i hjemmet og sammensætningen af den hjælp, du modtager.

Ændringer i din hjælp

Hvis du ønsker at skifte leverandør

Du har altid mulighed for at skifte leverandør af hjemmehjælpen. Hvis du ønsker at skifte leverandør, skal du henvende dig til hjemmeplejevisitationen i Borgercenter Voksne. Selve skiftet kan tidligst finde sted to uger efter din henvendelse.

Hvis du ønsker at ændre indholdet i dine indsatser

Hvis du ønsker at ændre indholdet i din hjemmehjælp, skal du kontakte hjemmeplejevisitationen



i Borgercenter Voksne, hvorefter en visitator vil vurdere, om der er grundlag for en ændring.

Du har pligt til at meddele hjemmeplejevisitationen, hvis der sker ændringer i dine behov for hjemmehjælp, herunder husstandens muligheder for at hjælpe til.

Afbud og aflysninger

Når leverandøren aflyser et besøg

En leverandør må ikke aflyse en aftale om personlig pleje. Hvis en leverandør aflyser en aftale om praktisk hjælp, er leverandøren forpligtet til om morgenen på den planlagte besøgsdag at tilbyde et erstatningsbesøg inden for fem hverdage.

Når du har brug for at aflyse et besøg

Det er vigtigt, at du giver leverandøren af din hjemmehjælp besked om ændringer, som har betydning for planlægning af din hjemmehjælp. Fx i de tilfælde hvor du ikke er hjemme, eller når du er

på ferie. Du skal give besked senest 24 timer forinden det aftalte besøg, hvis du ikke er hjemme.

Kommunen giver ikke erstatningsbesøg, hvis du ikke er hjemme til et aftalt besøg. Kommunens medarbejdere må kun gå ind i dit hjem, hvis der er tale om en åbenlys nødsituation. Din leverandør har dog pligt til at finde ud af, om der er sket dig noget, hvis ikke du lukker op som aftalt.

Hvis leverandøren har begrundet mistanke om, at du er i hjemmet og du er i nød, kan politiet blive bedt om hjælp fra en låsesmed til at skaffe sig adgang til din bolig. Har du glemt at give besked om, at du ikke er hjemme, er du forpligtet til at betale eventuelle udgifter til en låsesmed.

Tilskud og bevillinger

I Københavns Kommune har du og dine pårørende mulighed for at søge en række tilskud og bevillinger.

Plejevederlag og pasningsorlov

Er du uhelbredeligt syg og døende, og ønsker du at dø hjemme, har dine pårørende mulighed for at søge om plejevederlag, hvis de tager plejeorlov for at passe dig.

Plejevederlaget til pårørende beregnes på baggrund af dine pårørendes indtægtsforhold/ret til sygedagpenge og udgør pr. 1. januar 2023 en maksimal ugepris på 6825 kroner.

Udbetaler en arbejdsgiver fuld løn under plejeforholdet, er det arbejdsgiveren, som bliver berettiget til at modtage "plejevederlaget", når det er beregnet på baggrund af retten til sygedagpenge.

Pårørende kan vælge i stedet at få udbetalt plejevederlaget som et basisbeløb. Fx hvis de finder det mere fordelagtigt, eller hvis de ikke er berettiget til sygedagpenge. Basisbeløbet pr. 1. januar 2023 udgør 17086 kroner pr. måned.

Udføres plejeforholdet ikke i fuldt omfang, kan plejevederlaget nedsættes forholdsmæssigt.

Det er en læge, der sammen med en visitator i Sundheds- og Omsorgsforvaltningen vurderer, om betingelserne for udbetaling af plejevederlag er opfyldt. Under plejeforløbet er det samtidig muligt at få den nødvendige hjælp fra fx hjemmeplejen og hjemmesygeplejen.

Læs mere: Plejevederlag (kk.dk)

Pasning af nærtstående

Er du handicappet eller alvorligt syg, og har du behov for omfattende hjælp og pleje, kan en pårørende ansøge om at blive ansat af kommunen til at passe dig hjemme i en afgrænset periode. Den pårørende skal undersøge med sin arbejdsplads om de har ret til orlov i perioden.

Formålet med en sådan ordning kan være at varetage pleje- og omsorgsopgaver over for en nært-

stående, som har et omfang, som ikke kan forenes med et erhvervsarbejde. Den, der skal passe den nærtstående, kan blive ansat med løn i op til seks måneder. Perioden kan, hvis særlige forhold taler for det, forlænges i yderligere tre måneder. Pasningsperioden kan opdeles i flere perioder af minimum én måneds varighed. Ansættelsen kan også deles af flere personer. Hvis flere deler ansættelsen, skal de også dele lønnen.

Det er en betingelse for ansættelse, at din pårørende i forvejen har tilknytning til arbejdsmarkedet.

Handicapørsel

Hvis du er svært bevægelseshæmmet eller har et omfattende synshandicap og derfor ikke kan benytte offentlige transportmidler, kan du søge om bevilling af handicapørsel.

Ordningen Movia Flexhandicap giver dig ret til 104 ture årligt og kan anvendes til alle fritidsformål. Du kan søge om op til 20 ekstra ture om året, hvis du har behov ud over de 104 ture.

Læs mere: Flexhandicap (moviatrafik.dk)

Her søger du om hjælp til pasning af nærtstående

Borgercenter Handicap

Telefon: 3317 8800

Læs mere: Orlov til nære pårørende med handicap eller alvorlig sygdom (kk.dk)

Boligstøtte

Hvis du bor til leje i en bolig med eget køkken, kan du måske få boligstøtte. Du skal bo i boligen hele året. Boligstøtte er et tilskud til huslejen. Er du folke- eller førtidspensionist, kan du også søge boligstøtte til en ejer- eller andelsbolig. Det er Udbetaling Danmark, der udbetaler boligstøtte til dig. Derfor er det Udbetaling Danmark, og ikke din kommune, du skal kontakte, hvis du har spørgsmål om boligstøtte. Det er dog fortsat din kommune, du skal kontakte, hvis du ønsker at søge om et lån til indskud i din nye almene bolig.

