

2019 HJÆLP I HVERDAGEN

TIL KØBENHAVNERE MELLEM 18 OG 65 ÅR

Hjælp i hverdagen er Socialforvaltningens kvalitetsstandard for hjemmehjælp. I kvalitetsstandarden er der også beskrevet tilbud om sundhedsfremme og forebyggelse, samværs- og aktivitetstilbud, samt træning og ældreboliger i Københavns Kommune.

Indhold

FORORD	4
HJÆLP I HVERDAGEN	5
Borgercenter Hjemmepleje	5
PRAKTISK HJÆLP OG STØTTE	6
Rehabilitering	6
Rengøring	7
Ekstra rengøring	7
Tøjvask	9
Vaskeordning	9
Hjælp og støtte til vask i hjemmet	9
Indkøb	10
Turkøb	10
Indkøbsordning	10
HJÆLP OG STØTTE TIL PERSONLIG PLEJE	11
Rehabilitering	11
Personlig pleje	12
Psykisk pleje og omsorg	12
Klippekort	14
MAD OG MÅLTIDER	14
Spisetilbud	14
Madklippekort	15
Madudbringning	16
Tilberedning af mad samt oprydning og opvask	16
Afløsning	17
Hjemmesygepleje	18

Mulighed for tilkøb af ekstra hjemmepleje og mad	18
Hjemmepleje	18
Den private leverandør af hjemmepleje, Attendo	19
Den private leverandør af hjemmepleje, HjemmeHjælpen A/S.....	19
Madservice med udbringning.....	19
Den kommunale leverandør, Københavns Madservice	19
Den private leverandør, Det Danske Madhus	19
HJÆLPEMIDLER.....	19
Hjælpe midler og boligændringer	19
ANDRE TILBUD I HJEMMET.....	21
Hjemmevejleder	21
Støtte- og kontaktperson	21
Boligrådgivning	22
Særligt for borgere indskrevet på herberger og krisecentre.....	23
MIDLERTIDIGE DØGNOPHOLD	23
Midlertidigt ophold.....	23
Aflastningsophold.....	23
Akutplejeophold	24
Palliativt ophold.....	24
Generelt om Midlertidigt ophold	24
AKUTTILBUD VED PSYKISK KRISE	24
AKTIVITETS- OG SAMVÆRSTILBUD	25
FRIVILLIGE FORENINGER OG TILBUD	25
LEDSAGELSE.....	26
HANDICAP- OG ÆLDREBOLIGER	26
SUNDHEDSTILBUD OG GENOPTRÆNING.....	27
Genoptræning	27
Vedligeholdende træning.....	27
Tilbud til dig med KOL eller hjerte-kar-sygdomme.....	28
Tilbud til dig med diabetes	28
Tilbud til dig med kræft	29
Tilbud til dig med en Erhvervet hjerneskade.....	29
Tilbud til dig med ryg- og nakkelidelser.....	30

Stressklinikker.....	30
Hjælp til rygestop	31
Hjælp til dit eller din pårørendes alkohol- og/eller stofproblem	31
Voksentandpleje.....	32
Omsorgstandpleje	33
Specialtandpleje	33
TILBUD TIL BORGERE MED DEMENS	34
Nyt center for borgere med demens.....	34
Rådgivningscenter for demens er for alle borgere.....	34
Aktivitetstilbud for borgere med demens	35
Midlertidige ophold for borgere med demens.....	35
Demenscentre – plejeboliger målrettet borgere med demens	36
MULIGHEDER FOR TILSKUD OG BEVILLING	37
Plejevederlag og pasningsorlov	37
Pasning af nærtstående.....	38
Handicapkørsel.....	38
Boligstøtte og særlig støtte til høje boligudgifter.....	39
Særlig støtte til høje boligudgifter.....	39
BORGERSERVICE	39
DIGITAL POST.....	40
Oprettelse af digital postkasse	41
Fritagelse for digital post.....	41
VISITATION	41
Besøg i hjemmet.....	41
Afgørelse om hjælp	42
Vejledningspligt	42
Sagsbehandlingsfrister	42
VALG AF LEVERANDØR	44
Den Sociale Hjemmepleje.....	44
Private leverandører.....	44
Selvudpeget hjælper.....	45
Kontant tilskud	45
PRAKTISKE INFORMATIONER	46

Opstart af hjælp.....	46
Tidsfrister for opstart	46
Personlig pleje, psykisk pleje og omsorg, madservice.....	46
Praktisk hjælp	47
Rehabiliteringsforløb	47
Træning.....	47
Afløsning.....	47
Hjemmet som arbejdsplads.....	47
Ændringer i hjælpen	48
Skift af leverandør	48
Ændring af bevilgede indsatser	48
Leverandørens aflysning af et besøg.....	48
Plejetestamente	49
Brugerråd.....	49
KLAGEVEJLEDNING	49
Klage over en afgørelse	49
Klage over udførelse af opgaver eller personale.....	50
Klage over sagsbehandling og adfærd.....	50
Utilsigtede hændelser	51
LOVGRUNDLAG.....	51
Serviceloven.....	52
Sundhedsloven	56
Almenboligloven.....	57

FORORD

Der vil efterfølgende blive udarbejdet et forord af Borgmesteren

HJÆLP I HVERDAGEN

I denne kvalitetsstandard kan du læse om dine muligheder for at få hjælp hverdagen, hvis du har et fysisk, psykisk eller socialt problem, der gør det vanskeligt for dig at få klaret de daglige opgaver. Med Socialforvaltningens tilbud kan du få rehabilitering, støtte til træning, praktisk hjælp og støtte, levering af mad, personlig pleje, hjemmesygepleje og midlertidige døgnophold. Socialforvaltningens tilbud om hjemmehjælp er primært for borgere i alderen 18-65 år, mens borgere over 65 år som hovedregel modtager hjemmehjælp fra Sundheds- og Omsorgsforvaltningen.

Hjælpen er gratis, men der vil være udgifter forbundet med eksempelvis madservice, tøjvask og almindelige brugsartikler, samt forplejning i forbindelse med midlertidigt døgnophold. Mulighederne for hjælp i hverdagen tilbydes med udgangspunkt i Serviceloven og Sundhedsloven. Du kan læse om lovgrundlaget for Hjælp i Hverdagen bagerst i kataloget.

Du skal være opmærksom på, at oversigten over muligheder i kvalitetsstandarden ikke er fuldstændig, da det altid vil bero på en helhedsorienteret konkret og individuel vurdering af hvilke muligheder for hjælp, som vil være de rigtige for dig i det konkrete tilfælde. Denne helhedsorienterede vurdering indebærer bl.a., at du oplyses om dine muligheder for at få øvrig hjælp, og at visitatoren sætter sig ind i, om du kunne have gavn af anden hjælp end den, du henvender dig om i første omgang. Læs mere om tildeling af indsatser i afsnittet omhandlende visitation.

I de tilfælde, hvor du har behov for hjemmehjælp ved ophold i anden kommune, kan du søge råd og vejledning hos visitationen om, hvordan du får leveret hjælpen.

Kvalitetsstandarden Hjælp i Hverdagen kan du bruge til at skabe dig et overblik over dine muligheder for hjemmehjælp og rehabilitering. Derudover kan du finde information om andre muligheder for støtte som fx hjemmevejledning, støtte-kontaktperson, boligrådgivning, aktivitetstilbud, ledsagelse, træning og andre sundhedstilbud i Københavns Kommune.

Du kan benytte kvalitetsstandarden som et opslagsværk til at finde oplysninger om leverandører og andre relevante kontakter. Du finder kontaktoplysninger på leverandører i kapitlet Valg af leverandør. For områderne tøjvask, indkøb og madservice findes der særlige leverandører, som kan findes under de respektive afsnit.

Borgercenter Hjemmepleje

Det er visitationen i Borgercenter Hjemmepleje, som vurderer dit behov for hjemmehjælp. Når du beder om hjælp hos Borgercenter Hjemmepleje, får du typisk besøg af en visitator, som sammen med dig vurderer dit behov for hjælp.

Visitationen i Borgercenter Hjemmepleje
Vordingborggade 15

2100 København Ø
Telefon: 33 17 30 00
Fax: 33 17 30 18

Der er telefontid på følgende tidspunkter:

Mandag kl. 10-14

Tirsdag kl. 10-14

Onsdag kl. 11-14

Torsdag kl. 11-14

Fredag kl. 10-14

E-mail: Du finder link til oprettelse af sikker e-mail nederst på vores hjemmeside:

www.kk.dk/borgercenterhjemmepleje.

PRAKTISK HJÆLP OG STØTTE

Hvis du oplever, at de praktiske opgaver i hverdagen er blevet svære at klare selv, kan du søge kommunen om støtte og hjælp til fx rengøring, tøjvask og indkøb. Du får støtte af Københavns Kommune på baggrund af, hvad du selv kan klare, og hvad du har behov for, at andre hjælper dig med. Hvis dit behov ændrer sig undervejs, vil vi sammen med dig revurdere, hvilken hjælp og støtte, som du har brug for.

Rehabilitering

Københavns Kommune vil gerne støtte dig i at kunne klare mest muligt selv i din hverdag. Når du søger om hjælp og støtte, 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 det vi kalder et rehabiliteringsforløb. I forløbet arbejder du sammen med medarbejderne på at genvinde dine færdigheder.

Det kan ligeledes være, at vi finder frem til, at du kan blive selvhjulpnen ved at benytte mindre belastende arbejdsstillinger, dele opgaverne op eller gøre brug af andre redskaber eller teknologiske hjælpemidler.

Et rehabiliteringsforløb bliver sammensat individuelt. Under forløbet vil et team af social- og sundhedsfaglige medarbejdere støtte 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.

Du kan læse mere om muligheder for støtte og rehabilitering på www.kk.dk/hjemmeplejen.

Rengøring

Du kan få støtte til rengøring af daglige opholdsrum svarende til en bolig med opholdsstue, soveværelse, køkken, bad og entré (ca. 65 m²). Tidspunktet for rengøringen aftaler du med dem, der leverer den. Du kan som hovedregel få hjælp til rengøring hver anden uge og ekstra rengøring en 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 i stue, entré, soveværelse og køkken
- gøre rent i køkken og på badeværelse
- 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 de to timer og fyrre minutter til ekstra rengøring. Dog må hjælperen ikke tage sig af havearbejde eller håndværksmæssige opgaver, og du kan fx ikke få hjælp til vinduespudsning.

Hjemmeplejen vil have fokus på at støtte dig i at blive mere selvhjulpen. Det betyder, at de lægger vægt på, at du deltager aktivt i arbejdet, så du i samarbejde med personalet genvinder eller vedligeholder dine færdigheder.

Bemærk

Hvis du bor sammen med en rask ægtefælle eller en anden pårørende, kan du som hovedregel ikke få hjælp til rengøring i hjemmet. Hvis du har hjemmeboende børn under 18 år, forventes det ikke, at de udfører mere, end børn på tilsvarende alderstrin normalt udfører. Kommunen hjælper ikke med at rydde op efter fx gæster eller logerende – det skal de selv hjælpe dig med. Det er heller ikke muligt at få hjælp til pasning af kæledyr. Du skal som udgangspunkt selv betale for miljøvenlige rengøringsmidler, støvsuger, koste, spande mv.

Bemærk: 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".

Leverandører

Kommunal leverandør

Hjemmeplejecenter Syd
Amager/Christianshavn/Valby/Vesterbro
Radisevej 6-8
2300 København S

Telefon 35 30 33 10

Hjemmeplejecenter Nord
Nørrebro/Bispebjerg/Brønshøj/Vanløse/Østerbro/City
Lærkevej 20
2400 København NV

Telefon 33 17 83 59

Web: www.kk.dk/densocialehjemmepleje

Private leverandører

Hjemmehjælpen A/S

Telefon: 70 20 13 25

E-mail: info@hjemmehjaelpen.dk

Web: www.hjemmehjaelpen.dk

Attendo København

Telefon: 33 91 91 00

E-mail: koebenhavn@attendo.dk

Web: www.attendo.dk/koebenhavn

Her søger du om tilbuddet

Visitationen i Borgercenter Hjemmepleje
Vordingborggade 15
2100 København Ø
Telefon: 33 17 30 00

Fax: 33 17 30 18

E-mail: Du finder link til oprettelse af sikker e-mail nederst på vores hjemmeside:

www.kk.dk/borgercenterhjemmepleje.

