

Tilbud til ældre i København 2012

Indholdsfortegnelse

Forord

Tilbud til ældre i København

Sundhedstilbud

Aktivitetstilbud

Træning

Praktisk hjælp

Mad og måltider

Personlig pleje

Sygepleje

Hjælpemidler og boligindretning

Omsorgstandpleje

Ældrebolig

Plejebolig

Midlertidige døgnophold

Praktiske oplysninger

- Sådan søger
- Sådan er sagsbehandlingstiderne
- Sådan klager du
- Sådan er reglerne for afbud og aflysninger
- Sådan opretter du et plejetestamente

Lovgrundlag (bilag)

Forord

Kære københavnere

I Københavns Kommune er vi ambitiøse. Vi ønsker at forebygge frem for at behandle, og vi ønsker at yde aktiv hjælp frem for passiv. Målet er, at du får muligheden og støtten til at kunne klare dig selv længst muligt. For vi tror på, at det giver livskvalitet at være fri og uafhængig af hjælp fra andre.

I disse år er vi i gang med en reform af ældreplejen. Det betyder, at vi prioriterer ressourcerne anderledes. De ældre, der har mulighed for at blive selvhjulpne, støtter vi til at kunne klare sig selv mest muligt, mens de, der har et stort plejebæhov, får mere, bedre og højt professionaliseret hjælp. På den måde bruger vi ressourcerne der, hvor behovet er størst, og giver samtidig hjælp til selvhjælp, alle de steder vi kan. Det er en rimelig fordeling af kommunens ressourcer.

Vi vil f.eks. støtte dig i at få sundere vaner, at kunne klare trapperne, den daglige opvask eller indkøbsturen. Det gør vi, fordi vi tror på, at alle finder det mest meningsfuldt at være 'herre i eget liv'. Fordi det de næste mange år er nødvendigt at prioritere ressourcerne. Og fordi alle undersøgelser viser, at det at holde sig i gang og kunne klare sig selv forebygger sygdom og øger livskvaliteten.

I kataloget her finder du de sundhedstilbud, aktiviteter, støtte og pleje, som Københavns Kommune tilbyder. Brug det til at få et overblik over, hvilke muligheder du har.

God læselyst.

På vegne af Sundheds- og Omsorgsudvalget
Borgmester Ninna Thomsen (SF)

Tilbud til ældre i København

Som ældre i Københavns Kommune kan du få hjælp og støtte afhængig af din situation. Dette katalog beskriver kommunens tilbud til ældre, og hvordan og hvornår du kan få de forskellige tilbud.

Grundtanken i Københavns kommunes tilbud er, at du, der har mulighed for at blive uafhængig af hjælp, skal støttes i at klare dig selv mest muligt. Mens du, der har behov for hjælp og støtte, skal have den bedst mulige pleje i en tryk og aktiv hverdag. Kommunen har forskellige tilbud, alt efter behov og interesser.

Sundhedstilbud, praktisk hjælp og plejeboliger

Der er f.eks. sundhedstilbud, som støtter dig i at få sunde kostvaner, dyrke motion eller stoppe med at ryge, og dermed er med til at holde dig sund og forebygge sygdom.

Til dig, som har svært ved at overkomme og overskue nogle af hverdagens opgaver, og derfor har brug for f.eks. praktisk hjælp, personlig pleje, træning eller aktivitets tilbud, der aflaster i hverdagen og samtidig vedligeholder dine færdigheder og sociale netværk. Og til dig, som har fast brug for hjælp og støtte til både praktiske opgaver og personlig pleje, og som måske overvejer at få en tryk og aktiv alderdom i f.eks. en plejebolig eller en demensbolig, hvor du har mulighed for aktiviteter og fællesskab med andre ældre.

Københavns Kommunes tilbud varierer i forhold til betaling og hyppighed, og nogle af tilbuddene er åbne for alle, mens der er andre, som du kan søge om at få tilbudt, alt efter dine behov og kommunens serviceniveau.

Få overblik over dine tilbud

Åbne tilbud for alle	Tilbud, du skal søge om		
Sundhed og forebyggelse – til alle	Støtte og træning - til dig, som begynder at føle dig besværet i hverdagen	Hjælp og aflastning - til dig, som har brug for støtte og aflastning i hverdagen	Pleje og tryghed – til dig, som har brug for fast hjælp i hverdagen
Rygestopkurser Samtale om alkohol Sundhed på dit sprog Motion og kost Sundhedsrådgivning Forebyggende hjemmebesøg (75 år) Aktivitetstilbud (65 år og op efter) Motion XL (kræver henvisning fra egen læge) Seniorklubber Frivilligt arbejde	Ergonomisk vejledning Forebyggende aktivitets-tilbud Genoptræning Hjælpe midler Spisefilbud	Træning ved hjælp Genoptræning Åbne aktivitetstilbud Hjælpe midler Vedligeholdende træning Støtte til rengøring Støtte til personlig pleje Spisefilbud Madservice m. udbringning Turkøb Sygepleje på klinik Ældrebolig Rehabiliteringsophold Kræftrehabilitering Ryg genoptræning	Træning ved hjælp Genoptræning Visiterede aktivitetstilbud Hjælpe midler/ boligindretning Hjælp til personlig pleje Hjælp til rengøring Hjælp til tilberedning af mad og spisning Madservice m. udbringning Tøjvask Indkøbsordning Sygepleje i hjemmet/ egen bolig Vedligeholdende aktivitetstilbud Omsorgstandpleje Ældrebolig Plejebolig Demensbolig Rehabiliteringsophold Palliativt aflastningsophold Demensvurderingsophold Akut plejeophold

Sundhedstilbud

Københavns Kommunes sundhedstilbud giver dig mulighed for at holde dig sund og forebygge sygdom. Tilbuddene er for alle voksne i København. Sundhedstilbuddene findes i byens fem forebyggelsescentre, på nær Motion XL, som alene foregår på forebyggelsescenter Vesterbro.

Sundhedsrådgivning

En personlig samtale mellem dig og en sundhedsrådgiver, hvor du har mulighed for at gøre status over dine vaner og din sundhed. I taler om det, du har lyst til at gøre noget ved. I taler også om, hvilke tilbud der kan støtte dig i at tage de næste skridt mod et sundere liv, f.eks. motions- og kostvejledning, rygestopkursus eller samtale om alkoholvaner.

Hjælp til rygestop

Tilbuddet dækker over to forskellige rygestopforløb: rygestopkursus og Kom & Kvit. På rygestopkurset deltager du typisk sammen med 8-14 andre rygere og en rygestoprådgiver. Kurset består af fem møder á to timer over 6 uger. Kom & Kvit-tilbuddet er et fleksibelt forløb på 8 møder med forskellige emner. Du bestemmer selv, hvor ofte du vil komme. Møderne varer 1½ time og foregår en gang om ugen samme med en rygestoprådgiver.

Samtale om alkohol

En personlig og fortrolig samtale, hvor du sammen med en sundhedsrådgiver kan gøre status på dine alkoholvaner og tale om, hvordan du kan ændre dem. Hvis du er pårørende til en, der drikker for meget, kan du få en samtale om din situation. Vi taler om det, du har lyst til at gøre noget ved.

Sundhed på dit sprog

Tilbuddet henvender sig til borgere med anden etnisk baggrund end dansk. Sundhed på dit sprog bliver holdt som dialogmøder mellem borgere og

kommunes sundhedsformidlere. På møderne fortæller sundhedsformidlerne om f.eks. sund mad, motion, tandsundhed, diabetes 2, rygning, d-vitaminmangle og familieplanlægning/sexuel sundhed. Møderne skifter mellem foredrag og dialog. Sundhedsformidlerne taler dansk, men kan flere forskellige sprog.

Motion og kost i dit forebyggelsescenter

Et tilbud i dit forebyggelsescenter, der kan give dig et skub til at leve et sundere og mere aktivt liv. Du kan gå direkte ind fra gaden og få et individuelt forløb, hvor du gennem motionsvejledning og kostundervisning får mulighed for at ændre dine motions- og kostvaner. Hvis du har brug for fysisk træning, skal du henvises af egen læge.

Motion XL

For borgere, der er svært overvægtige og har en BMI (Body Mass Index) over 35. Hele forløbet varer 6 uger og består blandt andet i en indledende samtale, 28 træningsgange, motionsvejledning, prøvetimer og mulighed for kostundervisning. Tilbuddet kræver henvisning fra egen læge.

Praktisk information

Tilbud	Sundhedstilbud
Sundhedstilbud	For at tilmelde dig tilbuddet skal du ringe eller skrive til dit lokale forebyggelsescenter eller kontakte din praktiserende læge. De fleste aktiviteter kræver ikke lægehenvi- sning og er åbne for alle.

Hvor ligger forebyggelsescentrene?

Amager/Christianshavn

Forebyggelsescenter Amager

Hans Bogbinders Allé 3, opg. 7

2300 København S

Tlf. 82 20 51 00

www.fcc.kk.dk

Nørrebro

Forebyggelsescenter

Nørrebro

Tranevej 27 A-B

2400 København NV

Tlf. 38 16 00 70

www.scn.kk.dk

Vanløse

Forebyggelsescenter

Vanløse

Indertoften 10

2720 Vanløse

Tlf. 35 30 25 95

www.fcvanlose.kk.dk

Vesterbro

Forebyggelsescenter

Vesterbro-Kgs. Enghave

Vesterbrogade 121

1620 København V

Tlf. 82 20 52 50

<http://www.fcv.kk.dk/>

Østerbro
Forebyggelsescenter
Østerbro
Vordingborggade 22, 3.sal

2100 København Ø
Tlf. 35 30 30 50
www.sco.kk.dk

Godt at vide

Find flere informationer om det enkelte forebyggelsescenter på københavnskommunes hjemmeside, hvor der er link til centrenes egne hjemmesider
www.kk.dk → sundhed → forebyggelse og sundere livsstil

Aktivitetstilbud

Københavns Kommunes aktivitetstilbud giver dig mulighed for at deltage i en lang række forskellige aktiviteter og blive en del af et socialt fællesskab med andre ældre og frivillige. Du skal være 65 år eller derover for at kunne deltage i aktiviteterne.