Læs mere: Boligstøtte (borger.dk)

Særlig støtte til høje boligudgifter

Særlig støtte til høje boligudgifter er for dig, som har været ude for en social begivenhed fx arbejdsløshed, sygdom eller skilsmisse, som betyder, at du er vanskeligt stillet på grund af høje boligudgifter eller en stor forsørgerbyrde.

Du kan søge om særlig støtte til høje boligudgifter, hvis du:

- Har høje boligudgifter eller stor forsørgerbyrde
- Har været ude for ændringer i dine forhold, der har medført et indtægtstab (en social begivenhed). En social begivenhed kan fx være arbejdsløshed, sygdom, ophør af samliv eller andre situationer, hvor du ikke er i stand til at klare dine almindelige økonomiske forpligtelser

Du skal være opmærksom på, at retten til særlig støtte til høje boligudgifter også afhænger af bl.a. dine formue- og indtægtsforhold. Hvis du er gift, og din ægtefælle har en indtægt, har dette også betydning.

Læs mere: Særlig støtte til højere boligudgifter (kk.dk)

Plejetestamente

Hvis du bliver ramt af demens eller anden sygdom, kan der komme et tidspunkt, hvor andre bliver nødt til at tage stilling til helt almindelige hverdagsting for dig, som fx hvilket tøj du skal have på og hvilke

interesser, der er vigtige for dig at bevare. I sådan en situation kan det være en tryghed for både dig, dine pårørende og de medarbejdere, der kommer hos dig, hvis du har givet udtryk for din ønsker til pleje og omsorg i et plejetestamente forinden.

Det er vigtigt, at dine ønsker til pleje og omsorg bliver respekteret. Derfor bør du huske at informere hjemmeplejevisitationen i Borgercenter Voksne, hvis du har lavet et plejetestamente. Du kan få mere information om oprettelse af plejetestamenter ved at henvende dig til Københavns Borgerservice.

Læs mere: Plejetestamente (kk.dk)

Brugerråd

Den Sociale Hjemmepleje har et brugerråd tilknyttet, som er sammensat af brugerrepræsentanter fra handicap-, psykiatri- og misbrugsområdets organisationer samt ledelses- og medarbejderrepræsentanter fra kommunens hjemmepleje og de private leverandører.

Formålet er at sikre brugerne en rådgivende rolle i forhold til hjemmeplejens daglige såvel som fremadrettede virke og således styrke en løbende dialog mellem bruger og hjemmepleje.

Brugerrådet er et kommunalt nedsat råd i Borgercenter Voksne under Socialforvaltningen. Rådet blev nedsat i 2008 og er rådgivende i forhold til overordnede og generelle problemstillinger, som er knyttet til hjemmeplejens aktiviteter.

Formand Poul Brorson
Dansk Handicap Forbund
Voldboligerne 4 st. mf.
1426 København K
Telefon: 6046 5002

Læs mere: Den Sociale Hjemmeplejes brugerråd (kk.dk)

Behandling af personoplysninger

Københavns Kommune er ansvarlig for behandlingen af de personoplysninger, som du deler med os, eller som kommunen modtager om dig fra andre instanser. I den forbindelse har du en række rettigheder, der skal sikre, at der er åbenhed om, hvordan vi behandler dine personoplysninger.

Du har ret til oplysning

Du har ret til at blive oplyst, når Københavns Kommune behandler personoplysninger om dig. Du har ret til at få oplyst formålet med behandlingen samt andre informationer, der kan give dig et overblik over, hvad kommunen anvender dine personoplysninger til.

Du har ret til indsigt

Du har ret til at få indsigt i de personoplysninger, der behandles i Københavns Kommune om dig.

Læs mere: Aktindsigt (kk.dk)

Du har ret til berigtigelse af dine informationer

Du har ret til at få ændret personoplysninger om dig, som ikke er rigtige eller er mangelfulde. I de tilfælde skal du kontakte forvaltningerne direkte.

Læs mere: Københavns Kommunes hjemmeside

Du har ret til sletning

Du har som udgangspunkt ret til at få slettet dine personoplysninger, hvis én af en række betingelser, der nævnes i databeskyttelsesforordningen, er opfyldt.

Du har ret til indsigelse

Du har ret til at bede Københavns Kommune dokumentere, at kommunens behov for at behandle oplysninger om dig vejer tungere end din retstilling som borger/registreret, hvis kommunens grundlag for at behandle oplysningerne alene er begrundet i samfundets interesse. I de tilfælde skal du kontakte Socialforvaltningen direkte.

Læs mere: Københavns Kommunes hjemmeside

Sådan klager du

Hvis du ønsker at klage, bør du i første omgang henvende dig dér, hvor din sag behandles, eller hvor opgaven normalt udføres.

Alle kan klage

Alle kan kontakte kommunen, hvis der er forhold, er oplever som utilfredsstillende. I nogle tilfælde sætter lovgivningen rammer for, hvem der er berettiget til at klage og fx få en klage behandlet i Ankestyrelsen. Der kan derfor være situationer, hvor kommunen vil bede om en fuldmagt fra dig, hvis fx en pårørende klager på dine vegne.

Du har ret til at klage over en afgørelse eller sagsbehandlingen

Hvis du er uenig i en afgørelse om træning eller hjemmehjælp, kan du klage til hjemmeplejevisitationen i Borgercenter Voksne, som vil revurdere din sag. Hvis hjemmeplejevisitationen fastholder afgørelsen, sendes din klage og sagens akter videre til Ankestyrelsen, som kan fastholde, ændre eller hjemvise afgørelsen, hvilket betyder at sagen bliver sendt tilbage til kommunen til fornyet behandling. Til alle afgørelser, du modtager fra hjemmeplejevisitationen, er vedlagt en klagevejledning, der nærmere forklarer, hvad du skal gøre for at klage over en afgørelse.