Tøjvask

Tøjvask indeholder muligheder for vaskeordning og hjælp til vask i hjemmet.

Vaskeordning

Vaskeordning er en ordning, hvor du får hentet tøj, hvorefter det vaskes og leveres tilbage til din bopæl. Du kan få vasket dit eget tøj, sengelinned, viskestykker, håndklæder og lignende. Dyner, vattæpper, sengetæpper og gardiner er som udgangspunkt ikke omfattet af ordningen om tøjvask, men kan i særlige tilfælde indgå. Har du behov for støtte og hjælp til at sortere vasketøj og til at lægge det på plads, kan du søge om støtte til dette. Vi visiterer til vaskeordning ud fra en vurdering af dit konkrete behov. I særlige tilfælde kan du blive visiteret til tøjvask hver uge.

Priser for vaskeordning

Ved vask hver anden uge koster det for enlige 165 kr. pr. måned (op til 8 kg. pr. gang), og for par/samlevende 242 kr. pr. måned (op til 12 kg pr. gang). For takster for hver uge, eller hver 3. eller 4. uge kontakt visitationen i Borgercenter Hjemmepleje.

Leverandører

Berendsen Textil Service A/S

Telefon: 35 85 32 83

E-mail: 35853283@berendsen.dk

Web: www.berendsen.dk

De Forenede Dampvaskerier

Telefon: 44 22 07 07

E-mail: borgervask@dfd.dk

Web: www.dfd.dk

Hjælp og støtte til vask i hjemmet

Hvis du har brug for hjælp til at vaske dit tøj, og du har en vaskemaskine i eget hjem, kan du få hjælp og støtte til at benytte denne. Hvis du bruger hjælpemidler som støttestrømper, skuldervarmere/knævarmere i uld, kan du få hjælp og støtte til at håndvaske disse. Du kan også få hjælp og støtte til at bære vasketøj op og ned, hvis du har vaskemaskine i ejendommen og selv kan medvirke til de opgaver, der er omkring tøj og vask. Hjælpen vil blive givet som rehabiliterende hjælp med henblik på, at du kan blive så selvhjulpne som

muligt. Bemærk at du selv skal betale for alle omkostninger i forbindelse tøjvask i hjemmet fx strøm, vand, vaskepulver og skyllemiddel.

Her søger du om tilbuddet

Visitationen i Borgercenter Hjemmepleje
Vordingborggade 15
2100 København Ø
Telefon: 33 17 30 00
Fax: 33 17 30 18

E-mail: Du finder link til oprettelse af sikker e-mail nederst på vores hjemmeside:
www.kk.dk/borgercenterhjemmepleje.

Indkøb

Støtte til indkøb indeholder muligheder for turkøb og indkøbsordning. Turkøb bevilges som hovedregel, når du søger om hjælp og støtte til indkøb.

Turkøb

Turkøb er en fælles 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 halvanden 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 varerne op til din bolig. Du kan ved turkøb ikke få hjælp til at sætte varerne på plads.

Du kan blive visiteret til turkøb hver uge eller hver anden uge, alt efter dit behov. Der er ingen egenbetaling, udover de varer der købes på turen.

Leverandør

Det Nye Trafikselskab
Telefon: 38 86 62 18
E-mail: jytte@dntaps.dk
Web: www.detnyetrafikselskab.dk

Indkøbsordning

Indkøbsordningen er et tilbud til dig, der ikke kan komme på gaden. Tilbuddet indebærer, at du bestiller dagligvarer hos en af kommunens valgte indkøbsleverandører, som leverer varerne på din bopæl.

Du vil få udleveret et varekatalog. Hvis du selv kan bestille dagligvarerne i varekataloget på internettet, skal du gøre dette. Hvis du ikke kan bruge internettet, kan du foretage dine bestillinger telefonisk.

I særlige tilfælde kan du få hjælp til at skrive indkøbsliste, bestille varer og sætte varer på plads, når de er ankommet til din bolig. Varerne leveres en gang om ugen i tidsrummet 8-18, og du vil på forhånd blive oplyst om, hvornår på dagen, at varerne kommer.

Leverandører

Egebjerg Købmandsgård

Telefon: 7025 8888

E-mail: Info@egebjergkobmandsgaard.dk

Supermarkedet Intervare

Telefon: 70 27 72 33

E-mail: support@intervare.dk

Web: www.intervare.dk

Her søger du om tilbuddet

Visitationen i Borgercenter Hjemmepleje

Vordingborggade 15

2100 København Ø

Telefon: 33 17 30 00

Fax: 33 17 30 18

E-mail: Du finder link til oprettelse af sikker e-mail nederst på vores hjemmeside:

www.kk.dk/borgercenterhjemmepleje.

HJÆLP OG STØTTE TIL PERSONLIG PLEJE

Hvis du oplever, at du ikke længere selv kan klare din personlige pleje, kan du søge kommunen om støtte og hjælp til fx at komme i bad og tage tøj af og på. Du får støtte af Københavns Kommune på baggrund af, hvad du selv kan klare, og hvad du har behov for, at andre støtter dig med. Hvis dit behov ændrer sig undervejs, vil vi sammen med dig revurdere, hvilken hjælp og støtte, som du har brug for.

Rehabilitering

Københavns Kommune vil gerne støtte dig i at kunne klare mest muligt selv i din hverdag.

Når du søger om hjælp og støtte til personlig pleje, vurderer kommunen derfor først, om du igen kan blive i stand til at klare noget af den personlige pleje selv. Hvis det er tilfældet, tilbyder vi det, som vi kalder et rehabiliteringsforløb. I forløbet arbejder du sammen med medarbejderne på at genvinde dine færdigheder.

Det kan ligeledes være, at vi under forløbet finder frem til, at du kan blive selvhjulpen ved at benytte mindre belastende arbejdsstillinger, dele opgaverne op eller gøre brug af andre redskaber eller teknologiske hjælpemidler.

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

For at søge om hjælp og støtte til personlig pleje, skal du kontakte visitationen i Borgercenter Hjemmepleje. Personlig pleje er omfattet af frit valg af leverandør og fleksibel hjemmehjælp. Læs mere i afsnittene Valg af leverandør og Praktiske informationer.

Personlig pleje

Hjælp til personlig pleje kan fx være støtte til at vaske sig eller komme i bad, tage tøj af og på, børste tænder og komme på toilet. Typisk vil du få daglig støtte til personlig pleje. Har du kun brug for hjælp til bad og hårvask, vil du dog som hovedregel få hjælp til dette én til tre gange om ugen. Du kan modtage personlig pleje hele døgnet, afhængigt af dine behov. Plejen bliver typisk udført om morgenen og om aftenen.

Du kan i særlige tilfælde få tilbudt et midlertidigt tryghedsopkald fra hjemmeplejen, hvis det kan medvirke til, at du ikke har behov for daglig hjælp og dermed kan bevare et mere selvstændigt liv.

Psykisk pleje og omsorg

Krise og sorg kan give behov for særlig omsorg og pleje i en tidsafgrænset periode. I disse tilfælde kan du få hjælp til sociale opgaver, som eksempelvis at skrive et brev, kontakte pårørende eller offentlige myndigheder.

Bemærk: Hvis du udelukkende har behov for støtte til psykisk pleje og omsorg, eller dit behov for psykisk pleje og omsorg er af længerevarende karakter, kan du søge Borgercenter Voksne eller Borgercenter Handicap om hjælp under hjemmevejlederordningen eller støtte- og kontaktpersonordningen. Du kan læse om de to ordninger i afsnittet: Andre tilbud i hjemmet side 20.

Bemærk: 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" side 47.

Leverandører

Kommunal leverandør

Hjemmeplejecenter Syd
Amager/Christianshavn/Valby/Vesterbro
Radisevej 6-8
2300 København S

Telefon 35 30 33 10

Hjemmeplejecenter Nord
Nørrebro/Bispebjerg/Brønshøj/Vanløse/Østerbro/City
Lærkevej 20
2400 København NV

Telefon 33 17 83 59

Web: www.kk.dk/densocialehjemmepleje

Private leverandører

Hjemmehjælpen A/S
Telefon: 70 20 13 25
E-mail: info@hjemmehjaelpen.dk
Web: www.hjemmehjaelpen.dk

Attendo København
Telefon: 33 91 91 00
E-mail: koebenhavn@attendo.dk
Web: www.attendo.dk/koebenhavn

Her søger du om tilbuddet

Visitationen i Borgercenter Hjemmepleje
Vordingborggade 15
2100 København Ø
Telefon: 33 17 30 00
Fax: 33 17 30 18

E-mail: Du finder link til oprettelse af sikker e-mail nederst på vores hjemmeside:
www.kk.dk/borgercenterhjemmepleje.

Klippekort

Københavns Kommune tilbyder et klippekort til dig, som har brug for støtte fra hjemmeplejen til personlig pleje og som samtidigt har en indkøbsordning eller tøjvaskeordning. Eller til dig, som har brug for støtte til personlig pleje fra hjemmeplejen og som samtidigt har et meget begrænset netværk. Med klippekortet får du én halv times ekstra valgfri hjælp om ugen.

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, indkøb eller hyggeligt samvær med din nærmeste hjemmehjælper uden forstyrrelser.

Opsparing af tid

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 højst opspare tre timers samlet hjælp. Aktiviteten skal blot kunne nås inden for den tid, du har sparet op. Du mister altså ikke dine klip efter 6 uger, men kan ikke spare mere op end tre timer. Vi tilstræber, at det er en hjælper fra din faste gruppe af medarbejdere, der deltager i din valgte aktivitet.

Bemærk

Du kan ikke bruge klippekortet til håndværksmæssige opgaver eller havearbejde, og du kan fx ikke få hjælp til vinduespudsning.

MAD OG MÅLTIDER

Københavns Kommune kan tilbyde dig hjælp og støtte til mad og måltider, hvis du eksempelvis ikke selv kan tilberede dine måltider. Hvilke tilbud, du kan få, afhænger af, hvad du selv kan klare, og hvad andre i dit hjem kan hjælpe dig med.

Spisetilbud

Spisetilbud er et tilbud til dig, som ikke selv kan stå for madlavningen, eller som ønsker at spise sammen med andre. Du har mulighed for at gå hen på et spisested og spise et varmt hovedmåltid alle ugens dage. Du kan frit benytte alle spisetilbud i byen. Du skal selv kunne komme hen til et spisetilbud og betale kontant på stedet.

Hvis du bliver syg, eller der er sneglatte veje har du mulighed for i stedet at få bragt mad fra en af leverandørerne af madudbringning.

Tilbuddet er tidsbegrænset til seks måneder, hvis du visiteres ud fra dit ønske om at spise med andre. Visiteres du til spisetilbud, fordi du ikke længere selv kan stå for madlavningen, er tilbuddet ikke tidsbegrænset.

Pris

Hovedmåltid (2 retter): 52 kr.

Hovedret: 44 kr.

Forret/dessert: 8 kr.

Her søger du om tilbuddet

Visitationen i Borgercenter Hjemmepleje

Vordingborggade 15

2100 København Ø

Telefon: 33 17 30 00

Fax: 33 17 30 18

E-mail: Du finder link til oprettelse af sikker e-mail nederst på vores hjemmeside:

www.kk.dk/borgercenterhjemmepleje.

Madklippekort

Madklippekort er et tilbud til dig, som ikke selv kan stå for madlavningen. Madklippekortet giver dig mulighed for at købe mad én gang om dagen i en privat restaurant eller forretning, der sælger mad ud af huset. Kommunen giver et tilskud til den mad, du køber. Du skal selv kunne transportere dig hen til restauranten eller forretningen.