Aktivitetstilbud på aktivitetscentre

Aktivitetscentrene tilbyder alt fra foredrag, undervisning i computer og mobiltelefon til motion og bevægelse, udflugter, teater og korsang. På aktivitetscentrene har du mulighed for at købe mad og drikke. Der er en fast månedlig egenbetaling på aktivitetstilbuddene. Du kan se takster i nedenstående figur.

Der er to typer tilbud:

- Åbne aktivitetstilbud for dig, der kun har brug for en smule hjælp til at komme i gang med og gennemføre aktiviteter på aktivitetscentret. Tilbuddene er åbne for alle.

- Visiterede aktivitetstilbud, som er for dig, der har brug for hjælp til at deltage i aktiviteter, eller som har brug for personlig pleje eller hjælp til måltider på aktivitetscentret.

Hvis der er behov for det, har du også mulighed for at få kørsel til og fra aktivitetscentret.

Seniorklubber og frivilligt arbejde

I København findes en lang række klubber og foreninger, som på frivillig basis arrangerer aktiviteter for ældre. Du kan f.eks. deltage i tilbuddene på aftenskoler eller hos frivillige foreninger og ældreklubber, alt efter dine ønsker og behov. Du skal betale et kontingent for at være medlem af f.eks. en klub eller en forening.

Du kan også selv vælge at blive frivillig. Populære frivillige aktiviteter er f.eks. tryghedsopkaldstjenester, besøgsvenner, motionstræner, turguide, madklubber, studiekredse, arrangementer og ture.

Praktisk information

Tilbud	Åbne aktivitetstilbud	Visiterede aktivitetstilbud	Seniorklubber og frivillige organisationer
Hvordan søger jeg om tilbuddet?	Tilbuddet er for alle. Kontakt dit lokale aktivitetscenter. Se kontaktoplysninger på alle aktivitetscentre på modsatte side.	For at søge om tilbuddet skal du ringe eller skrive til dit lokalområdekantor og aftale nærmere. Læs mere i afsnittet, 'Praktiske oplysninger', på side xx	Tilbuddet er for alle. Du kan få information om disse aktiviteter på hjemmesiden www.kk.dk → ældre → Aktiviteter for ældre → aktivitetstilbud og forslag Her kan du også finde folderen, 'aktiviteter for seniorer i Københavns Kommune'
Hvad koster tilbuddet?	101 kroner pr. måned samt udgifter til mad, drikke og evt. aktiviteter og materialer. Får du kørsel til og fra aktivitetscentret, betaler du derudover 74 kr. pr. måned.		Nogle klubber og foreninger opkræver et kontingent. Få mere at vide hos de enkelte klubber og foreninger.

Hvor ligger aktivitetscentrene?

Amager

Aktivitetscenter
Peder Lykke
Peder Lykkesvej 65,
2300 København S
Tlf. 32 34 43 21

Brydes alle 32
2300 København S
Tlf. 32 87 76 32

Aktivitetstilbud
Højdevangs Sogn
Sundbyvestervej 97

Aktivitetscenter
Hørgården

2300 København S
Tlf. 32 34 08 32

Aktivitetstilbud
Bomiparken
Gyldenrisvej 4
2300 København S
Tlf. 32 47 92 71

Bispebjerg

Aktivitetscenter
Bispebjerg
Frederiksborgvej 77
2400 København NV
38 14 33 80

Brønshøj/Husum

Aktivitetscenter
Brønshøj
Brønshøjvej 17 D
2700 Brønshøj
Tlf. 38 60 10 15

Aktivitetstilbud
Poppelbo
Bystævneparken 28-
29
2700 Brønshøj
Tlf. 38 27 41 88

Indre By og Christianshavn

Aktivitetscenter Indre
By
Rosengade 1
1309 København K
Tlf. 33 34 84 90

Nørrebro

Aktivitetscenter
Nørrebro
Ryesgade 20
2200 Nørrebro

Tlf. 35 28 47 07

Valby

Aktivitetscenter
Vigerslev
Vigerslevvej 180
2500 Valby
Tlf. 36 14 07 80/81

Aktivitetscenter
Langgade
Valby Langgade 97
2500 Valby
Tlf. 30 46 33 60

Aktivitetstilbud
Solterrasserne
Johan Krohns vej 8
2500 Valby
Tlf. 82 55 33 00
(for blinde,
svagsynede og
døve/døvblinde)

Vanløse

Aktivitetscenter
Vanløse
Randbølvej 61
2720 Vanløse
Tlf. 38 77 23 31

Aktivitetstilbud
Damsøgård
Hanstholmvej 34
2720 Vanløse
Tlf. 38 77 23 31

Vesterbro/ Kgs. Enghave

Aktivitetstilbud
Rundskuedagen
Dannebrogsgade 44
1660 København V
Tlf. 35 30 54 00

Aktivitetstilbud
Vesterbrogade
Vesterbrogade 121
1652 København V
Tlf. 82 20 52 20/24 93
43 38

Østerbro

Aktivitetstilbud
Randersgade
Randersgade 60, 1.sal
2100 København Ø
Tlf. 35 30 30 40

Aktivitetscenter
Østerbro
Strandvejen 119
2900 Hellerup
Tlf. 39 45 13 30

Godt at vide

Alle aktivitetscentre er tilgængelige for dig, som er gangbesværet eller bruger kørestol.

Find flere informationer om det enkelte aktivitetscenter på Københavns Kommunes hjemmeside, hvor der er link til aktivitetscentrenes egne hjemmesider.:

www.KK.dk → ældre → aktiviteter for ældre.

Træning

Københavns Kommunes træningstilbud giver dig mulighed for at genvinde, vedligeholde eller styrke dine færdigheder, så du kan leve et selvstændigt og aktivt liv så længe som muligt. Du kan modtage forskellige former for træning, enten på et af kommunens træningscentre eller i dit hjem.

Ergonomisk vejledning

Ergonomisk vejledning er et tilbud, hvor en terapeut instruerer dig i forskellige redskaber og teknikker, som f.eks. støtter dig i at kunne gøre rent og vaske tøj. Teknikkerne er også med til at lære dig, hvordan du belaster din krop mindst muligt. Ergonomisk vejledning finder sted i dit hjem og gives max tre gange.

Træning ved hjælpere med terapifaglig vejledning

Træning ved hjælpere med terapifaglig vejledning er et tilbud, hvor du i samarbejde med en social- og sundhedshjælper træner i eget hjem, så du udvikler eller fastholder dine evner til at kunne varetage hverdagens praktiske opgaver. En terapeut hjælper dig og social- og sundhedshjælperen med at tilrettelægge din træning. Træning ved hjælpere gives højst i tre måneder.

Genoptræning

Genoptræning er et tilbud, hvor du efter sygdom eller skade får mulighed for at genvinde og styrke dine daglige færdigheder. Træningen foregår på kommunens træningscenter, enten i hold eller som individuel træning. Du har mulighed for at søge om kørsel til genoptræning.

Praktisk information

Tilbud	Ergonomisk vejledning	Træning ved hjælpere med terapifaglig vejledning	Genoptræning
Hvordan søger jeg om tilbuddet?	For at søge om tilbuddet skal du ringe eller skrive til dit lokalområdekantor og aftale nærmere. Læs mere under afsnittet, 'Praktiske oplysninger', på side xx.		For at søge om tilbuddet skal du ringe eller skrive til dit lokalområdekantor og aftale nærmere. Læs mere under afsnittet, 'Praktiske oplysninger', på side xx. Du kan også blive henvist fra hospitalet, f.eks. efter indlæggelse.

Hvor ligger træningscentrene?

Specialiserede træningscentre og Center for kræft og Sundhed – for alle borgere

Ryg- og genoptræningscenter København

Hans Knudsens Plads 3
2100 København Ø
Tlf. 35 30 49 50
www.rgk.kk.dk

Ryg- og Genoptræningscenter København er det største genoptræningscenter i Københavns Kommune med speciale i ryglidelser og genoptræning af muskler og led. Du skal bo i Københavns Kommune og være over 15 år for at kunne blive henvist til centret. Det er din praktiserende læge, speciallæge, hospitalsafdelinger eller Jobcenter for Sygedagpenge, som kan henvise dig til centret.

Neurologi- og Rehabiliteringscenter København

Center for kræft & Sundhed

Nørre Allé 45
2200 København N
Tlf. nr. 82 20 58 00 kl.10-15
www.kraeftcenter-kbh.dk

Bystævneparken 18
2700 Brønshøj
Tlf. 38 27 40 68
www.nrk.kk.dk

Neurologi- og Rehabiliteringscenter København tilbyder genoptræning til borgere med erhvervet hjerneskade. Centret har 22 rehabiliteringspladser, hvoraf de 7 er reserveret til borgere over 65 år. Centret tilbyder derudover ambulans genoptræning til samme målgruppe. Centret er særlig indrettet til borgere med erhvervet hjerneskade. Du skal bo i Københavns Kommune og være 18 år og opefter. Du kan blive henvist til Neurologi- og Rehabiliteringscenter København, hvis du har fået en erhvervet hjerneskade og efter et hospitalsophold får en genoptræningsplan, fordi du har brug for videre genoptræning i Københavns Kommune.

Center for Kræft & Sundhed København er et gratis tilbud til alle borgere, som er berørte af kræft. Det gælder både kræftpatienter, pårørende og efterladte.

Centret tilbyder blandt andet samtaler med psykologer og socialrådgivere, samtalegrupper og rehabilitering med tilbud om kostvejledning, fysisk træning, rygeafvænning og patientundervisning.

På centrets [hjemmeside](#) kan du læse mere om, hvordan du får del i tilbuddet.

Almindelige træningscentre:

Amager

Træningscenter Amager

Hans Bogbinders Allé 3, indgang 16 B

2300 København S

Tlf. 82 20 51 80

www.tcamager.kk.dk

Bispebjerg

Træningscenter Bispebjerg

Frederiksborgvej 77

2400 København NV

Tlf. 38 14 33 70

www.rcbispebjerg.kk.dk

Indre By/Christianshavn

Træningscenter Indre By

Rosengade 1

1309 København K

Tlf. 33 34 85 20

www.rcindreby.kk.dk

Kgs. enghave

Vesterbro/Kgs. Enghave

Vesterbrogade 121, 2.