Her klager du:

Hjemmeplejevisitationen i
Borgercenter Voksne

Telefon: 3317 3000

E-mail: Digital Post på borger.dk

Klagefrist

Hvis du ønsker at klage over en afgørelse, skal det ske inden midnat senest fire uger efter du har modtaget afgørelsen.

Klage over udførelse af opgaver eller personale

Hvis du er utilfreds med udførelsen af en opgave i dit hjem eller en leverandørs personale, skal du kontakte den pågældende leverandør af hjemmehjælp eller hjemmeplejevisitationen i Borgercenter Voksne. Du har også mulighed for at klage over denne type sager til Københavns Kommunes Borgerrådgiver. Du finder kontaktoplysninger på leverandører under afsnittet "Valg af leverandør". Du finder kontaktoplysninger til Borgerrådgiveren i det følgende afsnit "Klage oversagsbehandling og adfærd".

Klage over sagsbehandling og adfærd

Du har mulighed for at klage over kommunens sagsbehandling, personalets adfærd og udførelsen af praktiske opgaver til Københavns Kommunes Borgerrådgiver, som også tager sig af sager om diskrimination.

Københavns Kommune Borgerrådgiver
Vester Voldgade 2A
1552 København V
Telefon: 3366 1400

Læs mere: Borgerrådgiveren (kk.dk)

Klage over sagsbehandlingen, personalets adfærd og udførelsen af praktiske opgaver kan også rettes til socialborgmesteren.

E-mail: Karina Vestergård Madsen
[Socialborgmester \(kk.dk\)](mailto:Socialborgmester (kk.dk))



Du kan rapportere utilsigtede hændelser til Dansk Patient Sikkerheds Database her:

[Styrelsen for Patientsikkerhed - Utilsigtede hændelser](#)

Utilsigtede hændelser

Hvis du eller din pårørende er kommet til skadet, eller har været i risiko for at komme til skade, herunder ved udførelse af hjemmehjælp og hjemmesygepleje, så har du som borger eller pårørende mulighed for at rapportere en utilsigtet hændelse.

Eksempler på utilsigtede hændelser

- Du eller din pårørende har fået udleveret en forkert dosis medicin
- Du eller din pårørende har ikke fået pleje og behandling fra hjemmeplejen/hjemmesygeplejen på grund af misforståelser
- Du eller din pårørende er faldet eller har været tæt på at falde, fx på grund af vand på gulvet.

Det er vigtigt at indsamle oplysninger om hændelser, hvor noget er gået galt eller var ved at gå

galt, for at kunne forbedre sikkerheden i sundhedsvæsenet. Når du indrapporterer en utilsigtet hændelse til Styrelsen for Patientsikkerhed, bliver informationen sendt til de steder, hvor hændelsen er sket som fx. hjemmeplejen eller hjemmesygeplejen i København, der har pligt til at undersøge sagen. Her bliver hændelsen undersøgt med henblik på at undgå lignende fejl og skader. Herefter anonymiseres sagen og sendes retur til Styrelsen for Patientsikkerhed, som trækker læring ud fra de indberettede sager og formidler viden om forbyggende tiltag nationalt. På den måde bidrager de hændelser, som du eller dine pårørende indberetter, til både at minimere fejl i Københavns Kommune og til at styrke patientsikkerheden i hele Danmark.

Lovgrundlag

De muligheder for hjælp i hverdagen, der er beskrevet i denne kvalitetsstandard for hjælp i hverdagen, er indsatser, der tager udgangspunkt i Lov om Social Service (Serviceloven). Nogle indsatser i kvalitetsstandarden tager dog udgangspunkt i sundhedsloven og almenboligloven.

I kapitlet her finder du de dele af serviceloven, sundhedsloven og almenboligloven, som er gældende for de forskellige indsatser. Du kan også finde servicelovens og sundhedslovens formålsparagraffer, samt et afsnit om rettigheder i forhold til databeskyttelsesloven.

De forskellige lovområder danner grundlag for arbejdet i Socialforvaltningen og Sundheds- og Omsorgsforvaltningen.

[Læs mere: retsinformation](#)

SERVICELOVEN

Formål

§ 1. Formålet med denne lov er

- 1) at tilbyde rådgivning og støtte for at forebygge sociale problemer,
- 2) at tilbyde en række almene serviceydelse, der også kan have et forebyggende sigte, og
- 3) at tilgodese behov, der følger af nedsat fysisk eller psykisk funktionsevne eller særlige sociale problemer.

Stk. 2. Formålet med hjælpen efter denne lov er at fremme den enkeltes mulighed for at klare sig selv eller at lette den daglige tilværelse og forbedre livskvaliteten.

Stk. 3. Hjælpen efter denne lov bygger på den enkeltes ansvar for sig selv og sin familie. Hjælpen tilrettelægges på baggrund af en konkret og individuel vurdering af den enkelte persons behov og forudsætninger og i samarbejde med den enkelte. Afgørelse efter loven træffes på baggrund af faglige og økonomiske hensyn.

Hjemmehjælp

§ 83 a. Kommunalbestyrelsen skal tilbyde et korterevarende og tidsafgrænset rehabiliteringsforløb til personer med nedsat funktionsevne, hvis rehabiliteringsforløbet vurderes at kunne forbedre personens funktionsevne og dermed nedsætte behovet for hjælp efter § 83, stk. 1. Vurderingen skal være individuel og konkret og tage udgangspunkt i modtagerens ressourcer og behov.