Pris

Der ydes et tilskud på 12,50 kr. pr. måltid.

Leverandører

Du kan på kommunens hjemmeside www.kk.dk/mad-til-ældre finde en oversigt over, hvilke restauranter og forretninger, der er med i ordningen. Du kan vælge mellem alle de leverandører, der har tilmeldt sig ordningen. Du kan også selv opfordre leverandøren til at tilmelde sig.

Her søger du om tilbuddet

Visitationen i Borgercenter Hjemmepleje

Vordingborggade 15

2100 København Ø

Telefon: 33 17 30 00

Fax: 33 17 30 18

E-mail: Du finder link til oprettelse af sikker e-mail nederst på vores hjemmeside:

www.kk.dk/borgercenterhjemmepleje.

Madudbringning

Du kan blive visiteret til at få mad bragt ud, hvis du ikke kan lave mad og ikke er i stand til at gå hen til et spisested eller en restaurant og hente eller spise din mad. Du skal have behov for at få minimum tre måltider ugentligt.

Du kan hver dag vælge mellem flere hovedretter. Hovedretten kan suppleres med dessert eller forret, afhængigt af menuen. Du kan vælge en kommunal eller en privat leverandør. Da de private leverandører pakker deres mad på en særlig måde (MAP-pakket), er det muligt at bestille din mad, så retterne bliver leveret samlet én eller to gange ugentligt, og du selv varmer dem op, når du har lyst til at spise dem.

Pris

Hovedmåltid (2 retter): 56 kr.

Hovedret: 44 kr.

Forret/dessert: 12 kr.

Morgenmadspakke: 25 kr.

Smørrebrødspakke: 37 kr.

Leverandører

Det Danske Madhus

Telefon: 70 70 26 46

E-mail: kundeservice@ddm.dk

Web: www.detdanskemadhus.dk

Madservice a la carte (Kommunal leverandør)

Telefon: 38 27 42 60

E-mail: madservice@suf.kk.dk

Web: www.madservice.kk.dk

Tilberedning af mad samt oprydning og opvask

Du kan søge om hjælp til tilberedning af morgenmad, kold mad og mellemmåltider og hjælp til opvarmning af mad, herunder hjælp til afrydning og opvask, hvis du ikke selv er i stand til at udføre dette. Du kan også få hjælp og støtte til at spise og drikke. Du vil blive visiteret til tilbuddet efter en konkret vurdering af dit behov, og tilbuddet bliver udført af den leverandør, som du har valgt til personlig pleje.

Leverandører

Kommunal leverandør

Den Sociale Hjemmepleje

Hjemmeplejecenter Syd

Amager/Christianshavn/Valby/Vesterbro
Radisevej 6-8
2300 København S

Telefon 35 30 33 10

Hjemmeplejecenter Nord
Nørrebro/Bispebjerg/Brønshøj/Vanløse/Østerbro/City
Lærkevej 20
2400 København NV

Telefon 33 17 83 59

Web: www.kk.dk/densocialehjemmepleje

Private leverandører

Hjemmehjælpen A/S

Telefon: 70 20 13 25

E-mail: info@hjemmehjaelpen.dk

Web: www.hjemmehjaelpen.dk

Attendo København

Telefon: 33 91 91 00

E-mail: koebenhavn@attendo.dk

Web: www.attendo.dk/koebenhavn www.attendo.dk/Koebenhavn

Afløsning

Hvis du bliver passet af pårørende i dit eget hjem, uden at de får løn eller anden kompensation for det, er der mulighed for, at dine pårørende kan blive afløst i pasningsopgaven. Afløsning er gratis, og det vil almindeligvis være Den Sociale Hjemmepleje, der yder afløsning i dit hjem. Der kan normalt tilbydes afløsning i fire til otte timer pr. uge efter en konkret og individuel vurdering af visitator af din pårørendes behov. Det er Borgercenter Hjemmepleje, der bevilger afløsning.

Her søger du

Visitationen i Borgercenter Hjemmepleje

Vordingborggade 15

2100 København Ø

Telefon: 33 17 30 00

Fax: 33 17 30 18

E-mail: Du finder link til oprettelse af sikker e-mail nederst på vores hjemmeside:

www.kk.dk/borgercenterhjemmepleje.

Hjemmesygepleje

Hvis du har behov for hjælp til sygeplejeopgaver, kan du blive henvist til hjemmesygepleje via din praktiserende læge, hospitalslæge, speciallæge, Borgercenter Hjemmepleje eller din hjemmehjælp. Sygeplejen udfører alle sygeplejerskeopgaver, som kan udføres i eget hjem. Det kan være sårpleje, smertebehandling, insulingivning og stomipleje og tilbud om samtaler, der kan støtte dig i at opnå et bedre helbred.

Hjemmesygeplejen har fokus på at støtte dig i at mestre dit eget liv. Det betyder, at sygeplejen udarbejdes i samarbejde mellem dig og medarbejderen.

Det er Socialforvaltningens sundhedsfaglige personale, der udfører sygeplejeopgaver i hjemmet. Bemærk, at det er Hjemmesygeplejevisitationen, som tager stilling til indsatser indenfor hjemmesygepleje.

Kontakt

Hjemmesygeplejevisitationen

Telefon: 33 17 30 00

Der er telefontid på følgende tidspunkter:

Mandag kl. 10-14

Tirsdag kl. 10-14

Onsdag kl. 11-14

Torsdag kl. 11-14

Fredag kl. 10-14

E-mail: Du finder link til oprettelse af sikker e-mail nederst på vores hjemmeside:

www.kk.dk/borgercenterhjemmepleje.

Mulighed for tilkøb af ekstra hjemmepleje og mad

Du kan tilkøbe ekstra hjemmepleje og mad, udover hvad du er visiteret til, hos de private leverandører. I perioden 2018 – 2020 kan du som noget nyt, hvis du er visiteret til hjemmepleje eller madservice med udbringning, også tilkøbe ekstra hjemmepleje og mad hos de kommunale leverandører.

Hjemmepleje

Københavns Kommunes hjemmepleje

Københavns Kommunes hjemmepleje tilbyder i perioden 2018-2020 mulighed for at tilkøbe ekstra hjemmepleje, hvis du allerede er visiteret til enten hjemmepleje eller madservice med udbringning. Du kan fx købe hovedrengøring, oprydning, rengøring af køleskab og afrimning af fryser. Hvis du ønsker at købe ekstra hjælp fra den kommunale hjemmepleje, skal du ringe til det nummer, du normalt ringer til hjemmeplejen på.

Den private leverandør af hjemmepleje, Attendo

Som privat leverandør tilbyder Attendo mulighed for at tilkøbe ekstra hjemmepleje. Attendo tilbyder fx hovedrengøring, oprydning, rengøring af køleskab og afrimning af fryser. Hvis du ønsker at købe ekstra hjælp fra Attendo, skal du kontakte Attendo København. Du kan læse mere www.attendo.dk/kobenhavn

Den private leverandør af hjemmepleje, HjemmeHjælpen A/S

Som privat leverandør tilbyder HjemmeHjælpen A/S mulighed for at tilkøbe ekstra hjemmepleje. HjemmeHjælpen A/S tilbyder fx hovedrengøring, oprydning, rengøring af køleskab og afrimning af fryser. Hvis du ønsker at købe ekstra hjælp fra HjemmeHjælpen A/S, skal du kontakte HjemmeHjælpen A/S i København. Du kan læse mere på www.hjemmehjaelpen.dk

Madservice med udbringning

Den kommunale leverandør, Københavns Madservice

Københavns Madservice tilbyder i perioden 2018-2020 mulighed for tilkøb af mad, hvis du allerede er visiteret til hjemmepleje eller madservice med udbringning. Københavns Madservice tilbyder tilkøb af ekstra måltider fra den daglige menu samt festmåltider til 6, 8 eller 12 personer. Hvis du ønsker at købe ekstra mad fra Københavns Madservice, skal du kontakte Københavns Madservice. Du kan læse mere på www.madservice.kk.dk

Den private leverandør, Det Danske Madhus

Du kan tilkøbe mad, udover den mad du er visiteret til, fra Det Danske Madhus. Det Danske Madhus tilbyder, at du enten kan bestille via bestillingsark eller online. Hvis du ønsker at købe ekstra mad fra Det Danske Madhus, skal du kontakte Det Danske Madhus. Du kan læse mere på www.detdanskemadhus.dk

HJÆLPEMIDLER

Hjælpemidler og boligændringer

Hvis du har brug for hjælpemidler i forbindelse med sygdom eller et fysisk eller et psykisk handicap, kan du kontakte Borgercenter Handicap. Du kan søge om tekniske eller personlige hjælpemidler samt boligændringer. Nogle hjælpemidler kan du få, mens andre er til låns. Borgercenter Hjemmepleje kan, i forbindelse med en visitation til rehabilitering og hjemmehjælp, være behjælpelig med at lave en ansøgning om hjælpemidler. Udlån af hjælpemidler og hjælp til indretning af boligen er som hovedregel gratis. Dog kan der være udgifter til drift og vedligeholdelse, fx dæk og slanger til kørestol eller strøm til el-scooter. Der kan også være egenbetaling forbundet med hjælpemidler, hvis hjælpemidlet er et såkaldt forbrugsgode. Et

forbrugsgode er et produkt, som forhandles bredt til den almindelige befolkning. Nogle forbrugsgoder betragtes som sædvanligt indbo, og her ydes der ingen økonomisk hjælp til anskaffelse.

Eksempler på tekniske hjælpemidler

Rollatorer, badetaburetter, kørestole, toiletforhøjer

Eksempler på personlige hjælpemidler

Proteser, støttestrømper, parykker og ortopædisk fodtøj

Eksempler på boligændringer

Opsætning af greb og fjernelse af dørtrin

Eksempler på forbrugsgoder

El-scooter, ladcykler

Eksempler på sædvanligt indbo

Ipad, computer, robotstøvsugere, elcykler, elevationsseng, madrasser, hvilestole

Bemærk: I forbindelse med levering af hjemmehjælp kan det være nødvendigt, at der installeres hjælpemidler, der fungerer som arbejdsredskaber for personalet, fx en plejeseng eller en lift. Det er hjemmehjælpen, der står for anskaffelsen af arbejdsredskaber.

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

Her søger du om hjælpemidler:

Borgercenter Handicap

Modtagelsen

Thoravej 29

2400 København NV

Telefon: 33 17 88 00

E-mail: Skriv e-mail via <http://bch.kk.dk/kontakt>

ANDRE TILBUD I HJEMMET

Hjemmevejleder

Personer med betydelig nedsat fysisk eller psykisk funktionsevne eller særlige sociale problemer kan modtage socialpædagogisk hjælp gennem hjemmevejlederordningen. Formålet med ordningen er, at du med hjælp fra en hjemmevejleder kan bevare og forbedre dine psykiske, fysiske eller sociale funktioner, så du bedre bliver i stand til at skabe en tilværelse på egne præmisser.

Her søger du

Psykiatrienheden

Åben modtagelse (mandag - fredag 9.00- 15.00)

Griffenfeldsgade 46

2200 København N

Telefon: 33 17 68 96

Personlig henvendelse efter aftale:

Valdemarsgade 6

1665 København V

Telefon: 33 17 68 96 (mandag - fredag 10 -13) **Borgercenter Handicap**

Borgere med handicap (fx udviklingshæmning, autisme, Asperger eller en hjerneskade) skal henvende sig til:

Borgercenter Handicap

Modtagelsen

Thoravej 29

2400 København NV

Telefon: 33 17 88 00

E-mail: Skriv e-mail via <http://bch.kk.dk/kontakt>

Støtte- og kontaktperson

Borgere med psykiske eller sociale problemer kan få hjælp af en støttekontaktperson. Støttekontaktpersonordningen er målrettet de mest socialt udsatte og isolerede psykisk sårbare, der almindeligvis ikke gør brug af, eller ikke kan gøre brug af de allerede eksisterende tilbud.