1620 København V

Tlf. 82 20 52 25

www.tcvesterbro.kk.dk

Træningscenter Nørrebro

Ryesgade 20

2200 København N

Tlf. 35 28 47 47

www.tcnoerrebro.kk.dk

Valby

Valby Langgade 97

2500 Valby

Tlf. 36 14 17 70

www.tcvesterbro.kk.dk

Vanløse

Træningscenter Vanløse

Indertoften 10, 1. sal

2720 Vanløse

Tlf. 35 30 25 90

www.tcv.kk.dk

Vesterbro

Vesterbro/Kgs. Enghave

Vesterbrogade 121, 2. sal

1620 København V

Tlf. 82 20 52 25

www.tcvesterbro.kk.dk

Østerbro

Træningscenter Østerbro

Randersgade 60, 2.sal

2100 København Ø

Tlf. 35 30 32 10

www.tcoesterbro.kk.dk

Nørrebro

Godt at vide

Find flere informationer om det enkelte træningscenter på Københavns Kommunes hjemmeside, hvor der er link til centrenes egne hjemmesider www.kk.dk → ældre → træning og genoptræning → Træning og rehabiliteringscentre

Praktisk hjælp

Københavns Kommune kan tilbyde dig hjælp og støtte til rengøring, tøjvask og indkøb.

De tilbud, du kan få, afhænger af hvad du selv kan klare, og hvad andre i dit hjem kan hjælpe dig med. Du vil som udgangspunkt få tilbudt træning eller hjælpemidler, inden du får tilbudt praktisk hjælp. På den måde støtter kommunen dig til i at blive så uafhængig af hjælp som muligt.

Som hovedregel kan du ikke få hjælp til rengøring i hjemmet, hvis du bor sammen med en rask ægtefælle eller anden pårørende. 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 f.eks. gæster eller logerende – det skal dine gæster eller logerende selv hjælpe dig med.

Kommunen vil løbende vurdere, om du fortsat har behov for træning eller praktisk hjælp, og om det er det rigtige tilbud, du får.

Rengøring

Du kan få hjælp til rengøring af daglige opholdsrum, svarende til en bolig med opholdsstue, soveværelse, køkken, bad og entré (ca. 65 m²). Du kan som hovedregel få hjælp til rengøring hver anden uge.

Rengøringen omfatter typisk støtte og hjælp til at:

- skifte sengetøj
- tørre støv af på flader i nå-højde, f.eks. 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.

Kommunen lægger vægt på, at du deltager aktivt i hjælpen, så du i samarbejde med personalet udvikler eller fastholder dine fysiske og/eller psykiske

færdigheder. Du skal som udgangspunkt selv købe miljøvenlige rengøringsmidler, støvsuger, klude, spande m.v. og der er frit valg af leverandør.

Du skal være opmærksom på, at når du modtager hjælp i hjemmet, er dit hjem også medarbejdernes arbejdsplads. Det betyder, at arbejdsmiljøet sikkerheds- og sundhedsmæssigt skal være i orden. Derfor kan det være nødvendigt at flytte rundt på møblerne, fjerne løse gulvtæpper eller installere hjælpemidler i dit hjem, før du kan få hjælp.

Medarbejderne må ikke ryge i dit hjem. Københavns Kommune henstiller til, at du heller ikke ryger, mens medarbejderen udfører arbejdet.

Tøjvask

Tøjvask er afhentning, vask og udbringning af tøjet til din bopæl. Du kan få vasket dit eget tøj, sengelinned, viskestykker, håndklæder og lignende, men ikke dyner, sengetæpper og gardiner. Har du behov for det, kan du få støtte og hjælp til at sortere vasketøj og til at lægge det på plads. Der er egenbetaling på tilbuddet og frit valg af leverandør.

Turkøb

Ved turkøb bliver du hentet af en chauffør på din bopæl. Chaufføren kører dig sammen med andre ældre til et indkøbscenter, f.eks. Amagercentret eller Fisketorvet. Her har du mulighed for at købe de dagligvarer, du har brug for. Du får minimum halvanden time til at købe dine varer. Når du er færdig med at handle, bliver du kørt hjem, og chaufføren hjælper dig med at bære varerne op til din bolig. Der er frit valg af leverandør.

Indkøbsordning

Ved indkøbsordning får du udleveret et katalog med en oversigt over de varer, som din leverandør kan levere. Leverandøren ringer op til dig og modtager din bestilling. Varerne bliver leveret på din bopæl. Har du behov for det, kan du få støtte og hjælp til at bestille varer eller sætte varerne på plads. Der er frit valg af leverandør.

Hvis du kan deltage i turkøb, vil det som udgangspunkt være den ordning, du får tilbudt. Du kan derfor kun få tilbudt indkøbsordning, hvis du ikke er i stand til at indgå i turkøb.

Praktisk information

Tilbud	Rengøring	Tøjvask	Indkøbs- ordning	Turkøb
Hvordan søger jeg om tilbuddet ?	For at søge om tilbuddet skal du ringe eller skrive til dit lokalområdekantor og aftale nærmere. Læs mere under afsnittet, 'Praktiske oplysninger', på side xx.			

Hvad koster tilbuddet ?	Ingen egenbetaling, dog skal du som udgangspunkt selv betale for miljøvenlige rengøringsmidler, støvsuger, koste spande m.v.	Ved vask hver anden uge: Enlige pr. måned: 174 kr. Par pr. måned: 261 kr. Max 7 kilo vask pr. gang som enlig og 10 kilo, hvis I er et par. For takster for vask hver uge eller hver 3 el. 4 uge kontakt dit lokalområdekantor.	Ingen egenbetaling	Ingen egenbetaling
Hvilken leverandør kan jeg vælge?	<p>Du kan vælge mellem:</p> <ul style="list-style-type: none"> • den kommunale hjemmepleje • en privat leverandør, som kommunen har godkendt • din egen hjælper: Du kan selv vælge en person, som skal godkendes af dit lokalområdekantor og herefter ansættes til at udføre de bevilgede opgaver • kontant tilskud: hvis du har behov for personlig pleje og praktisk hjælp i mere end 20 timer om ugen, kan du få udbetalt et kontant tilskud til at købe hjælpen. <p>Hvis du modtager hjælp fra en privat leverandør, kan du købe ekstra hjælp. Kommunen må ikke tilbyde ekstra hjælp mod betaling.</p>			

Mad og måltider

Københavns Kommune kan tilbyde dig hjælp og støtte til mad og måltider. De tilbud, du kan få, afhænger af hvad du selv kan klare, og hvad andre i dit hjem kan hjælpe dig med.

Spisetilbud (Madservice uden udbringning)

Du kan søge om at få dagens varme hovedret med forret og/eller dessert på et spisested, så du kan spise i selskab med andre. Hvis du er syg, eller hvis der er sne- eller isglatte veje, kan du bestille madservice med udbringning. Du kan også få fast madservice med udbringning i weekenden. På side xx finder du en oversigt over spisesteder i dit lokalområde. Du kan frit vælge, hvor i byen du ønsker at spise den enkelte dag. Du skal selv transportere dig hen til spisestedet, og der er egenbetaling på maden. Du finder takster i nedenstående figur.

Madservice med udbringning

Du kan søge om at få et eller flere af dagens måltider leveret i dit hjem. Hver dag kan du vælge mellem et antal retter og f.eks. supplere en hovedret med

dessert eller forret. Du vælger selv, om maden skal leveres kold eller opvarmet, og om den skal leveres til middag eller aften. Der er frit valg af leverandør og egenbetaling på tilbuddet. Du finder takster i nedenstående figur.

Hjælp til tilberedning af mad og spisning

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. Du kan også få hjælp og støtte til at spise og drikke. Tilbuddet bliver udført af den leverandør, som du har valgt til personlig pleje.

Praktisk information

Tilbud	Spisetilbud (Madservice uden udbringning)	Madservice med udbringning	Hjælp til tilberedning og spisning
Hvordan søger jeg om tilbuddet?	For at søge om tilbuddet skal du ringe eller skrive til dit lokalområdekantor og aftale nærmere. Læs mere under afsnittet, 'Praktiske oplysninger', på side xx.		
Hvad koster tilbuddet?	Hovedmåltid (2 retter) 46 kr. Hovedret: 39 kr. Biret: 7 kr.	Hovedmåltid (2 retter) 51 kr. Hovedret: 40 kr. Biret 11 kr. Morgenmadspakke: 15,50 kr. Smørrebrødspakke: 24,50 kr.	Ingen egenbetaling
Hvilken leverandør kan jeg vælge?	Du kan vælge mellem alle spisetilbud i byen.	Du kan vælge mellem en kommunal eller privat leverandør. Du kan få yderligere oplysninger om leverandørerne hos dit lokalområdekantor. Læs mere under afsnittet, 'Praktiske oplysninger' på side xx Der er mulighed for at tilkøbe retter hos den private leverandør.	Dette tilbud bliver givet af samme leverandør, som yder dig personlig pleje.

Hvor ligger spisetilbuddene?