Stk. 2. Rehabiliteringsforløbet, jf. stk. 1, skal tilrettelægges og udføres helhedsorienteret og tværfagligt. Kommunalbestyrelsen skal fastsætte individuelle mål for rehabiliteringsforløbet i samarbejde med den enkelte modtager af forløbet.

Stk. 3. De fastsatte mål og tidsrammen for rehabiliteringsforløbet skal indgå i en samlet beskrivelse af forløbet. Er der under rehabiliteringsforløbet behov for at ændre i målene, skal dette ske i samarbejde med modtageren.

Stk. 4. Kommunalbestyrelsen skal tilbyde modtageren af et rehabiliteringsforløb den nødvendige hjælp og støtte under forløbet med henblik på at nå de fastsatte mål, jf. stk. 2. Hjælpen og støtten skal løbende tilpasses udviklingen i modtagerens funktionsevne. Hvis modtageren ikke gennemfører et rehabiliteringsforløb, skal kommunalbestyrelsen vurdere modtagerens behov for hjælp efter § 83, jf. § 83, stk. 6.

§ 83. Kommunalbestyrelsen skal tilbyde

- 1) personlig hjælp og pleje,
- 2) hjælp eller støtte til nødvendige praktiske opgaver i hjemmet og
- 3) madservice.

Stk. 2. Tilbuddene efter stk. 1 gives til personer, som på grund af midlertidigt eller varigt nedsat fysisk eller psykisk funktionsevne eller særlige sociale problemer ikke selv kan udføre disse opgaver.

Stk. 3. Forud for vurderingen af behovet for hjælp efter stk. 1 skal kommunalbestyrelsen vurdere, om et tilbud efter § 83 a vil kunne forbedre personens funktionsevne og dermed nedsætte behovet for hjælp efter stk. 1.

Stk. 4. Tilbud om hjælp efter stk. 1 skal bidrage dels til at vedligeholde fysiske eller psykiske færdigheder, dels til at afhjælpe væsentlige følger af nedsat fysisk eller psykisk funktionsevne eller særlige sociale problemer.

Stk. 5. Kommunalbestyrelsen skal fastsætte individuelle mål for hjælp efter stk. 1 til den enkelte modtager af hjælpen. Hjælpen skal løbende tilpasses modtagerens behov.

Stk. 6. I forbindelse med afslutning af et rehabiliteringsforløb efter § 83 a skal kommunalbestyrelsen vurdere modtagerens behov for hjælp efter § 83.

Stk. 7. Tilbuddene efter stk. 1 kan ikke gives som generelle tilbud efter § 79.

Stk. 8. Kommunen skal ved tilrettelæggelsen af pleje og omsorg m.v. for en person med en demensdiagnose så vidt muligt respektere dennes vejledende tilkendegivelser for fremtiden med hensyn til bolig, pleje og omsorg (plejetestamenter).

Afløsning og aflastning

§ 84. Kommunalbestyrelsen skal tilbyde afløsning eller aflastning til ægtefælle, forældre eller andre nære pårørende, der passer en person med nedsat fysisk eller psykisk funktionsevne.

Stk. 2. Kommunen kan tilbyde midlertidigt ophold til personer, der i en periode har et særligt behov for omsorg og pleje.

Hjemmevejleder

§ 85. Kommunalbestyrelsen skal tilbyde hjælp, omsorg eller støtte samt optræning og hjælp til

udvikling af færdigheder til personer, der har behov herfor på grund af betydelig nedsat fysisk eller psykisk funktionsevne eller særlige sociale problemer.

Træning

§ 86. Kommunalbestyrelsen skal tilbyde genoptræning til afhjælpning af fysisk funktionsnedsættelse forårsaget af sygdom, der ikke behandles i tilknytning til en sygehusindlæggelse.

Stk. 2. Kommunalbestyrelsen skal tilbyde hjælp til at vedligeholde fysiske eller psykiske færdigheder til personer, som på grund af nedsat fysisk eller psykisk funktionsevne eller særlige sociale problemer har behov herfor.

Konkret og individuel vurdering

§ 88. Kommunalbestyrelsen skal træffe afgørelse om tildeling af personlig hjælp og pleje m.v. efter dette kapitel. Kommunalbestyrelsen skal behandle anmodninger om hjælp efter § 83 ved en konkret, individuel vurdering af behovet for hjælp til de opgaver, som modtageren ikke selv kan udføre.

Ved vurderingen af behovet for hjælp skal kommunalbestyrelsen tage stilling til alle anmodninger om hjælp fra ansøgeren.

Afgørelser

§ 89. I forbindelse med afgørelsen efter dette kapitel skal ansøgeren skriftligt oplyses om, hvilken hjælp der er bevilget. Kommunalbestyrelsen kan ved mindre, begunstigende justeringer i hjælpen undlade at fremsende en ny skriftlig oplysning herom til borgeren.

Stk. 2. Kommunalbestyrelsen skal i forbindelse med afgørelsen om hjælp efter § 83 oplyse om, hvilken person der kan kontaktes på myndighedens vegne, hvis modtageren af hjælpen har spørgsmål vedrørende den personlige og praktiske hjælp, eller hvis den tildelte hjælp ikke leveres i overensstemmelse med afgørelsen, jf. § 90.

Tilrettelæggelse og levering af hjælpen

§ 91. Kommunalbestyrelsen skal skabe grundlag for, at modtagere af hjælp efter § 83 kan vælge mellem to eller flere leverandører af denne hjælp, hvoraf den ene leverandør kan være kommunal.

Stk. 2. Kommunalbestyrelsen skal for at opfylde forpligtelsen i medfør af stk. 1 som minimum 1) indgå kontrakt med to eller flere leverandører eller 2) tilbyde modtagerne et fritvalgsbevis, som giver borgere, der er visiteret til hjælp efter § 83, adgang til, at de pågældende borgere selv indgår aftale med en cvr-registreret virksomhed om hjælpens udførelse, jf. dog stk. 3.