SKP-medarbejderens opgave er at skabe og opbygge kontakt til borgeren og medvirke til, at borgeren støttes til at modtage de tilbud om omsorg og støtte, som Københavns Kommune og andre myndigheder tilbyder.

Borgeren er ikke nødvendigvis kendt af de sociale myndigheder på forhånd, og der er således ikke tale om en visiteret ordning.

Hjemløseenheden, Psykiatrienheten og Center for Rusmiddelbehandling i Borgercenter Voksne kan sætte dig i kontakt med en støttekontaktperson. Du kan se kontaktoplysninger nedenfor:

Her søger du

Psykiatrienheten

Åben modtagelse (mandag - fredag 9.00- 15.00)

Griffenfeldsgade 44

2200 København N

Telefon: 33 17 42 62

Personlig henvendelse efter aftale:

Valdemarsgade 6

1665 København V

Telefon: 33 17 68 96 (mandag - fredag 10 -13)

Boligrådgivning

Boligrådgiverne er et tilbud til alle borgere, der modtager støtte på følgende tre områder: Indslusning i egen bolig, fastholdelse og fogedsager.

Boligrådgiverne samarbejder med borgerne om indflytningssyn, herunder gennemgang af husorden, introduktion til nærmiljøet m.m. Boligrådgiverne arbejder også med opsøgende indsatser, når borgere er i risiko for at miste sin bolig.

Boligrådgiverne rådgiver for eksempel borgerne, når de er blevet sanktioneret i kontanthjælp, ikke kan få budgettet til at hænge sammen, ved husordenssager og ved fogedsager.

Kontakt

Nørrebro

Telefon 28 51 71 78 – Nørrebro

Vesterbro, Valby, City

Telefon 23 63 8127

Amager

Telefon 33 17 2336

Bispebjerg, Brønshøj, Husum, Vanløse og Østerbro

Telefon 33 17 4418

Særligt for borgere indskrevet på herberger og krisecentre

Der er et særligt boligrådgivertilbud for borgere indskrevet på herberger og krisecentre, hvor der gives støtte i overgangen til egen bolig. Det er kontaktpersonen på det enkelte tilbud som i samarbejde med borgeren, sender en bestilling på en boligrådgiver.

Kontakt

Boligrådgiverne
Farvergade 10, st.,
1463 København K

Telefon: 26 37 55 62

Boligrådgiverne kan kontaktes alle hverdage i dagtimerne.

MIDLERTIDIGE DØGNOPHOLD

Københavns Kommune kan tilbyde dig et midlertidigt døgnophold, hvis du i en kortere periode har brug for ekstra pleje og rehabilitering. Tilbuddet er for dig, der har behov for et midlertidigt ophold på et rehabiliteringscenter.

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

Bemærk: Der er en egenbetaling på 131 kr. pr. døgn. Det dækker mad og vask af linned. Et akutplejeophold er gratis. Du vil modtage en regning for dit ophold i din e-boks. Hvis du er frameldt e-boks, får du sendt en faktura med posten. Et akutplejeophold er gratis.

Midlertidigt ophold

Du kan blive visiteret til et midlertidigt ophold, hvis du i en periode har brug for ekstra pleje og rehabilitering efter en skade eller et fald i funktionsevne.

Du kan blandt andet også blive visiteret til et midlertidigt ophold:

- hvis du skal have afklaret dit behov for hjælp
- hvis du ikke kan opholde dig derhjemme af akutte omstændigheder - som fx brand
- hvis din bolig skal renoveres (fx fordi ejendommens administrator kræver det), og dine plejebehov ikke kan tilgodeses i den bolig, som ejendomskontoret har stillet til rådighed.

Se endvidere akuttillbud ved Psykisk krise side 24.

Aflastningsophold

Du kan blive visiteret til aflastningsophold, hvis din ægtefælle eller nære pårørende skal aflastes i en kort periode på grund af ferie eller sygdom.

Her søger du

Visitationen i Borgercenter Hjemmepleje

Vordingborggade 15

2100 København Ø

Telefon: 33 17 30 00

Fax: 33 17 30 18

E-mail: Du finder link til oprettelse af sikker e-mail nederst på vores hjemmeside:

www.kk.dk/borgercenterhjemmepleje.

Akutplejeophold

Du kan blive visiteret til et akutplejeophold, hvis du har brug for omfattende og kompleks sygepleje med hyppig observation, pleje og behandling gennem hele døgnet i en periode.

Under opholdet vil der udover sygepleje også være fokus på, at du får hjælp til at genvinde eller vedligeholde dine daglige færdigheder. Når du ikke længere har behov for en akut indsats, vil du enten komme hjem eller blive visiteret til et rehabiliteringsophold.

Palliativt ophold

Du kan blive visiteret til et palliativt ophold, hvis du er uhelbredeligt syg og døende og fx har behov for særlig palliativ sygepleje gennem hele døgnet, og dine plejebehov ikke kan tilgodeses i en almindelig bolig. Under opholdet er der fokus på at lindre dine symptomer og støtte dig og dine pårørende.

Generelt om Midlertidigt ophold

Opholdets varighed

Længden af dit ophold bliver vurderet ud fra din situation.

AKUTTILBUD VED PSYKISK KRISE

Du kan døgnet rundt få støtte og rådgivning i Akutt tilbuddet. Akutt tilbuddet er et tilbud til dig, der oplever en akut psykisk krise, eller er pårørende til et menneske i krise.

Tilbuddet består af tre former for hjælp:

- En døgnbemandet akuttelefon med nummer 33 17 29 00
- Mulighed for at få støtte og rådgivning. Du kan både få støtte og rådgivning pr. telefon eller møde op personligt. Vi anbefaler, at du ringer i forvejen
- Mulighed for at overnatte i akutt tilbuddet.

Akutt tilbuddet er til dig, der oplever at være overvældet af angst, magtesløshed eller har det psykisk svært på grund af eksempelvis en fyring, 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 klare/håndtere den situation du befinder dig i.

Akuttillbuddet kræver hverken en diagnose eller henvisning fra en læge.

Bemærk:

Fysisk indgang til akuttillbuddet er ikke handicapvenlig.

Kontakt

Akuttillbud for psykisk sårbare

Griffenfeldsgade 44, opgang 46, 3. sal

2200 København N

Telefon: 33 17 29 00

AKTIVITETS- OG SAMVÆRSTILBUD

Københavns Kommune råder over en række samværs-, støtte- og aktivitetstilbud. Nogle tilbud kræver du bliver visiteret, mens andre er åbne. Her kan du også købe et billigt måltid mad eller snakke med en medarbejder, hvis det er det, du har brug for. For en nærmere beskrivelse af de enkelte tilbud henviser vi til Københavns Kommunes hjemmeside www.kk.dk/indhold/stotte-og-aktivitetstilbud. Via linket kan du se, hvor du ansøger om de visiterede tilbud i Borgercenter Voksne og Borgercenter Handicap.

Samværs-, støtte- og aktivitetstilbud og beskyttet beskæftigelse kan omfatte:

- Aktivitets- og samværstilbud for borgere med sindslidelse
- Samværs- og aktivitetstilbud eller beskyttet beskæftigelse til borgere med handicap
- Væresteder og særlige jobtilbud til hjemløse borgere
- Akutte sundhedstilbud til borgere, der lever på gaden
- Støttekontaktpersoner til borgere med psykisk sårbarhed

FRIVILLIGE FORENINGER OG TILBUD

Socialforvaltningen har lavet en guide over frivillige foreninger og væresteder i København, der hedder Guide til det frivillige sociale København.

Guiden indeholder navne, adresser og telefonnumre på knapt 130 frivillige foreninger.

I Frivillighedsguiden kan du finde inspiration og det rette sted at henvende dig, hvis du ønsker at arbejde som frivillig eller få kontakt til en frivillig forening eller værested. Guiden er gratis, så hvis du ønsker et eksemplar, kan du sende en mail til Paragraf18@sof.kk.dk med dit navn og adresse. Guiden sendes ud, så længe lager haves. Guiden kan også downloades fra Københavns Kommunes hjemmeside: www.kk.dk/artikel/arbejde-med-socialt-udsatte-borgere. Guiden er et øjebliksbillede fra 2014 og indeholder langt fra alle frivillige foreninger i København.

LEDSAGELSE

Borgere mellem 12-67 år, der ikke kan færdes alene på grund af fysisk eller psykisk funktionsnedsættelse, kan tilbydes personlig ledsagelse i op til 15 timer om måneden. Det er en betingelse, at timerne benyttes i forbindelse med fritidsaktiviteter uden for hjemmet. Formålet med ledsagelse er at give personer med handicap større handlefrihed og mulighed for at deltage i aktiviteter på egen hånd - uden at være afhængig af hjælp fra pårørende eller forældre. Det er Borgercenter Handicap, der bevilger og administrerer ledsagelse.

Her søger du

Borgercenter Handicap

Modtagelsen

Thoravej 29

2400 København NV

Telefon: 33 17 88 00

E-mail: Skriv e-mail via <http://bch.kk.dk/kontakt>

HANDICAP- OG ÆLDREBOLIGER

Du kan i Københavns Kommune få tildelt en ældrebolig, der er særligt indrettet til ældre og handicappede. I en ældrebolig har du mulighed for at få samme hjælp, som hvis du boede i en almindelig bolig.

Du kan søge om en ældrebolig, hvis der ikke er mulighed for at indrette din nuværende bolig hensigtsmæssigt. Fx hvis du ikke kan gå på trapper og har behov for elevator eller kørestol. Med en ældrebolig får du en et- eller toværelses lejlighed i et ældreboligkompleks. Hvis du har børn eller en partner/ægtefælle, kan de også flytte med i ældreboligen.

Når du er godkendt til en ældrebolig, kan du vælge, om du ønsker at bo i en af kommunens boliger eller i en anden kommune. Tilflytningskommunen skal dog også vurdere, om du kan godkendes til en ældrebolig. Selvom du er godkendt til en ældrebolig i København, kan du få afslag i en anden kommune.

Får du tilbudt en bolig, har du kort betænkningstid. 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, vil din ansøgning dog blive sat i bero.

Sådan søger du

Du skal kontakte din sagsbehandler eller, hvis du modtager hjemmehjælp, en hjemmeplejevisitator, der sammen med dig vil udfylde et ansøgningsskema med oplysninger om dine funktionsbegrænsninger og nuværende boligforhold. Din ansøgning vil derefter blive videresendt til Den Centrale Boligvisitation, der vil kvittere for modtagelsen og vurdere, om du er berettiget til en ældrebolig. Har du ikke en sagsbehandler/visitator skal du kontakte Den Centrale Boligvisitation på tlf. 35 30 38 28.

SUNDHEDSTILBUD OG GENOPTRÆNING

Københavns Kommune har tilbud til dig med behov for stresshåndtering og til dig med kronisk sygdom som fx diabetes og KOL. Vi har fokus på at støtte dig i at leve så selvstændigt og aktivt et liv som muligt.

Genoptræning

Genoptræning er et tilbud, hvor du efter sygdom eller skade får mulighed for at genvinde og styrke dine færdigheder i at klare dagligdagen. Træningen foregår i kommunens sundhedshuse og træningscentre og typisk som træning på hold. I særlige tilfælde tilbydes individuel træning. Et træningsforløb er tidsbegrænset og forløber over en periode på op til 12 uger, oftest med træning én til tre gange om ugen.

Her søger du om tilbuddet

Visitationen i Borgercenter Hjemmepleje
Vordingborggade 15
2100 København Ø
Telefon: 33 17 30 00
Fax: 33 17 30 18

E-mail: Du finder link til oprettelse af sikker e-mail nederst på vores hjemmeside:

www.kk.dk/borgercenterhjemmepleje.

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

Vedligeholdende træning

Vedligeholdende træning tilbydes ofte i forlængelse af et genoptræningsforløb og koordineres med andre former for hjælp i hjemmet, fx praktisk hjælp eller personlig pleje. Vedligeholdende træning bevilges ud fra en konkret og individuel vurdering og gives til personer, som har brug for en individuel træningsindsats med henblik på at kunne vedligeholde fysiske eller psykiske færdigheder. Vedligeholdende træning er gratis og tilbydes almindeligvis en til tre gange om ugen for en periode på tre måneder, men kan forlænges, hvis der er behov for dette.