Amager
Bomi-parken
Gyldenrisvej 4
2300 København S
Tlf. 32 47 92 60

Åbningstider: mandag-fredag 12.00-13.00

Café Peder Lykke
Peder Lykkesvej 65,

2300 København S
Tlf. 32 34 43 38
Åbningstider: mandag-fredag 10.30-13.30
lørdag/søndag 11.00-13.00

Højdevangs Sogn Plejehjem
Sundbyvestervej 97
2300 København S
Tlf. 32 34 08 13
Åbningstider: mandag-fredag 12.00-13.30

Plejecentret Øselsgården "Økoféen"
Øselsgade 10, 4.sal
2300 København S
Tlf. 32 66 06 95
Åbningstider: mandag-søndag 12.00-14.45

Plejecentret Hørgården
Brydes allé 32
2300 København S
Tlf. 32 87 76 13
Åbningstider: mandag-fredag 11.30-13.00

Bispebjerg/Nørrebro
Håndværkerforeningen
Håndværkerhaven 49
2400 København NV
Tlf. Hverdage 39 69 34 11
Weekender/helligdage 39 54 93 40
Åbningstider: mandag-søndag 11.30-13.30

Brønshøj/Husum
Aktivitetscenter Brønshøj
Brønshøjvej 17D
2700 Brønshøj
Tlf. 38 60 10 15

Åbningstider: mandag-fredag 11.30-13.00

Restaurant Stævnemødet
Bystævneparken 2-3
2700 Brønshøj
Tlf. 38 27 42 32
Åbningstider: mandag-søndag 11.30-13.00

Indre By/Christianshavn
Nybodergården
Kronprinsessegade 61
1306 København K
Tlf. 33 48 19 03
Åbningstider: mandag-fredag 11.30-13.30
Lørdag/søndag/helligdage 11.30-13.00

Valby
Vigerslevhus café
Vigerslevvej 180
2500 Valby
Tlf. 36 14 07 90
Åbningstider: mandag-fredag 12.30-13.30

Kirsebærhavens plejehjem
Kirsebærhaven 20
2500 Valby
Tlf. 36 15 02 04
Åbningstider: mandag-søndag 11.00-13.00

Vanløse
Aktivitetscenter Vanløse
Randbølvej 61
2720 Vanløse
Tlf. 38 77 23 31
Åbningstider: mandag-fredag 11.30-13.00

Vesterbro/Kgs. Enghave

Rundskuedagens plejecenter

Dannebrogsgade 44

1660 København V

Tlf.. 35 30 54 08

Åbningstider: mandag-fredag 12.00-13.00

Østerbro

Aktivitetshuset Randersgade

Randersgade 60, 1.sal

2100 København Ø

Tlf. 35 30 53 56

Åbningstider: mandag-fredag 12.00-13.00

Kildevæld sogns plejehjem

Helsingborggade 16

2100 København Ø

Tlf. 35 30 53 56

Åbningstider: mandag-fredag 11.45-13.15

Personlig pleje

Københavns Kommune kan tilbyde hjælp og støtte til personlig pleje. De tilbud, du kan få, afhænger af hvad du selv kan klare, og hvad andre i dit hjem kan hjælpe dig med. Du vil som udgangspunkt få tilbudt træning eller hjælpemidler, inden du får tilbudt personlig pleje. På den måde støtter kommunen dig til i at blive så uafhængig af hjælp som muligt.

Kommunen vil løbende vurdere, om du fortsat har behov for træning eller personlig pleje, og om det er det rigtige tilbud, du får.

Kommunen tilstræber, at der kommer så få forskellige medarbejdere som muligt og hjælper dig. Men vi vægter hensynet til, at du får den fagligt set bedste hjælp højere, end hensynet til at hjælperen leveres af de samme medarbejdere. Det hensyn vil især være aktuelt, hvis du har flere eller komplicerede sygdomme eller modtager meget hjælp.

Kommunen vil løbende vurdere, om du fortsat har behov for personlig pleje, og om det er det rigtige tilbud, du får.

Personlig pleje

Hjælp til personlig pleje kan f.eks. være støtte og hjælp til at blive vasket eller komme i bad, tage tøj af og på, mundpleje og toiletbesøg. Typisk vil du få hjælp til personlig pleje dagligt. Har du brug for hjælp til bad og hårvask, vil du dog som hovedregel få hjælp til det én gang om ugen. Du kan modtage personlig pleje hele døgnet, afhængig af dine behov, men plejen bliver typisk udført om morgenen og om aftenen. Du skal selv betale for sæbe, håndklæder o.lign., og der er frit valg af leverandør.

Du skal være opmærksom på, at når du modtager hjælp i hjemmet, er dit hjem også medarbejdernes arbejdsplads. Det betyder, at arbejdsmiljøet sikkerheds- og sundhedsmæssigt skal være i orden. Derfor kan det være nødvendigt at flytte rundt på møblerne, fjerne løse gulvtæpper eller installere hjælpemidler i dit hjem, før du kan få hjælp.

Medarbejderne må ikke ryge i dit hjem. Københavns kommune henstiller til, at du heller ikke ryger, mens medarbejderen udfører arbejdet.

Praktisk information

Tilbud	Personlig pleje
Hvordan søger jeg om tilbuddet?	For at søge om tilbuddet skal du ringe eller skrive til dit lokalområdekantor og aftale nærmere.

	Læs mere under afsnittet, 'Praktiske oplysninger', på side xx
Hvad koster tilbuddet?	Ingen egenbetaling, men du skal selv betale for sæbe, plejemidler, håndklæder, vaskeklude m.v.
Hvilke leverandører kan jeg vælge?	<p>Du kan vælge mellem:</p> <ul style="list-style-type: none"> • den kommunale hjemmepleje • en privat leverandør, som kommunen har godkendt • din egen hjælper: Du kan selv vælge en person, som skal godkendes af dit lokalområdekantor og herefter ansættes til at udføre de bevilgede opgaver. • kontant tilskud: hvis du har behov for personlig pleje og praktisk hjælp i mere end 20 timer om ugen, kan du få udbetalt et kontant tilskud til at købe hjælpen. <p>Hvis du modtager hjælp fra en privat leverandør, kan du købe ekstra hjælp. Kommunen må ikke tilbyde ekstra hjælp mod betaling.</p>

Sygepleje

Københavns Kommune leverer sygepleje, hvis du har behov for pleje og behandling ved akut eller kronisk sygdom, eller hvis du har et vanskeligt sygdomsforløb.

Sygepleje

Den Kommunale Sygepleje leverer følgende sygeplejeydelser:

- behandling af sår
- hjælp til medicin
- sygepleje til svært syge og døende
- hjælp og rådgivning til at forebygge fald (faldudredning)
- hjælp og rådgivning til rigtig kost, hvis du vejer for lidt, har lille appetit eller har tabt dig (ernæringsvejledning)
- råd og vejledning til f.eks. at kunne tage egen medicin, f.eks. insulin
- rådgivning om, hvordan du forebygger sygdom.

Som udgangspunkt får du sygepleje på en af kommunens sygeplejeklinikker, og du skal selv betale for transporten til og fra klinikken. Hvis du ikke er fysisk eller psykisk i stand til at møde frem, kan du få sygepleje i eget hjem.

Sygeplejeklinikkerne er åbne fra mandag til fredag fra klokken 8:00-15:30 samt efter aftale om aftenen og i weekends. Den kommunale sygepleje kan komme på besøg i dit hjem i alle døgnets timer (inklusive weekender).

Forebyggende hjemmebesøg

Er du fyldt 75 år, tilbyder Københavns Kommune dig et årligt forebyggende hjemmebesøg. Hjemmebesøget er en samtale med en forebyggende medarbejder om emner, der har betydning for din dagligdag, dit helbred og din trivsel. Du kan også få testet muskelstyrken i dine ben.

Praktisk information

Tilbud	Sygepleje	Forebyggende hjemmebesøg
Hvordan søger jeg om tilbuddet?	Du kan blive henvist til sygepleje af din praktiserende læge, specialelæge eller en hospitalslæge, når du bliver udskrevet. Du kan også selv ringe eller skrive til den kommunale sygepleje. Kontaktoplysninger til kommunal sygepleje finder du på næste side.	Kommunen sender dig et skriftligt tilbud.

Hvor ligger sygeplejeklinikkerne?

Hvis du bor på Amager:

Amager Sygeplejeklinik
Sundhedshus Amager
Hans Bogbinders Alle 3
2300 København S
Tlf. 82 20 51 38/38 ml 8-9

Kronprinsessegade 61
1603 København K
Tlf. 35 30 26 00

Hvis du bor på Bispebjerg eller Nørrebro:

Bispebjerg sygeplejeklinik
Frederiksborgvej 77, 2.
2400 København NV
Tlf. 26 89 51 82

Hvis du bor i Kgs. Enghave eller på Vesterbro

Vesterbro-Kgs. Enghave sygeplejeklinik
Vesterbrogade 121
1620 København V
Tlf. 82 20 52 50

Hvis du bor i Indre By eller Christianshavn

Indre By/Christianshavn Sygeplejeklinik
Plejhjemmet Nybodergården

Hvis du bor i Valby

Valby sygeplejeklinik
Valby Lang Langgade 97
2500 Valby
Tlf. 36 14 17 81

**Hvis du bor i Vanløse eller
Brønshøj/Husum**
Vanløse Sygeplejeklinik
Sundhedshus Vanløse

Indertofte 10
2720 Vanløse
Tlf. 35 30 25 20

Hvis du bor på Østerbro
Østerbro sygeplejeklinik
Randersgade 60, 1.
2100 København Ø.
Tlf. 35 30 30 30

Hvordan kontakter jeg sygeplejen?

Amager

Hjemmeplejen Amager
Hans Bogbinders alle 3
2300 København S
Tlf. 33 17 24 07

Hjemmeplejen Amager Sundparken
Sundparken 17
2300 København S
Tlf. 33 17 24 64

Bispebjerg/Nørrebro

Hjemmeplejen Bispebjerg
Håndværkerforeningen
Håndværkerhaven 49
2400 København N
Tlf. 39 54 93 80

Hjemmeplejen Bispebjerg/ Vest
Skoleholdervej 31
2400 København N
Tlf. 35 30 52 10

Brønshøj/Husum

Hjemmeplejen Brønshøj-Husum
Husumvænge 9, 1.
2700 Brønshøj
Tlf. 35 30 46 95

Indre by

Hjemmeplejen Indre by
Gl. Kongevej 5 C, 2
1610 København V
Tlf. 35 30 26 00

Vanløse

Hjemmeplejen Vanløse
Jydeholmen 15
2720 Vanløse
Tlf. 35 30 21 12

Vesterbro/Kgs. Enghave

Hjemmeplejen Kongens Enghave
Sydhavns Plads 12
2450 København SV
Tlf. 35 30 24 86

Valby

Hjemmeplejen Valby
Otilliavej 1
2500 Valby
Tlf. 35 30 27 30

Østerbro

Hjemmeplejen Østerbro
Randersgade 60, 4
2100 København Ø
Tlf. 35 30 30 30

Hjælpemidler og boligindretning

Københavns Kommune kan tilbyde hjælpemidler og hjælp til boligindretning, hvis du har en varig fysisk eller psykisk funktionsnedsættelse, og hvis det i væsentlig grad kan lette din hverdag.