Stk. 3. Kommunalbestyrelsen kan i særlige tilfælde træffe afgørelse om, at en borger ikke kan modtage hjælpen efter stk. 2, nr. 2.

Selvudpeget hjælper

§ 94. En person, som er berettiget til hjælp eller støtte efter § 83, kan vælge selv at udpege en person til at udføre opgaverne. Den udpegede person skal godkendes af kommunalbestyrelsen, som herefter skal indgå kontrakt med den pågældende om omfang og indhold af opgaverne, om leverancesikkerhed, jf. § 90, og om betaling m.v.

Fleksibel hjemmehjælp

§ 94 a. Personer, der modtager hjælp efter § 83, kan vælge en helt eller delvis anden hjælp end den, der er truffet afgørelse om, jf. §§ 88 og 89. En tilkendt ydelse, der fravælges efter 1. pkt., kan ikke efterfølgende kræves leveret efter § 90.

Kontant tilskud

§ 95. Hvis kommunalbestyrelsen ikke kan stille den nødvendige hjælp til rådighed for en person, der har behov for hjælp efter §§ 83 og 84, kan kommunalbestyrelsen i stedet udbetale et tilskud til hjælp, som den pågældende selv antager.

Stk. 2. En person med betydelig og varigt nedsat fysisk eller psykisk funktionsevne, der har behov for personlig hjælp og pleje og for støtte til løsning af nødvendige praktiske opgaver i hjemmet i mere end 20 timer ugentligt, kan vælge at få udbetalt et kontant tilskud til hjælp, som den pågældende selv antager.

Stk. 3. Kommunalbestyrelsen kan dog i særlige tilfælde beslutte, at hjælpen efter stk. 2 fortsat skal gives som naturalhjælp eller udbetales til en nærtstående person, som helt eller delvis passer den pågældende. Den nærtstående kan, medmindre vedkommende har indgået aftale om overførsel af tilskuddet efter stk. 5, højst varetage pasningsopgaven i 48 timer om ugen. Deles pasningsopgaven af flere nærtstående, der samtidig er tilskudsmodtagere, gælder 2. pkt. for de nærtstående tilsammen. I særlige tilfælde kan kommunalbestyrelsen dog beslutte, at en eller flere nærtstående kan varetage pasningsopgaven i mere end 48 timer om ugen.

Stk. 4. Kommunalbestyrelsen skal udbetale et kontant tilskud til ansættelse af hjælpere til at yde overvågning og støtte i forbindelse hermed om natten til unge i alderen fra 18 år til og med 23 år, som har behov herfor, og som modtager hjælp efter stk. 3 som et kontant tilskud. Hvis den unge ved det fyldte 24. år efter en lægelig vurdering lider af en livstruende sygdom, skal kommunalbestyrelsen fortsætte udbetalingen af det kontante tilskud til ansættelse af hjælpere til overvågning og støtte i forbindelse hermed, indtil den unge afgår ved døden, dog højst i 2 år. Tilskuddet til ansættelse af hjælpere til overvågning og støtte i forbindelse hermed skal udbetales til samme nærtstående, forening eller private virksomhed, som får udbetalt tilskuddet efter stk. 3. Den unges forældre må ikke ansættes som hjælpere til at udføre overvågningen og støtten i forbindelse hermed.

Stk. 5. Det er en betingelse for tilskud til ansættelse af hjælpere efter stk. 1-4, at tilskudsmodtageren er i stand til at fungere som arbejdsleder for hjæl-

perne. Det er desuden en betingelse, at tilskudsmodtageren kan fungere som arbejdsgiver for hjælperne, medmindre den pågældende indgår aftale med en nærtstående eller en forening eller privat virksomhed, der er godkendt af socialtilsynet, om, at tilskuddet overføres til den nærtstående, foreningen eller den private virksomhed, der herefter er arbejdsgiver for hjælperne. Arbejdsgiverbeføjelserne i forhold til hjælperne vedrørende spørgsmål om ansættelse og afskedigelse af hjælpere varetages i så fald af den nærtstående, foreningen eller den private virksomhed i samråd med den pågældende. En aftale om overførsel af tilskuddet til en forening eller privat virksomhed er ikke bindende for tilskudsmodtageren, hvis foreningen eller den private virksomhed ikke var godkendt af socialtilsynet på tidspunktet for aftalens indgåelse, og hvis foreningen eller den private virksomhed ikke på dette tidspunkt gjorde tilskudsmodtageren bekendt med dette.

Stk. 6. I de situationer, hvor tilskudsmodtageren er arbejdsgiver, skal kommunalbestyrelsen tilbyde at varetage lønudbetalinger m.v.

Borgerstyret Personlig Assistance (BPA)

§ 96. Kommunalbestyrelsen skal tilbyde borgerstyret personlig assistance. Borgerstyret personlig assistance ydes som tilskud til dækning af udgifter ved ansættelse af hjælpere til pleje, overvågning og ledsagelse til borgere med betydelig og varigt nedsat fysisk eller psykisk funktionsevne, der har et behov, som gør det nødvendigt at yde denne ganske særlige støtte.

Stk. 2. Det er en betingelse for tilskud til ansættelse af hjælpere efter stk. 1, at borgeren er i stand til at fungere som arbejdsleder for hjælperne. Det er desuden en betingelse, at borgeren kan fungere som arbejdsgiver for hjælperne, medmindre den pågældende indgår aftale med en nærtstående, en forening eller en privat virksomhed om, at tilskuddet overføres til den nærtstående, foreningen eller den private virksomhed, der herefter er arbejds-

giver for hjælperne. Arbejdsgiverbeføjelserne i forhold til hjælperne vedrørende spørgsmål om ansættelse og afskedigelse af hjælpere varetages i så fald af den nærtstående, foreningen eller den private virksomhed i samråd med den pågældende.