Her søger du om tilbuddet

Visitationen i Borgercenter Hjemmepleje
Vordingborggade 15
2100 København Ø
Telefon: 33 17 30 00
Fax: 33 17 30 18

E-mail: Du finder link til oprettelse af sikker e-mail nederst på vores hjemmeside:

www.kk.dk/borgercenterhjemmepleje.

Forebyggende tilbud i forbindelse med genoptræning

I forbindelse med din genoptræning har du mulighed for ved behov at få hjælp til rygestop og sundere kost- og alkoholvaner.

Hvor kan jeg søge om tilbuddet?

I den første undersøgelse i dit genoptræningsforløb vil du få mulighed for at tale med din ergo- eller fysioterapeut om din sundhed og dit eventuelle behov for et forebyggende tilbud.

Tilbud til dig med KOL eller hjerte-kar-sygdomme

Sundhedshusene tilbyder forløb til borgere, der har KOL eller hjerte-kar-sygdom. Tilbuddet indeholder støtte og inspiration til at håndtere din sygdom og til en sund livsstil. Du får også mulighed for at møde andre, der lever med en kronisk sygdom, og udveksle erfaringer.

Du får som det første tilbudt en personlig samtale, hvor du sammen med en medarbejder vil skræddersy dit forløb. Dit forløb kan bestå af:

- undervisning i livet med sygdommen
- træning på hold
- kostvejledning og madlavning
- rygestopvejledning
- samtale om alkohol.

Hvor kan jeg søge om tilbuddet?

Tilbuddet kræver henvisning fra egen læge eller fra et hospital.

Tilbud til dig med diabetes

Center for Diabetes tilbyder forløb til borgere med type 2-diabetes. Tilbuddet indeholder støtte og inspiration til at håndtere din sygdom og til en sund livsstil. Du får også mulighed for at møde andre med diabetes og udveksle erfaringer. Du får som det første tilbudt en personlig samtale, hvor du sammen med en medarbejder vil skræddersy dit forløb. Dit forløb kan bestå af:

- undervisning i at leve med sygdommen
- træning på hold
- kostvejledning og madlavning
- rygestopvejledning
- samtale om alkohol

Hvor kan jeg søge om tilbuddet?

Tilbuddet kræver henvisning fra egen læge eller fra et hospital.

Center for Diabetes

Vesterbrogade 121, 3. sal
1620 København V
Telefon: 35 30 24 00
www.Diabetes.kk.dk

Tilbud til dig med kræft

Center for Kræft og Sundhed tilbyder forløb til borgere med kræft. Tilbuddet indeholder støtte og inspiration til at håndtere din sygdom og til en sund livsstil. Du får også mulighed for at møde andre, der lever med kræft, og udveksle erfaringer.

Du får som det første tilbudt en personlig samtale, hvor du sammen med en medarbejder vil skræddersy dit forløb. Dit forløb kan fx bestå af:

- undervisning
- træning på hold
- kostvejledning
- rygestopvejledning
- samtaler med psykologer og socialrådgivere.

Centret har også tilbud til pårørende og efterladte.

Hvor kan jeg søge om tilbuddet?

Tilbuddet kræver henvisning fra egen læge eller fra et hospital.

Center for Kræft og Sundhed
Nørre Ålle 45
2200 København N
Telefon: 82 20 58 00
www.kraeftcenter-kbh.dk

Tilbud til dig med en Erhvervet hjerneskade

Hjerneskade- og Rehabiliteringscentret tilbyder rehabilitering og genoptræning til borgere med erhvervet hjerneskade. Centrets personale har tværfaglig og specialiseret viden og erfaring indenfor hjerneskadeområdet og kan tilrettelægge et genoptrænings- og rehabiliteringsforløb sammen med dig. På Hjerneskade- og Rehabiliteringscentret kan du modtage ambulante genoptræning, hvor du bor hjemme og kommer til træningen på centret.

Du kan også blive visiteret til et midlertidigt døgnophold på Hjerneskade- og Rehabiliteringscentret, hvis du har været indlagt på hospitalet efter en hjerneskade og fået en genoptræningsplan, og i en periode har behov for ekstra pleje og rehabilitering døgnet rundt, som ikke kan varetages af hjemmeplejen. Du vil

efterfølgende kunne overgå til at modtage en del af din rehabilitering i dit eget hjem sammen med personale fra din døgnafdeling.

Hvis du har behov for et midlertidigt døgnophold på Hjerneskade- og Rehabiliteringscentret, bliver du kontaktet af en hjerneskadekoordinator eller udskrivningskoordinator fra kommunen. Det vil ske i forbindelse med, at du udskrives fra hospitalet. Du kan få tilbudt ambulante genoptræning, efter du har været indlagt på hospitalet eller har haft et midlertidigt døgnophold.

Læs meget mere og se kontaktoplysninger på www.hjerneskade.kk.dk

Tilbud til dig med ryg- og nakkelidelser

Sundhedshus Nørrebro tilbyder udredning og behandling til borgere med ryg- og nakkelidelser. Tilbuddet består af tværfaglig udredning, information og rådgivning samt behandlingsforløb ved fysioterapeuter, kiropraktorer, socialrådgivere og speciallæger i reumatologi.

Rygcenter
Sundhedshus Nørrebro
Mimersgade 41
2200 København N
Telefon: 35 30 2530

Hvor kan jeg søge om tilbuddet?

Det er din praktiserende læge, speciallæge, hospitalsafdelinger eller Sygedagpenge – Ydelsescenter København, som kan henvise dig.

Stressklinikker

Dette tilbud er til dig, som oplever symptomer på stress. Stressforløbet varetages af psykologer og foregår på hold med 14 deltagere. Holdet mødes én gang om ugen i 9 uger. Hver session varer 3 timer. Meditation og samtaler er de centrale metoder. På holdet vil du træne korte og lange meditationer, kropslige øvelser og have dialoger i gruppen. Du har også mulighed for to personlige samtaler med psykologen.

For at få dette tilbud skal du:

- have oplevet symptomer på stress i mindst en måned (fx dårlig søvn, tristhed, irritabilitet, træthed og koncentrationsbesvær)
- have lyst til at deltage på et hold
- være interesseret i at lære at meditere
- ikke have en behandlingskrævende psykisk sygdom.

Der er hold på forskellige tidspunkter af dagen og om aftenen. Du finder stressklinikkerne på Sundhedshus Nørrebro og Lokalområdekantoret Amager.

Hvor kan jeg søge om tilbuddet?

Kontakt din praktiserende læge. Inden din deltagelse skal du udfylde et spørgeskema, som sendes til dig i din e-boks. Derefter skal du have en samtale med en psykolog på stressklinikken, hvor I finder ud af, om stress-forløbet er det rigtige tilbud til dig.

Hjælp til rygestop

Der findes en bred vifte af gratis tilbud, hvis du gerne vil have hjælp til at stoppe med at ryge. Du kan fx melde dig til et af de mange rygestopkurser. Rygestopkurserne foregår i mindre grupper på 7-15 deltagere, der sammen med en professionel rygestoprådgiver mødes og støtter hinanden i at stoppe. Grupperne mødes fem gange i løbet af seks uger ca. to timer pr. gang. Rygestopkurserne holdes forskellige steder i byen bl.a. i kommunens Sundhedshuse, på Rådhuset, på biblioteker og i kulturhuse, så du kan finde et tilbud i nærheden af dig.

Der er mulighed for at kombinere rygestoppet med motion ved hjælp af tilbuddet Fit og Kvit. Er du blevet henvist af egen læge til et forløb i et af vores sundhedshuse har du også mulighed for at få individuel rygestoprådgivning af en rygestoprådgiver i det pågældende center.

Du kan få tilskud til rygestopmedicin som fx nikotinplaster, når du deltager i et rygestoptilbud.

Du kan også downloade appen E-quit og få støtte til dit rygestop elektronisk og via sms.

Hvor kan jeg søge om tilbuddet?

Du kan finde et kursus, der passer dig på <http://stoplinien.dk/find-rygestoptilbud-naer-dig/hovedstaden/koebenhavns-kommune>

Du kan også ringe gratis til Stoplinien på 80 31 31 31 og få mere at vide om rygestop eller blive meldt til et kursus. Alternativt kan du tale med din læge og få en henvisning til et rygestopkursus.

Hjælp til dit eller din pårørendes alkohol- og/eller stofproblem

Du kan få gratis, anonym og professionel alkohol- og stofbehandling, hvis du ønsker at ændre vaner eller er tæt på én, der drikker for meget alkohol eller tager for stoffer. Du får en uforpligtende anonym samtale med en professionel rådgiver, der kan hjælpe dig med at finde netop det tilbud, der passer til dig eller din pårørende. Det kan fx være medicinsk behandling, samtaleforløb, familieorienteret behandling eller gruppebehandling. Behandlingen tilrettelægges efter din og dine pårørendes hverdag.

Hjælp til at drikke mindre alkohol

Hvis du er henvist af egen læge til et forløb i et af vores sundhedshuse, kan du få forebyggende samtaler om alkohol, hvis du ønsker at ændre dine alkoholvaner. Det foregår med en professionel medarbejder i sundhedshuset. Samtalerne kan fx handle om den rolle alkohol spiller i dit liv og om din motivation for at ændre vaner. Desuden kan vi aftale en plan med konkrete mål for de ændringer, du ønsker at gå i gang med.

Her finder du sundhedshusene:

Amager

Sundhedshus Amager
Hans Bogbinders Allé 3, opgang 7
2300 København S
Telefon: 3530 2070
www.sundhed.kk.dk

Indre by og Østerbro

Sundhedshus Østerbro
Randersgade 60
2100 København Ø
Telefon: 3530 3210
www.sundhed.kk.dk

Træningscenter Bispebjerg – Nørrebro

Frederiksborgvej 77
2400 København NV
Telefon 3317 1260
www.sundhed.dk

Vesterbro, Valby og Kgs. Enghave

Sundhedshus Vesterbro
Vesterbrogade 121
1620 København V
Telefon: 3530 4600
www.sundhed.kk.dk

Nørrebro og Bispebjerg

Sundhedshus Nørrebro
Mimersgade 41
2200 København N
Telefon: 3530 2530
www.sundhed.kk.dk

Vanløse, Brønshøj og Husum

Sundhedshus Vanløse
Indertoften 10
2720 Vanløse
Telefon: 3530 2590
www.sundhed.kk.dk

Hvor kan jeg søge om Rusmiddelbehandling?

Ring til Center for Rusmiddelbehandling på telefon 70 210 220, og få en uforpligtende anonym rådgivningssamtale.

Hvis du ønsker at komme i behandling for dit brug af stoffer eller alkohol kan du ringe på det samme telefonnummer og få en aftale eller møde personligt op på en rusmiddelenhed. Du kan komme til samtale allerede samme eller følgende dag ved personligt fremmøde. Hvis du ønsker at vide mere om alkoholbehandling, kan du også sende en SMS med teksten ALKOHOL til 1231, og du vil derefter blive ringet op.

Telefonrådgivning til drikkende og pårørende

Alkohollinjen 80 200 500

Anonym rådgivning til pårørende og drikkende. Få rådgivning om alkohol og hjælp til at finde løsningen på alkoholproblemer.

Voksentandpleje

Københavns Kommune kan tilbyde dig tandpleje i dit hjem eller på en klinik, hvis du af fysiske eller psykiske grunde ikke er i stand til at komme på en almindelig tandlægeklinik. Voksentandplejen kan også give undervisning i, hvordan mund, tænder og protese plejes korrekt.

Omsorgstandpleje

Du kan få tilbud om omsorgstandpleje i eget hjem, hvis du af fysiske eller psykiske grunde ikke er i stand til at komme på en almindelig tandlægeklinik. Du skal betale for at være tilmeldt Omsorgstandplejen. Du skal også være opmærksom på, at udbuddet af behandlinger, som kan gennemføres i Omsorgstandplejen, er begrænset.