Du skal være opmærksom på, at der findes mange produkter/hjælpemidler, som du ikke nødvendigvis kan få gennem kommunen, men som du selv kan købe. Det kan være skridsikre bademåtter, gigtvenligt køkkenudstyr, læselupper til lettere forstørrelser, gribetænger, elevationsenge og hvilestole. De vil kunne hjælpe og lette dig i hverdagen og f.eks. forebygge en faldulykke.

Hjælpemidler og boligindretning

De hjælpemidler og hjælp til boligindretning, du som udgangspunkt kan søge om hos kommunen, er f.eks.:

- **tekniske hjælpemidler**, som rollatorer, badetaburetter, kørestole eller nødkaldelanlæg
- **personlige hjælpemidler**, som proteser, kompressionsstrømper, parykker, diabeteshjælpemidler, bleer, urinposer eller ortopædisk fodtøj
- **vejledning og hjælp** til nødvendig boligindretning, f.eks. opsætning af greb på badeværelse eller fjernelse af dørtrin

- **forbrugsgoder**, som du har særlig gavn af pga. din nedsatte funktion, f.eks. el-scooter eller hvilestol med el-funktion.

Praktisk information

Tilbud	Hjælpe midler og bolig indretning
Hvordan søger jeg om tilbuddet?	<p>Tekniske hjælpemidler søger du om hos dit lokalområdekantor Læs mere under afsnittet, 'Praktiske oplysninger', på side xx Der er telefontid mellem 9-12 alle hverdage.</p> <p>Personlige hjælpemidler søger du om hos Hjælpe middelcentret, se side xx</p>
Hvad koster tilbuddet?	<p>Hjælpe midlerne gives enten som udlån, som din ejendom eller i form af et betalingstilskud/tilskud. I de fleste tilfælde er der ikke egenbetaling på hjælpemidler, men ofte vil du selv skulle betale drift og vedligeholdelse. Får du hjælp til særlig indretning af boligen, skal du som hovedregel selv betale for reparation og vedligeholdelse.</p> <p>Har du fået bevilget et forbrugsgode, f.eks. en el-scooter, vil du som hovedregel få et tilskud på halvdelen af prisen på et standardprodukt.</p> <p>I visse tilfælde kan du få refunderet udgifter til transport i forbindelse med afprøvning af hjælpemidler.</p>
Hvilken leverandør kan jeg vælge?	<p>Der er frit valg af leverandør. Læs mere på Hjælpe middelcentrets hjemmeside, www.hjaelpemiddelcentret.kk.dk, eller kontakt Hjælpe middelcenteret på tlf. 35 30 67 68</p> <p>Hjælpe middelcentret har åbent hus hver torsdag mellem kl. 14-16. I vores udstilling kan du se forskellige hjælpemidler, bl.a. kørestole, rollatorer og diverse småhjælpe midler.</p>

Hvor ligger hjælpemiddelcentret?

Hjælpe middelcentret

Hans Knudsens Plads 3

2100 København Ø

Tlf. 35 30 67 68

www.hjaelpemiddelcentret-kk.dk

Omsorgstandpleje

Københavns Kommune kan tilbyde dig tandpleje i dit 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 filmeldt Omsorgstandplejen.

Omsorgstandpleje

Omsorgstandplejen tilbyder:

- undersøgelse

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

Praktisk information

Tilbud	Omsorgstandpleje
Hvordan søger jeg om tilbuddet?	<p>For at søge om tilbuddet skal du ringe eller skrive til dit lokalområdekantor og aftale nærmere. Læs mere under afsnittet, 'Praktiske oplysninger', på side xx</p> <p>Er du plejehjemsbeboer, skal du tale med personalet på plejehjemmet</p>
Hvad koster tilbuddet?	<p>Du skal betale for at være tilmeldt Omsorgstandplejen.</p> <p>Den maksimale egenbetaling for deltagere i omsorgstandplejen er 450 kr.</p> <p>Den maksimale egenbetaling for deltagere i specialtandplejen er 1680 kr.</p> <p>Når du er tilmeldt omsorgstandplejen, kan du ikke samtidig få tilskud til tandbehandling fra den offentlige sygesikring.</p>

Hvor ligger Voksentandplejen (Omsorgstandplejen)?

Tietgensgade 31 B, 2. sal
 1704 København V
 Tlf. 33 17 57 80
voksentandplejen@suf.kk.dk
www.voksentandplejen.dk

Ældrebolig

Du kan i Københavns Kommune få tildelt en ældrebolig, der er særligt indrettet til ældre og handicappede. I en ældrebolig har du mulighed for 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.. Eksempelvis hvis du ikke kan gå på trapper og har behov for elevator. Med en ældrebolig får du:

- en toværelseslejlighed i nærheden af andre ældreboliger
- en bolig, som er indrettet særligt til ældre og handicappede med elevator og plads til kørestol.

Frit valg af ældrebolig

Når du er godkendt til en ældrebolig, kan du frit vælge, om du ønsker at bo i en af kommunens boliger eller i en anden kommune. Tilflytningskommunen skal dog også vurdere, at du har behov for et botilbud.

Får du tilbudt en bolig, har du kort betænkningstid. Siger du ja, skal du flytte ind i boligen hurtigst muligt. Hvis du afviser et boligtilbud, bevarer du din ansøgning om en ældrebolig.

Tilbud	Ældrebolig
Hvordan søger jeg om tilbuddet?	For at søge om tilbuddet skal du ringe eller skrive til dit lokalområdekantor og aftale nærmere. Læs mere under afsnittet, 'Praktiske oplysninger', på side xx Læs mere om de enkelte ældreboliger på www.kk.dk → ældre → pleje og ældreboliger
Hvad koster tilbuddet?	Du skal betale indskud og husleje i ældreboliger. Du betaler også el og varme. Du kan søge om boligindskudslån og boligydelse til huslejen. Vejledning om størrelsen på boligydelse kan du få hos Center For Pension. Find kontaktoplysninger å side X

Hvor ligger ældreboligerne?

Amager

Leifsgade / Halldansgade / Snorresgade

Snorresgade 21
/Halldansgade 18-20
2300 København S

Livornoparken

Livornovej 14-126
2300 København S

Peder Lykke Bo

Peder Lykkes Vej 59 A-
D og 67 A-S
2300 København S

Portugalsgade

Portugalsgade 2, 4, 6
og 14 blok C
2300 København S

Sundparken

Sundparken, blok 1-17
2300 København S

Bispebjerg

Bjergvænget

Bjergvænget 1-25 og
Bispebjergvej 41-51
2400 København NV

Dommerparken

Frimestervej/
Bogtrykkervej
2400 København NV

Fogedgården

Fogedgården 2
2400 København NV

Utterslevgård

Utterslevgård 1-20

2400 København NV

Ringergården

Ringergården 3,
5, 9 og 11
2400 København NV

Brønshøj/Husum

Frederikssundsvej 269

Frederikssundsvej 269A
og 269B
2700 Brønshøj

Gadelandet / Storegårdsvej

Storegårdsvej 24-32
2700 Brønshøj

Husumgård

Gadelandet 4-16
2700 Brønshøj

Husum Vænge

Husum Vænge 5-8,
13-45, 47-48,
Smørumvej 241-245 og
Mørløsevej 1A-1B
2720 Brønshøj

Indre By/

Christianshavn

Nansensgade

Nansensgade 25
1366 København K

Voldboligerne

Christianshavns
Voldgade/
Bådsmadsstræde
1426 København K

Nørrebro

Guldberghave

Guldbergs Have 1-35
2200 København N

Hothers Plads

Hothers Plads 2
2200 København N

Nørrebrogade 11

Nørrebrogade 11
2200 København N

Nørrebro Vænge

Nørrebro Vænge 1-16
2200 København N

Nørre Søpark

Ryesgade 15-17
2200 København N

Thorsgade

Thorsgade 48-52
2200 København N

Valby

Akacieparken

Carl Th. Dreyers Vej,
opgang 198, 224, 236
og 256
2500 Valby

Bærhaven /

Elmehaven

Urtehaven 93-95 og
Gl. Køge Landevej
192, st.
2500 Valby

Poppelvænget

August Wimmers Vej
12-16
2500 Valby

Sjælør Boulevard
Sjælør Boulevard 167-
181
2500 Valby

Valbyholm
Valbyholm 1-15,
17-44 Skellet 4-16
2500 Valby

Vinhaven
Vinhaven 32-46
2500 Valby

Vanløse
Grøndals **Ældreboliger**
Godthåbsvej 231 A-D,
233
2720 Vanløse

Kirkebjerghus
Kirkebjerg Allé 51-63
2720 Vanløse

Vanløse Allé 72-77
Clausholmvej 2
2720 Vanløse

A.F.Beyers Vej
A.F. Beyers Vej 5A-E
2720 Vanløse

Bogholder Allé
Bogholder Allé 70-72
2720 Vanløse

**Vesterbro/ Kgs.
Enghave**
Engholmen Nord
Borgmester
Christiansens Gade 1-
13
& P. Knudsens Gade
41-55
2450 København SV

Engholmen Syd
Mozarts Plads 2,
Straussvej 22-26
og Engholmen 4-64
2450 København SV

Istedgade 40B

Istedgade 40B
1650 København V

**Oehlenslæggergade
15**
Oehlenschlægersgad
e 15
1663 København V

Tranehavegård
Tranehavegård 14
2450 København SV

Viktoriagade 18
Viktoriagade 18 A – 18
B
1655 København V

Østerbro
Wallenbergboligerne
Nygårdsvej 14 A-D
2100 København Ø

Willemoesgård
Willemoesgade 93 A-B
2100 København Ø

Godt at vide

Find flere informationer om ældreboliger på Københavns Kommunes hjemmeside, hvor der er link til boligernes egne hjemmesider:

www.kk.dk → ældre → Pleje og ældreboliger

Plejebolig

Københavns Kommune kan visitere dig til en plejebolig, hvis du har et omfattende behov for hjælp. I en plejebolig er der tilknyttet personale døgnet rundt, som kan hjælpe dig med praktiske opgaver og personlig pleje.

Plejebolig

Du kan søge om at få en plejebolig, hvis du har svært ved at overkomme og overskue hverdagens opgaver og har brug for personale, der kan hjælpe dig hele døgnet.

Du får hjælp til personlige og praktiske gøremål og mulighed for at deltage i træning.