Stk. 3. Kommunalbestyrelsen kan tilbyde borgerstyret personlig assistance til borgere, der ikke er omfattet af personkredsen efter stk. 1, hvis kommunalbestyrelsen vurderer, at dette er den bedste mulighed for at sikre en helhedsorienteret og sammenhængende hjælp for borgeren.

Stk. 4. I de situationer, hvor borgeren eller en nærtstående er arbejdsgiver, skal kommunalbestyrelsen tilbyde at varetage lønudbetaling m.v.

Ledsagelse

§ 97. Kommunalbestyrelsen skal tilbyde 15 timers ledsagelse om måneden til personer under folkepensionsalderen, jf. § 1 a i lov om social pension, dog således at aldersgrænsen ikke kan blive mindre end 67 år. Ledsagelsen tilbydes til personer, der ikke kan færdes alene på grund af betydelig og varigt nedsat fysisk eller psykisk funktionsevne. Ordningen omfatter ikke borgere med nedsat funktionsevne som følge af sindslidelse eller af sociale årsager

Kontaktperson

§ 99. Kommunen sørger for tilbud om en støtte- og kontaktperson til personer med sindslidelser, til personer med et stof- eller alkoholmisbrug og til personer med særlige sociale problemer, som ikke har eller ikke kan opholde sig i egen bolig.

Hjælpemidler

§ 112. Kommunalbestyrelsen skal yde støtte til hjælpemidler til personer med varigt nedsat fysisk eller psykisk funktionsevne, når hjælpemidlet 1) i væsentlig grad kan afhjælpe de varige følger af den nedsatte funktionsevne, 2) i væsentlig grad kan lette den daglige tilværelse i hjemmet eller 3) er nødvendigt for, at den pågældende kan udøve et erhverv.

SUNDHEDSLOVEN

Formål

§ 1. Sundhedsvæsenet har til formål at fremme befolkningens sundhed samt at forebygge og behandle sygdom, lidelse og funktionsbegrænsning for den enkelte.

§ 2. Loven fastsætter kravene til sundhedsvæsenet med henblik på at sikre respekt for det enkelte menneske, dets integritet og selvbestemmelse og at opfylde behovet for

- 1) let og lige adgang til sundhedsvæsenet,
- 2) behandling af høj kvalitet,
- 3) sammenhæng mellem ydelserne,
- 4) valgfrihed,
- 5) let adgang til information,
- 6) et gennemsigtigt sundhedsvæsen og
- 7) kort ventetid på behandling.

§ 3. Regioner og kommuner er efter reglerne i denne lov ansvarlige for, at sundhedsvæsenet tilbyder en befolkningsrettet indsats vedrørende forebyggelse og sundhedsfremme samt behandling af den enkelte patient.

Stk. 2. Sundhedsvæsenets opgaver udføres af regionernes sygehusvæsen, praktiserende sundhedspersoner, kommunerne og øvrige offentlige og private institutioner m.v.

Genoptræningsplan

§ 84. Indenrigs- og sundhedsministeren fastsætter nærmere regler om, at regionsrådet tilbyder en genoptræningsplan til patienter, der har et lægefagligt begrundet behov for fortsat genoptræning efter udskrivning fra sygehus.

Genoptræning

§ 140. Kommunalbestyrelsen tilbyder vederlagsfri genoptræning til personer, der efter udskrivning fra sygehus har et lægefagligt begrundet behov for genoptræning, jf. § 84 om genoptræningsplaner.

Stk. 2. Kommunalbestyrelsens indsats efter stk. 1 tilrettelægges i sammenhæng med de kommunale træningstilbud m.v. i henhold til anden lovgivning.

Stk. 3. Kommunalbestyrelsen kan tilvejebringe tilbud om genoptræning i henhold til stk. 1 ved at etablere behandlingstilbud på egne institutioner eller ved indgåelse af aftaler herom med andre kommunalbestyrelser, regionsråd eller private institutioner.

Stk. 4. Indenrigs- og sundhedsministeren fastsætter nærmere regler om patienternes mulighed for at vælge mellem genoptræningstilbud.

Hjemmesygepleje

§ 138. Kommunalbestyrelsen er ansvarlig for, at der ydes vederlagsfri hjemmesygepleje efter lægehenvvisning til personer med ophold i kommunen.

§ 139. Sundhedsministeren fastsætter nærmere regler om omfanget af og kravene til den kommunale hjemmesygeplejeordning.

Sundhedsfremme og forebyggelse

§ 119. Kommunalbestyrelsen har ansvaret for varetagelsen af kommunens opgaver i forhold til at skabe rammer til borgerne for en sund levevis.

Stk. 2. kommunalbestyrelsen etablerer forebyggende og sundhedsfremmende tilbud til borgerne.

Stk. 3. Regionsrådet tilbyder patientrettet forebyggelse i sygehusvæsenet og i praksissektoren mv. samt rådgivning i forhold til kommunernes indsats efter stk. 1 og 2.

Omsorgstandpleje og specialtandpleje

§ 131. kommunalbestyrelsen tilbyder forebyggen- de og behandlende tandpleje til personer, der på grund af nedsat førlighed eller vidtgående fysisk eller psykisk handicap kun vanskeligt kan udnytte de almindelige tandplejetilbud.

Stk. 2. Personer, der får tilbudt tandpleje på kommunal klinik. Kan vælge i stedet at modtage tandplejetilbuddet hos praktiserende tandlæge eller klinisk tandtekniker.

Stk. 3. kommunalbestyrelsen kan indgå aftale med regionsrådet om, at regionsrådet varetager om-sorgstandpleje for de af stk. 1 omfattede personer.