Tilbuddet om omsorgstandpleje omfatter:

- tandrensning
- mindre tandfyldninger
- protesekorrektioner
- tandproteser
- smertestillende tandbehandling

Pris

Det koster 520 kr. pr. år.

Bemærk

Når du er tilmeldt Omsorgstandplejen kan du ikke samtidig få tilskud til tandbehandling fra den offentlige sygesikring til behandlinger hos almindelige tandlæger. Voksentandplejen giver dog også rådgivning om mulighederne for tilskud til tandlægebehandling hos almindelige tandlæger.

Specialtandpleje

Du kan tilbydes tandpleje på klinik, hvis du fx er udviklingshæmmet eller har en psykiatrisk lidelse og derfor ikke er i stand til at benytte 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.

Pris

Der er knyttet en egenbetaling til tilbuddet på maksimalt 1935 kr. årligt i 2018.

Bemærk

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. Voksentandplejen giver rådgivning om mulighederne for tilskud til tandlægebehandling.

Her finder du Voksentandplejen

Voksentandplejen
Tietgensgade 31B, 2. sal
1704 København V
Telefon: 3317 5780
www.voksentandplejen.dk

Hvor kan jeg søge om tilbuddet?

For at søge om tilbuddet skal du kontakte Borgercenter Hjemmeplejes visitation.

Visitationen i Borgercenter Hjemmepleje

Vordingborggade 15

2100 København Ø

Telefon: 33 17 30 00

Fax: 33 17 30 18

E-mail: Du finder link til oprettelse af sikker e-mail nederst på vores hjemmeside:

www.kk.dk/borgercenterhjemmepleje.

TILBUD TIL BORGERE 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.

Nyt center for borgere med demens

Center for Demens er placeret i De Gamles By på Nørrebro og tilbyder forskellige former for træning og rådgivning for borgere med demens i den tidlige fase, som er i stand til at klare moderat til hård fysisk træning og i udgangspunktet kan transportere sig selv til tilbuddet. Derudover tilbyder centret åben rådgivning til alle borgere og pårørende, som har spørgsmål om demens og mangler inspiration til at indrette eget hjem mere demensvenligt.

Rådgivningscenter for demens er for alle borgere

Her kan du få:

Rådgivningscenter for demens er for alle borgere og tilbyder:

- oplysning og formidling om demens
- undervisning i demens
- pårørendegrupper og netværk
- individuel rådgivning

Tilbuddene kan også foregå lokalt eller hjemme hos dig.

Du kan desuden få information om udredning og samarbejde med egen læge. Læs mere på www.demens.kk.dk

Kontakt

Center for Demens kan kontaktes via:
Henrik Pontoppidansvej 21 sal,
2200 København N.
Web: www.demens.kk.dk
Telefon: 2381 7575

Aktivitetstilbud for borgere med demens

På et aktivitetstilbud til borgere med demens har medarbejderne særlige kompetencer i forhold til demens, så de kan tilrettelægge målrettede aktiviteter og sikre støtte og omsorg sammen med dig. Ét af kommunens aktivitetstilbud er særligt målrettet yngre borgere med demens.

Hvor kan jeg søge om tilbuddet?

For at søge om tilbuddet skal du eller dine pårørende kontakte visitationen i Borgercenter Hjemmepleje.

Det koster 113 kr. pr. måned at være medlem, og derudover udgifter til mad, drikke og evt. materiale og aktiviteter. Hvis du har fået bevilliget kørsel til og fra aktivitetscentret, koster det 178 kr. pr. måned.

Midlertidige ophold for borgere med demens

Hvis du har en demenssygdom og din ægtefælle eller anden nær pårørende fx skal ud at rejse, kan du søge om et midlertidigt ophold på et demenscenter. Du kan også komme på et vurderingsophold på et demenscenter, hvis der er behov for en nærmere afklaring af, hvilken plejeboligform der bedst passer til dit behov.

Pris

Der er egenbetaling på opholdet.

Hvor kan jeg søge om tilbuddet?

For at søge om tilbuddet skal du eller dine pårørende kontakte visitationen i Borgercenter Hjemmepleje.

Visitationen i Borgercenter Hjemmepleje
Vordingborggade 15
2100 København Ø
Telefon: 33 17 30 00
Fax: 33 17 30 18

E-mail: Du finder link til oprettelse af sikker e-mail nederst på vores hjemmeside:
www.kk.dk/borgercenterhjemmepleje.

Demenscentre – plejeboliger målrettet borgere med demens

På demenscentre er boligerne samlet i mindre grupper i et overskueligt miljø. Medarbejderne har særlige kompetencer i forhold til demens og er tværfagligt sammensat af eksempelvis sundhedsfagligt personale, pædagoger og terapeuter. Det er ikke alle med demens, som har behov for at bo på et demenscenter, det afhænger af dit behov for støtte, pleje og omsorg.

Hvor kan jeg søge om tilbuddet?

For at søge om tilbuddet skal du eller dine pårørende kontakte visitationen i Borgercenter Hjemmepleje.

Visitationen i Borgercenter Hjemmepleje

Vordingborggade 15

2100 København Ø

Telefon: 33 17 30 00

Fax: 33 17 30 18

E-mail: Du finder link til oprettelse af sikker e-mail nederst på vores hjemmeside:
www.kk.dk/borgercenterhjemmepleje.

Pris

Du skal betale husleje, som i andre plejeboliger. Huslejen afhænger af, hvor du tilbydes bolig.

Her finder du tilbuddene til borgere med demens:

Amager	Østerbro	Nørrebro	Valby
Demenscenter Amager / Højdevang Sogns plejehjem	Demenscenter Fælledgården Drejøgade 3 2100 København Ø	Pleje- og demenscenter Klarahus Alléen 4 2200 København N	Demenscenter Ålholmhjemmet Maribovej 41 2500 Valby
Sundbyvestervej 97 2300 København S	• Rådgivningscenter • Aktivitetstilbud • Plejeboliger målrettet	• Rådgivningscenter	• Rådgivningscenter • Aktivitetstilbud

<ul style="list-style-type: none"> • Plejeboliger målrettet borgere med demens • Midlertidige- og demensvurderingsophold 	borgere med demens	<ul style="list-style-type: none"> • Aktivitetstilbud (for yngre borgere med demens) 	<ul style="list-style-type: none"> • Plejeboliger målrettet borgere med demens
Vanløse	Brønshøj	Vesterbro	Vesterbro
Bonderupgård Randbølvej 61 2720 Vanløse	Demenscenter Pilehuset Bystævneparken 24-25 2700 Brønshøj	Bryggergården Alsgade 15 1764 København V	Rundskuedagens Plejehjem Dannebrogsgade 44 1660 København V
<ul style="list-style-type: none"> • Plejeboliger målrettet borgere med demens 	Telefon 3827 4290 <ul style="list-style-type: none"> • Rådgivningscenter • Aktivitetstilbud • Plejeboliger målrettet borgere med demens • Plejeboliger målrettet borgere med Huntington-sygdomme • Plejeboliger målrettet borgere med frontotemporal demens • Midlertidige- og demensvurderingsophold • Sanseafdeling 	<ul style="list-style-type: none"> • Plejeboliger for borgere med alkoholrelateret demens 	<ul style="list-style-type: none"> • Plejeboliger for borgere med alkoholrelateret demens

MULIGHEDER FOR TILSKUD OG BEVILLING

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

Plejevederlag og pasningsorlov

Er du uheldeligt syg og døende, og ønsker du at dø hjemme, har dine pårørende mulighed for at søge om plejevederlag.

Plejevederlaget til pårørende beregnes på baggrund af deres indtægtsforhold/ ret til sygedagpenge og udgør pr. 1. januar 2018 en maksimal timepris på 174,32 kr.

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. Eksempelvis hvis de finder det mere fordelagtigt, eller hvis de ikke er berettiget til sygedagpenge. Basisbeløbet pr. 1. januar 2018 udgør 15.492 kr. 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 forudbetaling af plejevederlag er opfyldt. Under plejeforløbet er det samtidig muligt at få den nødvendige hjælp fra fx hjemmeplejen og hjemmesygeplejen

Kontakt oplysninger til visitationen i Sundheds- og Omsorgsforvaltningen

www.kk.dk/hjemmeplejen

Pasning af nærtstående

Pårørende med tilknytning til arbejdsmarkedet kan blive ansat af kommunen til at passe en nærtstående med et betydeligt og varigt handicap eller en langvarig eller uhelbredelig sygdom i hjemmet. Den pårørende har ret til orlov fra sit arbejde i perioden. Formålet med en sådan ordning kan være at varetage pleje- og omsorgsopgaver over for en nærtstående, som har et omfang, som ikke kan forenes med et erhvervsarbejde. Formålet kan også være at passe den nærtstående, mens kommunen vurderer, hvordan hjælpebehovet bedst kan tilrettelægges fremover. Den, der skal passe den nærtstående, kan blive ansat med løn i op til 6 måneder. Perioden kan, hvis særlige forhold taler for det, forlænges i yderligere 3 måneder. Pasningsperioden kan opdeles i flere perioder af minimum 1 måneds varighed. Ansættelsen kan også deles af flere personer. Hvis flere deler ansættelsen, skal de også dele lønnen.

Du kan søge om pasning af nærtstående ved at kontakte Borgercenter Handicap på telefon 33 17 88 00.

Læs mere på <http://bch.kk.dk/guide/orlov-med-loen-til-passe-naertstaaende/om-orlov-med-loen>

Handicapkørsel

Hvis du er svært bevægelseshæmmet og ikke kan benytte offentlige transportmidler, kan du søge om bevilling af handicapkørsel. Ordningen giver dig ret til 104 ture årligt og kan anvendes til alle formål. Du kan søge om op til 20 ekstra ture om året, hvis du har behov ud over de 104 ture. Hvis du får en bevilling fra kommunen, bliver du optaget i Movia flextrafik.

Du kan læse mere om Movia Flextrafik på deres hjemmeside: <https://www.moviatrafik.dk/flexkunde>.

Her søger du

Borgercenter Handicap

Modtagelsen

Thoravej 29

2400 København NV

Telefon: 33 17 88 00

E-mail: Skriv e-mail via <http://bch.kk.dk/kontakt>

Boligstøtte og særlig støtte til høje boligudgifter

Boligstøtte er et tilskud til huslejen. Du kan søge boligstøtte, hvis du bor til leje. 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.

Har du spørgsmål om boligstøtte, kan du få hjælp på www.borger.dk/boligstoette.

Særlig støtte til høje boligudgifter

Særlig støtte til høje boligudgifter, efter lov om en aktiv socialpolitik § 34, 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 om reglerne og søg på www.kk.dk/saerligstoette

BORGERSERVICE

Du kan komme i kontakt med Borgerservice på telefon 33 66 33 66. Du kan også møde personligt op hos Borgerservicecentrene.

Borgerservice Indre By

Nyropsgade 7

1602 København V

Borgerservice Sundby Bibliotek

Kvarterhuset

Jemtelandsgade 3

Borgerservice Hovedbiblioteket

Krystalgade 15

1172 København K

Åbningstider:	2300 København S	Åbningstider:
Mandag-onsdag klokken 10-17	Åbningstider:	Mandag-onsdag 11-17
Torsdag klokken 9-18	Mandag-onsdag klokken 10-17	Torsdag klokken 11-18
Fredag klokken 10-15	Torsdag klokken 9-18	Fredag klokken 11-17
	Fredag klokken 10-15	Lørdag kl.11-15
Borgerservice Øbro Jagtvej Bibliotek	Borgerservice BIBLIOTEKET Rentemestervej	Borgerservice Valby Bibliotek
Jagtvej 227	Rentemestervej 76	Annexstræde 2
2100 København Ø	2400 København NV	2500 Valby
Åbningstider:	Åbningstider:	Åbningstider:
Mandag-fredag klokken 11-17	Mandag-fredag klokken 10-16	Mandag klokken 10-18
		Tirsdag-torsdag klokken 12-18
		Fredag klokken 12-16
		Lørdag klokken 11-14
Borgerservice Kulturstationen Vanløse	Borgerservice Brønshøj Bibliotek	
Jernbane Allé 38	Krabbesholmvej 3	
2720 Vanløse	2700 Brønshøj	
Åbningstider:	Åbningstider:	
Mandag klokken 11-17	Mandag-fredag klokken 12-16	
Tirsdag-fredag klokken 12-17		
Lørdag kl. 10-14		

DIGITAL POST

Borgere i Københavns Kommune skal have en digital postkasse for at kunne modtage digital post fra det offentlige.