Når du bor i plejebolig, er det din bolig. Du skaber dit eget hjem med dine egne møbler og andre ejendele – dog er der som standard en plejeseng i boligen. Der er også mulighed for, at din ægtefælle eller samlever kan flytte med. Desuden får du mulighed for at deltage i plejecentrets arrangementer og have socialt samvær med andre ældre, i det omfang du ønsker det. Det gælder både i forbindelse med måltider, højtider og andre aktiviteter. Med plejeboligen gælder de almindelige bestemmelser på boligområdet også for dig, og det vil sige, at du betaler husleje, el, varme osv. – herunder mad, tøjvask og lignende.

Moderne boliger efter dit behov

Kommunen har et varieret tilbud af plejeboliger. De enkelte plejecentre har forskellig indretning og beliggenhed. Er du f.eks. svagtseende eller har en demenssygdom, er der særlige plejeboliger, hvor personalet er specialiseret i at varetage netop dine behov.

Kommunen moderniserer i disse år alle kommunens plejeboliger, som bliver to-rumsboliger med eget handicapvenligt badeværelse og tekøkken. Der er lyse og rummelige fællesarealer med gode muligheder for sociale aktiviteter, både for plejecentrets beboere og lokalområdets ældre. Cirka halvdelen af kommunens plejeboliger er moderniseret. De øvrige plejeboliger er typisk et-

rumsboliger med eget badeværelse. Enkelte har eget tekøkken. Den type boliger har også gode fællesarealer og samme gode muligheder for sociale aktiviteter.

Få en rundvisning på plejecentrene

Du og dine pårørende er altid velkomne til at kontakte de enkelte plejecentre og aftale tid for et besøg. På den måde kan du i god tid danne dig et billede af, hvor du kunne tænke dig at bo. Plejecentrene holder også åbent hus-arrangementer, hvor du kan besøge plejecentrene og høre mere om deres tilbud. Er du ikke i stand til selv at besøge et af kommunens plejecentre, kan du kontakte dit lokalområdekantor, som kan arrangere et besøg, f.eks. sammen med en social- og sundhedshjælper.

Hjælp og støtte i plejebolig

Når du har fået tilbudt en plejebolig, vil en visitator i dialog med plejepersonalet vurdere, hvilken hjælp og støtte du har behov for. Derefter vil plejecentres personale i samarbejde med dig udarbejde en døgn- og ugeplan, som beskriver den pleje og hjælp, du vil få i plejeboligen. Kommunen vil fortsat have fokus på at holde dig aktiv og støtte dig i at klare så mange ting som muligt selv, og du vil få tilbudt forskellige former for træning. I lighed med ældre, der bor i andre boligformer, kan du søge om at få hjælpemidler og omsorgstandpleje.

Aktiviteter og liv i plejeboligen

Plejecentrene har fokus på at invitere familie, pårørende og frivillige indenfor, så de bliver en naturlig del af din og andre beboeres omgangskreds i hverdagen. Plejecentrene gør også meget ud af højtidere, som jul, nytår og påske, og arrangerer aktiviteter, som du kan deltage i efter behov. Aktiviteterne er f.eks.:

- små og større arrangementer med kaffe/spisning og evt. underholdning
- filmvisning, lydbøger og musik
- vedligeholdende træning
- bankospil og højtlesning
- kreative aktiviteter.

Du kan søge om at fortsætte i de aktivitetstilbud, du tidligere har benyttet, i en overgangsperiode.

Mulighed for indflydelse

Plejecentrene tilrettelægger 'hverdagsdemokratiet' lidt forskelligt, men på alle plejecentre har du som beboer og dine pårørende mulighed for at deltage i møder om f.eks. mad og måltider, aktiviteter og hverdagens rutiner. På den måde er det også som pårørende muligt at få indflydelse og blive hørt i forhold til plejecentrets daglige drift og udviklingstiltag.

Frit valg af plejebolig

Når du har fået tildelt en plejebolig, kan du frit vælge, hvor du ønsker at bo, og om du ønsker at bo i en af kommunens boliger eller i en anden kommune. Tilflytningskommunen skal dog også vurdere, at du har behov for en plejebolig .

Får du tilbudt en bolig, har du kort betænkningstid. Siger du ja, skal du flytte ind i boligen hurtigst muligt. Hvis du afviser et boligtilbud, har det ikke konsekvenser for din mulighed for at få tilbudt en anden bolig.

Hvornår får jeg tilbudt plejebolig?

Københavns Kommune har en fire-ugers-garanti. Det betyder, at du får tilbudt en plejebolig senest fire uger efter, at du er godkendt til en plejebolig. Garantien gælder dog ikke, hvis du ønsker at bo i en bestemt bolig eller bydel, eller hvis du ønsker at få en plejebolig i en anden kommune.

Praktisk information

Tilbud	Plejebolig														
Hvordan søger jeg om tilbuddet?	<p>For at søge om tilbuddet skal du ringe eller skrive til dit lokalområdekantor og aftale nærmere. Læs mere under afsnittet, 'Praktiske oplysninger', på side xx</p> <p>Du kan læse mere om de enkelte plejeboliger på www.kk.dk</p>														
Hvad koster tilbuddet?	<p>Du skal betale indskud og husleje i de fleste plejeboliger. Du betaler også for el og varme. På ældre plejecentre betaler du en boligafgift, der er beregnet ud fra dine indtægtsforhold. For en plejebolig opført/renoveret efter 1987 betaler du boligindskud og husleje. Du kan søge om boligindskudslån og boligydelse til huslejen.</p> <p>Bor du i en plejebolig, kan du vælge at købe:</p> <table> <tbody> <tr> <td>Måltider</td> <td>104 kr. pr. dag</td> </tr> <tr> <td>Vask af beklædning og linned</td> <td>261 kr. pr. måned</td> </tr> <tr> <td>Vinduespolering</td> <td>50 kr. pr. måned</td> </tr> <tr> <td>Rengøringsartikler</td> <td>81 kr. pr. måned</td> </tr> <tr> <td>Toiletartikler</td> <td>84 kr. pr. måned</td> </tr> <tr> <td>Omsorgstandpleje</td> <td>450 kr.</td> </tr> <tr> <td></td> <td>Specialtandpleje, max 1680 kr.</td> </tr> </tbody> </table> <p>Du betaler selv for medicin, når du bor i plejebolig.</p>	Måltider	104 kr. pr. dag	Vask af beklædning og linned	261 kr. pr. måned	Vinduespolering	50 kr. pr. måned	Rengøringsartikler	81 kr. pr. måned	Toiletartikler	84 kr. pr. måned	Omsorgstandpleje	450 kr.		Specialtandpleje, max 1680 kr.
Måltider	104 kr. pr. dag														
Vask af beklædning og linned	261 kr. pr. måned														
Vinduespolering	50 kr. pr. måned														
Rengøringsartikler	81 kr. pr. måned														
Toiletartikler	84 kr. pr. måned														
Omsorgstandpleje	450 kr.														
	Specialtandpleje, max 1680 kr.														

Hvor ligger plejeboligerne?

Amager:
Bomi-parken
 Gyldenrisvej 4
 2300 København S
 Tlf. 32 47 92 00

Peder Lykke centret
 Peder Lykkesvej 65
 2300 København S
 Tlf. 32 34 43 87

Højdevangs sogns plejehjem
 Sundbyvestervej 97
 2300 København S
 Tlf. 32 34 08 00

(dele af plejehjemmet er også for borgere med demens)

Bispebjerg

Bispebjerghjemmet

Tagensvej 186
2400 København NV
Tlf. 35 30 28 90

Håndværker-

foreningens plejehjem

Håndværkerhaven 49
2400 København NV
Tlf. 39 69 34 11

Brønshøj/Husum

Birkebo

Bystævneparken 23
2700 Brønshøj
38 27 40 30

Egebo

Bystævneparken 21
+22
2700 Brønshøj
Tlf. 38 27 40 40

Hasselbo

Bystævneparken 17
2700 Brønshøj
Tlf. 38 27 41 34

Plejecentret Lærkebo

Bystævneparken
30+31
2700 Brønshøj
Tlf. 38 27 42 45

Plejecenter Klarahus

Agnes Henningsensvej
1-3
2200 København N
Tlf. 35 30 33 85

Plejecentret Poppelbo

Bystævneparken
28+29
2700 Brønshøj
Tlf. 38 27 42 00

Johannesgården

Fuglsang Alle 103
2700 Brønshøj
Tlf. 38 77 67 00

Louise Marie Hjemmet

Svenskelejren 1
2700 Brønshøj
Tlf. 38 60 55 00

Omsorgscentret Hjortespring

Sennepshaven 4
2730 Herlev
Tlf. 44 52 15 20

Tingbjergghjemmet

Midtfløjene 1
2700 Brønshøj
Tlf. 38 26 41 00

Demenscentret Pilehuset

Bystævneparken 24 -
25
2700 Brønshøj
Tlf. 38 27 42 90
*for borgere med
demens)*

(dele af plejehjemmet er også for borgere med demens)

Valby

Indre by/

christianshavn

Nybodergården

Kronprinsessegade 61
1306 København K
Tlf. 33 48 19 00

Rosenborgcentret

Rosengade 1
1309 København K
Tlf. 33 34 84 84

Nørrebro

Kastaniehusene

Alleen 2
2400 København NV
Tlf. 35 30 3385/ 3341

Møllehuset

Edith Rodes vej 11
2400 København NV
Tlf. 35 30 36 50

Plejecentret Aftensol

Lundtoffegade 3-7
2200 København N
Tlf. 35 30 55 00

Plejecentret Sølund

Ryesgade 20
2200 København N
Tlf. 35 28 40 00

Slottet

Agnes Henningsens
vej 7
2200 København N
35 30 36 60

Dr. Ingrid's hjem

Carl Jacobsensvej 8
2500 Valby
Tlf. 36 18 40 00

Langgadehus

Valby Langgade 97

2500 Valby
Tlf. 36 14 16 00

**Kirsebærhavens-
plejehjem**
Kirsebærhaven 20
2500 Valby
Tlf.36 15 02 00

**Plejecentret
Solteresserne**
Johan krohns vej 8
2500 Valby
Tlf.82 55 33 00
(for blinde,
svagsynede, døve og
døvblinde)

Solgavehjemmet
Vigerslev Alle 117
2500 Valby
Tlf.36 13 32 00
(for blinde,
svagsynede, døve,
døvblinde)