§ 132. Kommunalbestyrelsen kan beslutte, at personer, der modtager et kommunalt tandpleje-tilbud efter

§ 131, selv skal betale en del af udgiften til tandpleje.

Stk. 2. Indenrigs- og sundhedsministeren fastsætter nærmere regler for størrelsen af den maksi- male årlige betalingstakst, som kommunalbesty- relsen kan afkræve patienten.

For forebyggende og behandlende tandpleje, der er omfattet af overenskomst med Dansk Tandlæ- geforening, og som der ydes tilskud til i medfør af § 65, kan kommunalbestyrelsen maksimalt afkræve patienten en betalingstakst svarende til patientens egenbetaling i praksistandplejen.

§ 133. Kommunalbestyrelsen tilbyder et specia- liseret tandplejetilbud til sindslidende, psykisk udviklingshæmmede m.fl., der ikke kan udnytte de almindelige tandplejetilbud i børne- og ung- domstandplejen, praksistandplejen eller om- sorgstandplejen.

Stk. 2. Kommunalbestyrelsen kan tilvejebringe tilbud om specialiseret tandpleje i henhold til stk. 1, ved at etablere behandlingstilbud på egne insti- tutioner eller ved indgåelse af aftaler herom med andre kommunalbestyrelser, regionsråd eller private klinikker.

Stk. 3. Regionsrådet driver efter aftale specialise- ret tandplejetilbud til de i stk. 1 nævnte person- grupper.

ALMENBOLIGLOVEN

§ 54 a. Kommunalbestyrelsen skal tilbyde ældre, der har særligt behov for en almen plejebolig, jf. § 5, stk. 2, eller for en plads på et plejehjem, jf. § 192 i lov om social service, en sådan bolig eller plads senest 2 måneder efter optagelse på en venteliste.

Stk. 2. Garantien efter stk. 1 gælder dog ikke, hvis den ældre har valgt en bestemt almen plejebolig eller et bestemt plejehjem efter reglerne i § 58 a.

§ 58 a. Ældre og personer med handicap, der har et særligt behov for almene ældreboliger, jf. § 5, kommunale eller regionale botilbud samt plejehjem og beskyttede boliger, jf. §§ 108 og 192 i lov om social service, har ret til frit at vælge sådanne boliger. Retten efter 1. pkt. gælder endvidere boliger efter lov om byfornyelse eller lov om byfornyelse og boligforbedring, som er særligt indrettet for den nævnte personkreds, og boliger efter den tidligere lov om boliger for ældre og personer med handicap.

Stk. 2. Retten til frit valg efter stk. 1 gælder uanset boligens beliggenhed. Det er en forudsætning, at betingelserne efter §§ 54, 57 eller 58 for at få anvist en bolig er opfyldt i bopælskommunen og ved flytning til en anden kommune både i bopæls- kommunen og i tilflytningskommunen. Tilflyt- ningskommunens vurdering skal ske efter samme retningslinjer, som gælder for kommunens egne borgere.

Stk. 3. Retten til frit valg efter stk. 1 omfatter ret til, at en ægtefælle, samlever eller registreret partner fortsat kan indgå i husstanden. Hvis en person ønsker, at en ægtefælle, samlever eller registreret partner fortsat skal indgå i husstanden, skal den bolig, der tilbydes, være egnet til 2 personer. Hvis den pågældende ældre eller person med handi- cap, jf. stk. 1, dør, har en efterlevende samlever ret til at fortsætte lejeforholdet.

Liste over kommunens tilbud og private leverandører

Hjemmeplejevisitationen i Borgercenter Voksne

Børnstorffsgade 17
1592 København V
Telefon: 3317 3000

Det er ikke muligt at møde personligt op uden forudgående aftale.

Telefontid:
Mandag kl. 10-14
Tirsdag kl. 10-14
Onsdag kl. 11-14
Torsdag kl. 11-14
Fredag kl. 10-14

Kommunal leverandør af praktisk og personlig pleje

Center for Hjemme- og Sygepleje Syd Amager/
Christianshavn/Valby/Vesterbro
Radisevej 6-8
2300 København S
Telefon: 3317 5640

Center for Hjemme- og Sygepleje Nord
Nørrebro/Bispebjerg/Brønshøj/Vanløse/Østerbro
City Vibevej 9
2400 København NV
Telefon: 3317 8359

Servicetelefonen

Har du spørgsmål uden for hjemmepleje-
visitationens åbningstid, så kan du ringe til
servicetelefonen.
Telefon: 3317 8989

Private leverandører af praktisk og personlig pleje

Hjemmehjælpen A/S
Telefon: 7020 1325
www.hjemmehjaelpen.dk

Attendo København
Telefon: 3391 9100
www.attendo.dk

Leverandører af tøjvask

Elis
Telefon: 3585 3283
www.privatvask.dk

Berendsen
www.berendsen.dk

De Forenede Dampvaskerier
Telefon: 4422 0707
www.dfd.dk

Leverandør af kørsel til turkøb

Det Nye Trafikselskab
Telefon: 5251 7379
www.detnyetrafikselskab.dk

Leverandører til indkøbsordningen

Egebjerg Købmandsgård
Telefon: 7025 8888
Kontakt: [EGBJERG.KOEBMANDSGÅRD](mailto:EGBJERG.KOEBMANDSGAARD@EGBJERG.KOEBMANDSGAARD.DK)

Mad og måltider

Madordning

Borgerindgang - Råd og Vejledning.
Telefon: 3366 3366
Telefontid: Kl. 10:00-14:00 alle hverdage

Leverandører

Københavns Madservice
(Kommunal leverandør)
Telefon: 3827 4260
www.madservice.kk.dk