Oprettelse af digital postkasse

Du kan oprette en postkasse på borger.dk eller på e-boks.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, NemID eller andet, findes der forskellige muligheder for at få hjælp:

- Borgerservice kan hjælpe dig med digital selvbetjening
- Københavns Kommune udbyder gratis IT-kurser – du kan finde dem på www.kk.dk/indhold/digital-borger

Fritagelse for 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 vil søge om fritagelse for at have en digital postkasse skal du henvende dig til Borgerservice.

VISITATION

Når du har anmodet Borgercenter Hjemmepleje om Hjælp i Hverdagen, bliver du kontaktet af en visitator, som vil lave en aftale om et besøg hos dig. Du kan invitere en bisidder til at støtte dig i samtalen og hjælpe med vigtige oplysninger. Bisidderen kan være en pårørende eller anden person, som kender dig godt.

Besøg i hjemmet

Ved besøget vil en visitator tale med dig om, hvordan du klarer aktiviteter i din dagligdag, samt observere dig i funktion for at kunne lave en fysisk, psykisk og social vurdering af din funktionsevne. I dialog med dig, vil visitator belyse dit helbred, din familiesituation og dit netværk. Ud fra en helhedsbetragtning, vil visitator, i samarbejde med dig, kunne danne sig et billede af dit behov for hjælp. Der vil indgå praktisk afprøvning af dit funktionsniveau.

På visitationsbesøget vil visitator afklare, hvordan du får mulighed for at deltage så aktivt som muligt i løsningen af opgaverne, og om du med en rehabiliteringsindsats har mulighed for at blive helt eller delvis selvhjulpent. Visitator vil også vurdere i hvilken grad, den øvrige husstand kan forestå eller hjælpe til med opgaverne i hjemmet. I de tilfælde, hvor en opgave måske tager lidt længere tid, end den normalt ville gøre uden hjælp, men hvor du faktisk er i stand til at løse den selv med den nødvendige tid til rådighed, vil der normalt heller ikke blive bevilget hjemmehjælp.

Afgørelse om hjælp

Bevilling af hjælp tager altid afsæt i en konkret og individuel vurdering af dine behov. Hjælpen gives på baggrund af en helhedsorienteret vurdering af din situation. Din samlede situation, såvel fysisk, psykisk som socialt indgår i den faglige vurdering i forhold til hvilken og hvor meget hjælp, du er berettiget til, og om du har behov for træning, midlertidig eller varig hjemmehjælp.

Visitor vil i samarbejde med dig forsøge at koordinere den bevilligede hjælp med eventuelle øvrige indsatser i dit hjem. Dette kan eksempelvis være sygepleje, hjemmevejledning og støttekontaktperson. Du vil efter visitationsbesøget modtage en skriftlig afgørelse fra Borgercenter Hjemmepleje om hvorvidt, du har ret til hjælp og i givet fald hvilken.

Bemærk: Du har pligt til at meddele Borgercenter Hjemmepleje, hvis der sker ændringer i dine og husstandens ressourcer, da det kan betyde ændringer i, hvilken hjælp du har ret til. Ved ændringer skal du henvende dig til visitationen.

Vejledningspligt

Som medarbejder i kommunen, har visitorator en pligt til at yde vejledning til dig som borger. Vejledningen skal sikre, at du kender dine muligheder for hjælp herunder at forstå dine rettigheder og pligter, så du kan gøre din indflydelse gældende under sagens behandling. Vejledningspligten er reguleret i forvaltningslovens § 7 og retssikkerhedslovens § 5.

Sagsbehandlingsfrister

Du kan forvente at modtage din afgørelse om hjælp indenfor de vedtagne sagsbehandlingstider for Socialforvaltningen i Københavns Kommune. Der er forskellige sagsbehandlingstider alt efter hvilken opgave, som du søger hjælp til. Nedenfor kan du se de forskellige sagsbehandlingsfrister.

Rehabiliteringsforløb <i>Lov om social service § 83a</i>	10 hverdage	Hvis det er nødvendigt, ydes hjælpen straks
Genoptræning <i>Lov om social service § 86</i>	10 hverdage	Ved anvendelse af ekstern terapeut, kan fristen være længere
Vedligeholdende træning <i>Lov om social service § 86</i>	10 hverdage	Ved anvendelse af ekstern terapeut kan fristen være længere
Personlige hjælpemidler <i>Lov om social service § 112</i>	4 uger	Ved udskiftning af eksisterende hjælpemiddel er sagsbehandlingstiden 2 uger
Tekniske hjælpemidler og forbrugsgoder <i>Lov om social service §§ 112 og 113</i>	8 uger	Ved større boligændringssager er sagsbehandlingstiden 16 uger

Praktisk hjælp <i>Lov om social service § 83</i>	2 uger	Hvis det er nødvendigt, ydes hjælpen straks
Personlig pleje <i>Lov om social service § 83</i>	2 uger	Hvis det er nødvendigt, ydes hjælpen straks
Psykisk pleje og omsorg <i>Lov om social service § 83</i>	2 uger	Hvis det er nødvendigt, ydes hjælpen straks
Madservice <i>Lov om social service § 83</i>	2 uger	Hvis det er nødvendigt, ydes hjælpen straks
Hjemmevejledning <i>Lov om social service § 85</i>	6 uger	
Støtte- kontaktperson <i>Lov om social service § 99</i>	1 uge	
Afløsning <i>Lov om social service § 84</i>	2 uger	Hvis det er nødvendigt, ydes hjælpen straks
Aflastning <i>Lov om social service § 84</i>	2 uger	Hvis det er nødvendigt, ydes hjælpen straks
Ledsagelse <i>Lov om social service § 97</i>	4 uger	
Midlertidigt ophold <i>Lov om social service §§ 107 og 108</i>	2 uger	Hvis det er nødvendigt, ydes hjælpen straks
Selvudpeget hjælper <i>Lov om social service § 94</i>	4 uger	
Kontant tilskud <i>Lov om social service § 95</i>	8 uger	
BPA <i>Lov om social service § 96</i>	10 uger	6 uger for genansøgninger
Merudgifter til voksne <i>Lov om social service § 100</i>	10 uger	
Voksentandpleje <i>Sundhedsloven § 131</i>	2 uger	
Pasning af døende <i>Lov om social service § 118</i>	1 hverdag	Ordnningen gives fra ansøgningstidspunktet eller det tidspunkt derefter, hvor forudsætningen for ordningen er opfyldt
Handicapkørsel <i>Lov om trafikelskaber § 11</i>	2 uger	

På vores hjemmeside <http://www.kk.dk/artikel/sagsbehandlingsfrister> finder du mere information om sagsbehandlingsfristerne i Københavns Kommune.

VALG AF LEVERANDØR

Når du har fået bevilget hjemmehjælp af Borgercenter Hjemmepleje, skal du tage stilling til hvem, der skal levere din hjemmehjælp. Du har mulighed for at vælge mellem en kommunal leverandør eller en privat leverandør. Du har også mulighed for selv at udpege en hjælper, som ansættes af Socialforvaltningen. Hvis du ønsker at gøre brug af denne mulighed, vil visitator vurdere den selvudpegede hjælpers kvalifikationer, inden vedkommende kan komme i betragtning. Læs mere i afsnittet om Selvudpeget hjælper.

Under særlige forudsætninger kan du også vælge at få udbetalt et kontant beløb, som bruges til at aflønne en hjælper, som du selv er arbejdsgiver for – se også afsnittet Kontant tilskud. Bemærk at frit valg af leverandør ikke gælder genoptræning, vedligeholdende træning og visse dele af rehabiliteringsforløb. Din visitator vil vejlede dig om mulighederne i dit konkrete tilfælde. Nedenunder kan du læse om dine muligheder for valg af leverandør samt forskellige måder at få leveret hjemmehjælp på.

Den Sociale Hjemmepleje

Den kommunale leverandør af hjemmehjælp i København, Den Sociale Hjemmepleje, leverer ydelser indenfor rehabilitering, praktisk hjælp, personlig pleje, psykisk pleje og omsorg samt afløsning i hjemmet.

Den Sociale Hjemmepleje

Hjemmeplejecenter Syd
Amager/Christianshavn/Valby/Vesterbro
Radisevej 6-8
2300 København S

Telefon 35 30 33 10

Hjemmeplejecenter Nord
Nørrebro/Bispebjerg/Brønshøj/Vanløse/Østerbro/City
Lærkevej 20
2400 København NV

Telefon 33 17 83 59

Web: www.kk.dk/densocialehjemmepleje

Private leverandører

Socialforvaltningen har indgået kontrakt med to private leverandører af hjemmehjælp indenfor områderne praktisk hjælp, personlig pleje samt psykisk pleje og omsorg, som du frit kan vælge. Kontaktoplysninger på leverandører af tøjvask, mad og indkøb findes under de respektive afsnit tidligere i kataloget.

De private leverandører af rehabilitering, praktisk hjælp, personlig pleje, samt psykisk pleje og omsorg er:

Hjemmehjælpen A/S

Telefon: 70 20 13 25

E-mail: info@hjemmehjaelpen.dk

Web: www.hjemmehjaelpen.dk

Attendo København

Telefon: 33 91 91 00

E-mail: koebenhavn@attendo.dk

Web: www.attendo.dk/Koebenhavn

Selvudpeget hjælper

Du har mulighed for selv at udpege en eller flere personer til at udføre hjemmehjælpen, f.eks. en pårørende eller en ven. Din selvudpegede hjælper vil blive indkaldt til en samtale hos Borgercenter Hjemmepleje, som vil handle om uddannelse, erfaring, tilknytning til dig, håndtering af rollen som hjælper samt opgavens indhold og omfang.

Det er Borgercenter Hjemmepleje, som tager stilling til, hvorvidt en person kan godkendes som selvudpeget hjælper. Bemærk: Ved din hjælpers ferie eller sygdom skal du som hovedregel selv udpege en afløser. Har du ikke mulighed for dette, kan du indgå en aftale med Den Sociale Hjemmepleje om at afløse.

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 Kommunes retningslinjer i forhold til arbejdsmiljøet
- Selvudpegede hjælpere kan som udgangspunkt ikke få afløsning efter reglerne om afløsning

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 hjemmehjælper, som du selv er arbejdsgiver og arbejdsleder for. At være arbejdsleder betyder, at du skal stå for arbejdsplanlægning og være med til at ansætte de personer, som skal levere hjælpen. At være arbejdsgiver betyder, at du har ansvaret for at administrere indsatsen, herunder personalejura samt varetagelse af lønadministration.

Her søger du

Visitationen i Borgercenter Hjemmepleje
Vordingborggade 15
2100 København Ø
Telefon: 33 17 30 00
Fax: 33 17 30 18

E-mail: Du finder link til oprettelse af sikker e-mail nederst på vores hjemmeside:

www.kk.dk/borgercenterhjemmepleje.

Bemærk: Hvis du har massive og sammensatte 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 fungere som daglig arbejdsleder, og arbejdslederansvaret kan ikke overdrages til andre.