**Plejhjemmet Ålholm-
hjemmet**
Maribovvej 41
2500 Valby
Tlf. 35 30 20 00
(For borgere med
demens)

**Vanløse
Damsøgård**
Hanstholtvej 34
2720 Vanløse
Tlf.38 77 36 00

Skjulhøjgård
Ålekistevej 226
2720 Vanløse
38 76 00 80

Bonderupgård
Randbølvej 61
2720 Vanløse
Tlf. 38 77 23 35
(For borgere med
demens)

**Vesterbro/
Kgs. Enghave
Verdishave**
Tartinsvej 31
2400 København SV
Tlf.35 30 55 55

Absalonhus
Absalonsgade 35
1658 København V
Tlf. 35 30 51 00

**Rundskuedagens
plejhjecenter**
Dannebrogsgade 44

1660 København V
Tlf. 35 30 54 00

Bryggergården
Alsgade 15
1764 København V
Tlf. 33 28 37 00
(For borgere med
demens)

**Østerbro
Deborah Centret**
Bryggergade 1
2100 København Ø
Tlf. 82 32 51 00

**Kildevæld Sogns
Plejehjem**
Helsingborggade 16
2100 København Ø
Tlf. 35 30 53 50

Plejecentret Kærbo
Rothesgade 12
2100 København Ø
Tlf. 35 30 29 50

Ryholtgård
Rymarksvej 23
2900 Hellerup
Tlf. 39 10 25 00

Godt at vide

Find flere informationer om plejeboliger på København Kommunes hjemmeside, hvor der er link til centrenes egne hjemmesider
www.kk.dk → ældre → Pleje og ældreboliger

Midlertidige døgnophold

Københavns Kommune kan tilbyde dig midlertidige døgnophold, hvis du i en kortere periode har brug for ekstra pleje, træning og behandling. Måske har du været syg eller indlagt på hospitalet, eller måske har dine pårørende til daglig varetaget plejen af dig og kan for en periode ikke hjælpe dig pga. ferie eller sygdom. Et ophold kan vare fra få dage til flere uger, alt efter dine behov. Du bor på et møbleret værelse med eget bad og toilet. Der er fælles spise- og opholdsstue, hvor du også har mulighed for at se fjernsyn.

Rehabiliteringsophold

Du kan søge om et rehabiliteringsophold, hvis du f.eks. har behov for træning, en nærmere afklaring af dit behov for hjælp, eller hvis din ægtefælle skal aflastes i en kortere periode. Opholdet er et midlertidigt døgnophold, hvor du blandt andet får hjælp til at genvinde eller vedligeholde dine daglige færdigheder. Der er egenbetaling på opholdet.

Palliativt aflastningsophold

Du kan søge om et palliativt aflastningsophold, hvis du er alvorligt syg og døende. Her er der fokus på at lindre dine symptomer og støtte dig og dine pårørende. Der er egenbetaling på opholdet.

Demensvurderingsophold

Du kan visiteres til et demensvurderingsophold, hvis du lider af demens og har behov for en nærmere afklaring af dit behov for hjælp - herunder f.eks. en anden boligform. Du kan også søge om et ophold, hvis din ægtefælle f.eks. skal ud at rejse. Der er egenbetaling på opholdet.

Akutplejeophold

Du kan blive visiteret til et akutplejeophold, hvis du har behov for sygepleje hele døgnet, f.eks. i form af ernæringsterapi, sårpleje eller smertebehandling. Et akutplejeophold sker typisk efter hospitalsindlæggelse eller for at undgå indlæggelse.

Praktisk information

Tilbud	Rehabiliterings-Tilbud	Demens-Vurderings-plads	Palliativ aflastnings-enhed	Akut plejeenhed
Hvordan søger jeg om tilbuddet?	For at søge om tilbuddet skal du ringe eller skrive til dit lokalområdekantor og aftale nærmere. Læs mere under afsnittet, 'Praktiske oplysninger', på side xx			
Hvad koster tilbuddet?	116 kr. i døgnet. Betalingen dækker mad, drikkevarer, leje og vask af sengetøj samt de mest almindelige sygeplejeartikler.			Ingen egenbetaling

Hvor ligger rehabiliteringscentrene? og døgnopholdene?

Rehabiliteringscenter Amager

Brydes Alle 30
2300 København S
Tlf. 33 17 84 00

Rehabiliteringscenter

Bispebjerg/Nørrebro

Frederiksborgvej 77
2400 København NV
Tlf. 35 30 29 10

Rehabiliteringscenter

Indre By/Østerbro/ Christianshavn

Strandvejen 119
2900 Hellerup
Tlf. 39 45 13 41

Rehabiliteringscenter Vesterbro/Kgs.

Enghave/Valby

Vigerslevvej 180
2500 Valby
Tlf. 36 14 07 14

Rehabiliteringscenter

Vanløse/Brønshøj/Husum

Bystævneparken 18
2700 Brønshøj
Tlf. 38 27 41 11
www.nrk.kk.dk

Hvor ligger andre døgntilbud?

Hvor ligger Palliativt aflastningsophold?

Håndværkerforeningens plejehjem
Håndværkerhaven 49
2400 København NV
Tlf. 39 69 93 90

Hvor ligger Demensvurderingsophold?

Højdevangs sogns plejehjem
Sundbyvestervej 97
2300 København S

Demenscentret Pilehuset
Bystævneparken 24 - 25
2700 Brønshøj

Hvor ligger Akutplejeophold?

Akutplejeenhed København
Vigerslevvej 180, stuen og 1. Sal
2500 Valby

Praktiske oplysninger

Sådan søger du

Du kan søge om hjælp og støtte fra Sundheds- og Omsorgsforvaltningen, hvis du er fyldt 65 år og bor i Københavns Kommune. Er du mellem 18 og 64 år, skal du søge Socialforvaltningen i Københavns Kommune.

Ring til lokalområdekantoret

Ønsker du at søge om hjælp eller støtte, skal du ringe til dit lokalområdekantoret og aftale et møde med en visitator. Pårørende, praktiserende læge og hospitalet kan også kontakte lokalområdekantoret på dine vegne.

Københavns Kommune er opdelt i fem lokalområder. Til hvert lokalområde hører et lokalområdekantoret – og det er din indgang, når du ønsker at søge om et tilbud. Du finder kontaktoplysninger til alle lokalområdekantorene på side xx.

Vurdering fra visitator

Når du henvender dig til lokalområdekantoret, vil en visitator vejlede dig om dine muligheder og evt. aftale et besøg af en visitator i dit hjem. En visitator er en medarbejder fra kommunen, der er uddannet til sammen med dig at vurdere dine ressourcer og behov.

Visitator vil lægge vægt på:

- Hvad kan du klare selv – og hvad kan vi hjælpe dig til at kunne klare selv, f.eks. med et hjælpemiddel eller træning?
- Hvad har du behov for støtte og hjælp til?
- Har du en ægtefælle eller anden pårørende, der kan hjælpe dig?

Ønsker du at søge om hjælpemidler og boligindretninger, kan du også finde ansøgningskemaet på www.hjaelpemiddelcentret.kk.dk

Du er velkommen til at invitere pårørende eller en selvvalgt bisidder med til samtalen med visitatoren. Som borger har du selvbestemmelsesret. Det betyder, at du selv bestemmer, om dine pårørende skal involveres i og informeres om den hjælp, du modtager. Københavns Kommune respekterer den ret, og derfor har pårørende kun mulighed for at blive inddraget efter dit ønske.

Svar fra kommunen

På basis af visitators vurdering vil kommunen tildele dig hjælp og støtte inden for rammerne af kommunens serviceniveau. Det kan f.eks. være træning, hjælpemiddel, personlig hjælp eller praktisk hjælp. Du vil modtage en afgørelse,

der fortæller, hvilke tilbud du har fået tildelt, eller om din ansøgning er blevet afslået.

Hvis du har fået tildelt et tilbud, vil kommunen derefter løbende vurdere, om du fortsat har behov for tilbuddet, og om det er det rigtige tilbud, du får.

Tildeling af kontaktperson

Hvis du får personlig og praktisk hjælp vil du i forbindelse med, at du modtager afgørelsen, få oplyst et navn på en kontaktperson, som du kan henvende dig til, hvis du har spørgsmål eller vurderer, at dit behov for hjælp og støtte ændrer sig.

Hvor finder jeg Lokalområdekontorerne?

Lokalområdekantor Amager

Amagerbrogade 150
2300 København S
Tlf. 33 66 33 66
poamager@suf.kk.dk
Mandag-fredag ml. 8.00-15.30

Mandag-fredag ml. 8.00-15.30

Lokalområdekantor Bispebjerg/Nørrebro

Lygten 2 C, 3. sal
2400 København NV
Tlf. 33 66 33 66
pobnlygten@suf.kk.dk
Mandag-fredag ml. 8.00-15.30

Lokalområdekantor Vanløse/Brønshøj/Husum

Indertofte 10, 2 sal
2720 Vanløse
Tlf. 33 66 33 66
povanloese@suf.kk.dk
Mandag-fredag ml. 8.00-15.30

Lokalområdekantor Vesterbro/ Kgs. Enghave/Valby

Tofttegårds Plads,
Gl. Køge Landevej 3
2500 Valby
Tlf. 33 66 33 66
Vesterbro-KgsEnghave-Valby@suf.kk.dk

Lokalområdekantor Indre By/Østerbro

Serridslevvej 2A
2100 København Ø
omraadekontor-ibo@suf.kk.dk
Tlf. 33 66 33 66
Mandag-fredag ml. 8.00-15.30

Plekehjemsbeboere skal henvende sig til:

Den Centrale Visitation.
Sjællandsgade 40.
2200 København N.
Tlf. 35 30 38 28 ml. kl. 10.00-14.00
Boligerunder65@suf.kk.dk

Spørgsmål om folkepension, boligydelse og tillæg

Spørgsmål om folkepension, boligydelse, varmetillæg, personligt tillæg, ældrecheck, handicapkørsel og lignende skal ske til borgerservicecentre.