Det Danske Madhus
Telefon: 7070 2646
www.detdanskemadhus.dk

Sygepleje

Sygeplejevisitationen
Telefon: 3317 3000
Telefontid:
Mandag til fredag kl. 10-11 & kl. 13-14

Hjælpemidler og boligændringer

Borgercenter Handicap
Modtagelsen
Borups Allé 43
2400 København NV
Telefon: 3317 8800

Pædagogiske tilbud i hjemmet

Socialpædagogisk støtte
Psykiatrienheden

Åben modtagelse (mandag - fredag 9.00 - 15.00)
Griffenfeldsgade 46
2200 København N

Telefon: 3317 6896
Telefontid: Mandag - fredag kl. 10.00 - 13.00

Støttekontaktperson

Psykiatrienheden
Griffenfeldsgade 46, stuen
2200 København N

Telefon: 33 17 68 96
Telefontid: Mandag - fredag kl. 10.00 - 13.00
Åben modtagelse: Mandag - fredag kl. 10.00 - 15.00

Personlig henvendelse efter aftale:
Valdemarsgade 6
1665 København V
Telefon: 3317 6896
Telefontid: Mandag - fredag kl. 10.00 - 13.00

Boligrådgiver

Bolig- og Beskæftigelsesenheden
Vibevej 9, 2400 København NV
Telefon: 2851 7178
Telefontid: Besvares hverdage i dagtimerne.

På Vibevej er der åben modtagelse, hvilket vil sige,
at du kan henvende dig personligt.

Hjælp til dig, der oplever en psykisk krise

Akuttilbuddet

Akuttilbud for psykisk sårbare
Griffenfeldsgade 44, opgang 46, 3. sal, Kbh N
Telefon: 3317 2900

Midlertidigt døgnophold:

Aflastningsophold

Du kan få mere at vide om leverandørerne hos
Borgerindgang - Råd og Vejledning.
Telefon: 3366 3366
Telefontid: Kl.10:00-14:00 alle hverdage Sted

Arbejde Adler
Thorsgade 61, 2200 København
Telefon: 3531 1222
Hjemmeside: <https://www.arbejdeadlershus.dk/>

Lindrende ophold

Sundheds- og Omsorgsforvaltningen
Kontakt borgerindgang - Råd og Vejledning.
Telefon: 3366 3366
Telefontid: Kl. 10:00-14:00 alle hverdage
Sted: Afdeling for Lindring på Center
for Rehabilitering og Akutpleje
Vigerslevvej 180, 2500 Valby

Rehabiliteringsophold

Bernstorffsgade 17, 1592 København V
Telefon: 3317 3000
Det er ikke muligt at møde personligt op uden forudgående aftale.

Telefontid:
Mandag kl. 10-14
Tirsdag kl. 10-14
Onsdag kl. 11-14
Torsdag kl. 11-14
Fredag kl. 10-14

Sted: Center for Rehabilitering og Akutpleje
Bystævneparken 17-18 Brønshøj og
Vigerslevvej 180, Valby.

Beskyttet beskæftigelse

Borgercenter Voksne i alle åbne modtagelser her-
under: Bolig- og Beskæftigelsesenheden
Vibevej 9
2400 København NV
Telefon: 3317 4401
Telefontid: Kl.10.00-13.00 alle hverdage.
Sted: Københavns Kommune har et samarbejde
med Hans Knudsens Institut (HKI)
Vermundsgade 5,
2100 København Ø.
www.hki.dk - Sociale Indsatser

Træning og genoptræning

Neurorehabilitering

Neurorehabilitering – Kbh. (døgnafdeling)
Strandvejen 119, 2900 Hellerup
Telefon: 3945 1300

Neurorehabilitering – Kbh. (ambulant afdeling)
Bystævneparken 18, 2700 Brønshøj
Telefon: 3945 1332

Hjælp til at ændre dit forbrug af alkohol og/eller stoffer

Alkohol- og/eller stofbehandling

Rusmiddelbehandling
Hørsholmsgade 20, 2200 Kbh. N.

Rusmiddelbehandling
Nyropsgade 7, 2. sal, 1602 Kbh. V.

Rusmiddelbehandling
Spaniensgade 25, 2300 Kbh. S.

Åbnings- og telefontider i de tre enheder:
Telefon 7021 0220

Mandag: Kl. 08.00-12.00 og 15.00-18.00
Tirsdag: Kl. 08.00-12.00
Onsdag: Kl. 08.00-12.00
Torsdag: Kl. 08.00-12.00 og 15.00-18.00
Fredag: Kl. 08.00-12.

[Rusmiddelbehandling København \(kk.dk\)](#)

Telefonrådgivning til dig, der drikker eller til dine pårørende

Alkohollinjen tilbyder anonym rådgivning til dig,
der drikker for meget, og dine pårørende. Få
rådgivning om alkohol og hjælp til at ændre dine
alkoholvaner.

Telefon 8020 0500
Telefontid: Mandag: Kl. 9-17
Tirsdag-fredag: kl. 11-17

Tandpleje

Omsorgstandpleje

Kontakt borgerindgang – Råd og Vejledning.
Telefon: 3366 3366 Telefontid: Kl. 10:00-14:00 alle
hverdage Find adresserne her:
[Voksentandplejen \(kk.dk\)](#)

Specialtandpleje

Voksentandplejen
Tietgensgade 31B, 2. sal, 1704 København V
Telefon: 33 17 57 80

Hvis du er i tvivl om, hvor du skal søge om tand-
pleje, kan du altid kontakte Hjemmeplejevisitatio-
nen. Se herunder:

Tandpleje

Hjemmeplejevisitationen i Borgercenter Voksne.
Bernstorffsgade 17, 1592 København V
Telefon: 3317 3000

Københavns Kommune
Socialforvaltningen
Borgercenter Voksne

Fotograf: Thomas Vilhelm
Layout: KKDesign