Ansøgning om Borgerstyret Personlig Assistance skal ske til:

Borgercenter Handicap
Thoravej 29
2400 København NV
Telefon: 33 17 88 00

PRAKTISKE INFORMATIONER

Opstart af hjælp

Når du er bevilget rehabiliteringsforløb eller hjemmehjælp vil du blive kontaktet af den leverandør, du har valgt til at levere hjælpen, for at aftale en tid for jeres første møde. På det første møde skal I sammen finde ud af, hvornår hjemmehjælpen skal komme og aftale mål for indsatsen. Det er vigtigt, at du hjælper leverandøren med at skabe et overblik over den samlede indsats, der ydes i hjemmet, så leverandøren kan tilpasse hjælpen til dine behov.

Tidsfrister for opstart

Socialforvaltningen har opstillet følgende tidsfrister for opstart af hjemmehjælp:

Personlig pleje, psykisk pleje og omsorg, madservice

- Hjælpen sættes i værk én til to døgn efter, at leverandøren har modtaget besked fra Borgercenter Hjemmepleje
- 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 indenfor en uge

Praktisk hjælp

- Hjælpen iværksættes senest syv døgn efter, at leverandøren har modtaget Borgercenter Hjemmeplejes afgørelse om bevilling af hjælp
- Ved indkøbsordning kan hjælpen iværksættes indenfor en uge. Ved rengøring og tøjvask opstartes hjælpen senest 14 dage efter, at leverandøren er blevet orienteret

Rehabiliteringsforløb

- Rehabiliteringsforløbet bliver igangsat efter aftale med træner. Besøg fra træner vil finde sted indenfor 14 dage efter afgørelsen
- Hvis du har behov for hjælp, før rehabiliteringen kan blive igangsat, vil du blive bevilget almindelig hjemmehjælp, indtil rehabiliteringsforløbet starter op
- Ved akut behov for hjælp sættes hjælpen i gang straks

Træning

- Genoptræning vil blive igangsat umiddelbart efter første besøg af træningspersonale (besøget vil normalt finde sted indenfor 7 dage fra afgørelsestidspunktet)
- Vedligeholdende træning igangsættes indenfor syv dage fra afgørelsestidspunktet

Afløsning

- Aftales med Borgercenter Hjemmepleje

Hjemmet som arbejdsplads

For at kunne modtage rehabiliteringsforløb, hjemmehjælp og hjemmesygepleje, er det nødvendigt, at dit hjem kan fungere som en arbejdsplads for hjemmehjælpen.

Når hjælpen startes op, gennemgår leverandøren hjemmet i forhold til, om det lever op til gældende retningslinjer for et godt arbejdsmiljø. Hvis du skal have hjælp til praktiske opgaver, vil der blive stillet krav om anskaffelse af miljømærkede rengøringsmidler samt støvsuger og et moppesæt, som begge kan indstilles i længden. Hvis der er problemer i forhold til arbejdsmiljøet, vil du blive inddraget i løsningen. Du vil modtage en folder om arbejdsmiljø, når du visiteres til rehabilitering eller hjælp i hjemmet.

Et godt arbejdsmiljø indeholder overvejelser omkring

- Indeklima
- Elektriske installationer og apparater
- Lysforhold

- Gulvtæpper
- Pladsforhold/møblering
- Arbejdsredskaber
- Hjælpemidler
- Rengøringsmidler

Bemærk: Københavns Kommune har vedtaget, at det er en forudsætning for modtagelse af hjælp, at der ikke ryges i hjemmet i det tidsrum, hvor personalet opholder sig i boligen. Ligeledes kan du blive bedt om at lufte ud i forbindelse med besøg af hjemmehjælp eller visitator. Har du husdyr, skal disse befinde sig enten i bur eller i et andet rum, end der hvor hjemmehjælpen arbejder.

Læs mere om hjemmet som arbejdsplads på www.kk.dk/borgercenterhjemmepleje

Fleksibel hjemmehjælp

Du har ret til at bytte en indsats, du er visiteret til, med en anden hjemmehjælpsindsats efter frit valg. Du kan således bytte din støvsugning ud med f.eks. en gåtur. Du kan dog kun bytte dine indsatser, hvis hjemmehjælpen finder det fagligt forsvarligt at bytte, og den nye indsats holdes indenfor tidsrammen for den oprindelige indsats. Hvis du ønsker at bytte en indsats indenfor personlig pleje med en indsats indenfor praktisk hjælp, kræver det, at du er visiteret til begge typer indsatser. Hvis du gentagne gange bytter din hjælp til en bestemt anden indsats, vil dette indgå i Borgercenter Hjemmeplejes fremtidige vurderinger af din hjælps sammensætning.

Ændringer i hjælpen

Skift af leverandør

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

Ændring af bevilgede indsatser

Hvis du ønsker at ændre indholdet i din hjemmehjælp, skal du kontakte Borgercenter Hjemmepleje, hvorefter en visitator vil vurdere, om der er grundlag for en ændring.

Du har pligt til at meddele Borgercenter Hjemmepleje, hvis der sker ændringer i dine behov for hjemmehjælp, herunder husstandens muligheder for at yde hjælp.

Leverandørens aflysning af et besøg

En leverandør må ikke aflyse en aftale om personlig pleje eller psykisk omsorg og 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.

Du skal huske at give leverandøren af hjemmehjælp besked om ændringer, som har betydning for planlægning af din hjemmehjælp. Fx i de tilfælde hvor du ikke er hjemme eller du er på ferie.

Hvis leverandøren møder op til en aftalt tid, og du ikke er hjemme eller ikke lukker op, har leverandøren pligt til at finde ud af, om der er sket dig noget. Hvis leverandøren har begrundet mistanke om at du er i hjemmet og du er i nød, kan politiet blive bedt om med en hjælp fra en låsesmed, 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.

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 og dine pårørende og det personale, der skal pleje dig, hvis du forinden i et plejetestamente har givet udtryk for dine ønsker til pleje og omsorg.

Det er vigtigt, at dine ønsker til pleje og omsorg bliver respekteret. Derfor bør du huske at informere Borgercenter Hjemmepleje, hvis du har lavet et plejetestamente. Du kan få mere information om oprettelse af plejetestamenter ved at henvende dig til Københavns Borgerservice. Du kan læse mere på kommunens hjemmeside: <http://www.kk.dk/plejetestamente>

Brugerråd

Brugere af Socialforvaltningens hjemmepleje har nedsat et råd, hvor du som bruger har mulighed for at få uafhængig rådgivning om Socialforvaltningens hjemmepleje. Brugerrådet er ikke et klageorgan og kan derfor ikke behandle specifikke sager om enkelte personers forhold. Henvendelse til Brugerrådet kan ske til formanden.

Brugerrådet for Socialforvaltningens hjemmepleje

Formand Sven A. Knudsen
Ågade 120, st.tv.
2200 København N
Telefon: 38 34 06 61
E-mail: sven@kak.dk

KLAGEVEJLEDNING

Du har mulighed for at klage og rapportere om utilsigtede hændelser.

Klage over en afgørelse

Hvis du er uenig i en visitators afgørelse om træning eller hjemmehjælp, kan du klage til Borgercenter Hjemmepleje, som vil revurdere din sag. Hvis Borgercenter Hjemmepleje fastholder afgørelsen, sendes din

klage og sagens akter videre til Ankestyrelsen, som kan fastholde, ændre eller hjemvise afgørelsen til fornyet behandling. Alle afgørelser, du modtager fra Borgercenter Hjemmepleje, er vedlagt en klagevejledning, der nærmere forklarer, hvad du skal gøre for at klage over en afgørelse.

Bemærk: Hvis du ønsker at klage over en afgørelse, skal dette ske inden midnat senest fire uger efter du har modtaget afgørelsen. Klagen sendes til:

Visitationen i Borgercenter Hjemmepleje
Vordingborggade 15
2100 København Ø
Telefon: 33 17 30 00
Fax: 33 17 30 18

E-mail: Du finder link til oprettelse af sikker e-mail nederst på vores hjemmeside:
www.kk.dk/borgercenterhjemmepleje.

Klage over udførelse af opgaver eller personale

Hvis du er utilfreds med udførelse af en opgave i dit hjem eller en leverandørs personale, skal du kontakte den pågældende leverandør af hjemmehjælp eller Borgercenter Hjemmepleje. Du har også mulighed for at klage over denne type sager til Københavns Kommunes Borgerrådgiver. Du kan finde kontaktoplysninger på leverandører under afsnittet Valg af leverandør. Kontaktoplysninger til borgerrådgiveren kan ses nedenunder.

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: 33 66 14 00

Link til oprettelse af sikker e-mail til borgerrådgiveren:
<https://www.kk.dk/institution/borgerradgiveren>

Klage over sagsbehandlingen kan også rettes til socialborgmesteren. Du kan kontakte socialborgmesteren via hendes hjemmeside, www.mianyegaard.kk.dk.

Utilsigtede hændelser

Hvis du eller din pårørende er blevet skadet, eller har været i risiko for at blive skadet, 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 pga. vand på gulvet

Det er vigtigt at indsamle oplysninger om hændelser, hvor noget gik galt eller var ved at gå galt for at kunne forbedre sikkerheden i sundhedsvæsenet. Når du indrapporterer en utilsigtet hændelse til Styrelsen for Patientsikkerhed, vil informationen blive sendt til de steder, hvor hændelsen er sket, fx. hjemmeplejen eller hjemmesygeplejen i København, der har pligt til at undersøge sagen. Her vil hændelsen blive undersøgt med henblik på at undgå lignende fejl og skader. Herefter anonymiseres sagen og sendes retur til Styrelsen for Patientsikkerhed, som formidler viden om og lærer af sagerne på nationalt plan.

Du kan rapportere sundhedsfaglige utilsigtede hændelser til Dansk Patient Sikkerheds Database på <https://stps.dk/da/borgere/rapporter-en-utilsigtet-haendelse/>

LOVGRUNDLAG

Muligheder for Hjælp i Hverdagen er indsatser, der tager sit udgangspunkt i Lov om Social Service (serviceloven). Nogle indsatser i kvalitetsstandarden tager dog sit 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 persondataloven.

De forskellige lovområder danner grundlag for arbejdet i Socialforvaltningen og Sundheds- og Omsorgsforvaltningen. For de fuldstændige lovtekster samt vejledninger til lovene se:

www.retsinformation.dk

Serviceoven

Formål

§ 1. Formålet med denne lov er

- 1) at tilbyde rådgivning og støtte for at forebygge sociale problemer,
- 2) at tilbyde en række almene serviceydelser, 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

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. 4, 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. Det er en betingelse for tilskud til ansættelse af hjælper efter stk. 1-3, at tilskudsmodtageren er i stand til at fungere som arbejdsleder for hjælperne. 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 hjælper varetages i så fald af den nærtstående, foreningen eller den private virksomhed i samråd med den pågældende.

Stk. 5. 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 nærstående, en forening eller en privat virksomhed om, at tilskuddet overføres til den nærstående, 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 nærstående, 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 nærstående 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.

Hjælpe midler

§ 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 gennemslagsligt 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 lægehenvielse 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 forebyggende 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 omsorgstandpleje for de af stk. 1 omfattede personer.

§ 132. Kommunalbestyrelsen kan beslutte, at personer, der modtager et kommunalt tandplejetilbud efter § 131, selv skal betale en del af udgiften til tandpleje.

Stk. 2. Indenrigs- og sundhedsministeren fastsætter nærmere regler for størrelsen af den maksimale årlige betalingstakst, som kommunalbestyrelsen kan afkræve patienten.

For forebyggende og behandlende tandpleje, der er omfattet af overenskomst med Dansk Tandlægeforening, 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 specialiseret tandplejetilbud til sindslidende, psykisk udviklingshæmmede m.fl., der ikke kan udnytte de almindelige tandplejetilbud i børne- og ungdomstandplejen, praksistandplejen eller omsorgstandplejen.

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

Stk. 3. Regionsrådet driver efter aftale specialiseret tandplejetilbud til de i stk. 1 nævnte persongrupper.

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 bopælskommunen og i tilflytningskommunen. Tilflytningskommunens 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 handicap, jf. stk. 1, dør, har en efterlevende samlever ret til at fortsætte lejeforholdet.

Udkast