Borgerservicecentre:

Bispebjerg,

Lærkevej 18, 2400 København NV

Sundby, Amagercentret

147, Reberbanegade 3, 2300 København S

Hans Nansens Gård,

Nyropsgade 1, 1602 København V

Kontakt centrene på tlf. 33663366, eller skriv til Københavns Kommune, Center for Pension, Postboks 823
2100 Khb

Godt at vide

Brug selvbetjeningsløsningerne til pension på kommunens hjemmeside, www.kk.dk/pension

Sådan er sagsbehandlingstiderne

Sagsbehandlingstiden kan variere, alt efter hvilket tilbud du søger om at få.

Personlig og praktisk hjælp

Når du søger om personlig og praktisk hjælp, vil du få tilbudt et visitationsbesøg inden for 5 hverdage, hvor du vil få en afgørelse på din ansøgning. Praktisk hjælp sættes i gang inden 7-14 hverdage, mens personlig pleje kan startes med det

samme.

Træning

Når du søger om træning, vil du inden for 20 hverdage efter ansøgning få en afgørelse på din ansøgning og evt. blive tilbudt aftale på et træningscenter.

Hjælpemidler

Når du søger du om hjælpemidler, forbrugsgoder eller boligindretning, får du en afgørelse inden for 20 hverdage. Har lokalområdekantoret brug for flere oplysninger fra f.eks. din læge, kan der gå længere tid – dog vil du oftest modtage en afgørelse inden for otte uger.

Boliger

Når du søger om bolig, vil du få tilbudt et visitationsbesøg inden for 21 hverdage, hvor du vil få en afgørelse på din ansøgning. Bliver du godkendt, kommer du på venteliste. Lokalområdekantoret vil informere om ventetiderne.

Omsorgstandpleje

Når du søger om omsorgstandpleje, vil du få tilbudt et visitationsbesøg inden for 10 hverdage, hvor du vil få en afgørelse på din ansøgning. Du er omfattet af omsorgstandpleje fra den førstkommande måned efter din tilmelding.

Aktivitetstilbud

Når du søger om et aktivitetstilbud, vil du få tilbudt et visitationsbesøg inden for 20 hverdage, hvor du vil få en afgørelse og derefter starte i et aktivitetstilbud.

Sådan klager du

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

Hvem kan klage?

Det er som udgangspunkt kun dig som modtager af tilbud eller støtte, der kan klage. Hvis dine pårørende ønsker at klage over en visitationsafgørelse eller den hjælp, du modtager, skal de først have en fuldmagt fra dig.

Klage over afgørelsen

Er du ikke enig i den afgørelse, kommunen har truffet, skal du følge den klagevejledning, der fremgår af din afgørelse.

Typisk skal du sende klagen til den kommunale enhed, der har truffet afgørelsen. Hvis kommunen ikke ændrer afgørelsen på baggrund af din klage, sender kommunen klagen til det sociale nævn.

Klage over sagsbehandlingen eller sagsbehandlingstiden

Er du utilfreds over sagsbehandlingen eller sagsbehandlingstiden, kan du klage til dit lokalområdekantoret.

Klage over den måde hjælpen udføres på

Er du utilfreds med den måde, hjælpen udføres på, personalets optræden, eller at den hjælp, du får, afviger fra den tildelte, kan du klage til kommunen. Du kan f.eks. klage til dit lokalområdekontor eller den enhed, der leverer hjælpen, f.eks. plejehjemmet eller hjemmeplejen.

Klage over sygepleje, tandpleje eller genoptræning

Er du utilfreds med den sygeplejebehandling, som du modtager fra kommunen, omsorgstandplejen eller genoptræning, kan du klage til patientombuddet. Du kan læse mere på www.patientombuddet.dk.

Borgerrådgiveren kan hjælpe

Hos Borgerrådgiveren kan du få hjælp, hvis du ønsker at klage over Københavns Kommune eller ønsker hjælp til at genskabe dialogen med kommunen. Du kan læse mere på www.kk.dk/borgerraadgiver

Kontaktoplysninger på klageinstanser

Borgerrådgiveren
Vester Voldgade 2A
1552 København V
Tlf. 33 66 14 00
borgerraadgiveren@kk.dk

Patientombuddet
Frederiksborggade 15, 2. sal
1360 København K
Tlf. 72 28 66 00
www.patientombuddet.dk.

Sådan er reglerne for afbud og aflysninger **- hjemmeboende**

Regler for dig

Når du har fået tildelt et tilbud, skal du huske at melde afbud, hvis du ikke er hjemme på det tidspunkt, som du f.eks. har aftalt med hjemmeplejen eller sygeplejen. Du skal også melde afbud, hvis du f.eks. ikke kan komme på sygeplejeklinik eller træningscenter på det aftalte tidspunkt.

Vil du afmelde din hjælp i en periode, skal du henvende dig til lokalområdekontoret.

Skal du aflyse eller have flyttet et enkelt besøg, skal du selv kontakte leverandøren.

Regler for kommunen

Kommunen må ikke aflyse et besøg, men kan i meget sjældne tilfælde være tvunget til at rykke et besøg. Du vil i disse tilfælde få telefonisk besked.

Vær samtidig opmærksom på, at kommunens medarbejdere ikke må gå ind i dit hjem og kontrollere, om du er i nød, med mindre der er tale om en åbenlys nødsituation. Du kan dog give kommunen tilladelse til at gå ind i dit hjem med en låsesmed, hvis medarbejderne finder det nødvendigt. Hvis det viser sig, at du har glemt at aflyse besøget, skal du selv betale for låsesmeden.

Sådan opretter du et plejetestamente

Hvis du rammes af sygdom og ikke længere selv kan forklare, hvordan du ønsker at blive plejet, er det en god idé at have oprettet et plejetestamente.

Hvad er et plejetestamente?

Et plejetestamente er et dokument, hvor du kan give dine fremtidige ønsker til for eksempel din påklædning, dine madvaner, dine interesser og din personlige hygiejne.

Testamentet giver dig på den måde mulighed for fortsat at have indflydelse på dit eget liv, hvis du på et tidspunkt ikke længere selv kan give udtryk for, hvad der betyder meget for, at du trives i hverdagen.

Testamentet giver også tryghed for både dine pårørende og det personale, der skal pleje dig, fordi du på forhånd har givet udtryk for dine ønsker til daglig pleje og omsorg.

Hvordan opretter jeg et plejetestamente?

Ønsker du at oprette et plejetestamente, har kommunen udarbejdet en skabelon, du kan bruge som en hjælp. Du kan finde skabelonen på hjemmesiden, se nedenstående link. Eller du kan rette henvendelse til borgerservice eller dit lokalområdekantor. Læs mere under afsnittet, 'Praktiske oplysninger', på side xx.

Det originale plejetestamente opbevares hos dig, og du kan altid ændre det.

Du kan læse mere i pjecen, "Har du overvejet dine fremtidige ønsker til pleje og omsorg",

Skabelon og pjeces kan findes på hjemmesiden, www.kk.dk → ældre → hjælp i hjemmet → plejetestamente

Lovgrundlag

Du kan her læse uddrag af en række af de love og bestemmelser, som gælder for de enkelte servicetilbud i kvalitetsstandarderne. Det drejer sig om Lov om social service, sundhedsloven og Lov om almene boliger. Du kan også finde information om Persondataloven, som beskriver dine rettigheder til at se oplysninger, som kommunen har registreret elektronisk om dig.

Der henvises desuden til Lov om boliger for ældre og personer med handicap, Lov om individuel boligstøtte, Lov om social pension og Lov om retssikkerhed og administration på det sociale område, som vedrører borgernes rettigheder og indflydelse, behandling af sager/oplysninger med mere.

På www.retsinformation.dk kan du finde hele lovgivningen og søge i love og regler.

Serviceoven

§ 16, stk. 1 Kommunalbestyrelsen skal sørge for, at brugerne af tilbud efter denne lov får mulighed for at få indflydelse på tilrettelæggelsen og udnyttelsen af tilbuddene. Kommunalbestyrelsen fastsætter skriftlige retningslinjer for brugerindflydelsen.

§ 79. Kommunalbestyrelsen kan iværksætte eller give tilskud til generelle tilbud med aktiverende og forebyggende sigte. Kommunalbestyrelsen skal fastsætte retningslinjer for, hvilke persongrupper der kan benytte tilbuddene.

§ 79a. Kommunalbestyrelsen skal tilbyde forebyggende hjemmebesøg til alle borgere, der er fyldt 75 år, og som bor i kommunen.

Stk.2. Kommunalbestyrelsen tilrettelægger besøgene efter behov.

Kommunalbestyrelsen skal dog tilbyde mindst ét årligt forebyggende hjemmebesøg.

Stk.3. Kommunalbestyrelsen kan vælge at undtage de borgere, som modtager både personlig pleje og praktisk hjælp efter § 83, fra ordningen om forebyggende hjemmebesøg.

Stk.4. Socialministeren kan i samarbejde med indenrigs- og sundhedsministeren fastsætte regler om de kommunale forpligtelser efter stk. 1-3, herunder om samordning med andre generelle kommunale forebyggende og aktiverende foranstaltninger.

§ 83. Kommunalbestyrelsen skal tilbyde

1) personlig hjælp og pleje og

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

Stk. 4. 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).

§ 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.

§ 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.

§ 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.

§ 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.

Stk.2.Tilbuddene om hjælp efter § 83 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. Tilbuddene skal løbende tilpasses modtagerens behov.

Stk.3.Tilbud efter § 86 gives efter en konkret, individuel vurdering af træningsbehovet. Genoptræningstilbud efter § 86, stk. 1, gives med henblik på så vidt muligt at bringe personen op på det funktionsniveau, som den pågældende havde inden sygdommen. Tilbud efter § 86, stk. 2, gives til personer, som har brug for en individuel træningsindsats med henblik på at kunne vedligeholde fysiske eller psykiske færdigheder.

§ 112. stk. 1 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.

§ 113. Kommunalbestyrelsen skal yde hjælp til køb af forbrugsgoder, når betingelserne i § 112, stk. 1, er opfyldt. Der kan dog ikke ydes hjælp til forbrugsgoder, der normalt indgår i sædvanligt indbo.

§ 116. stk. 1 Kommunalbestyrelsen skal yde hjælp til indretning af bolig til personer med varigt nedsat fysisk eller psykisk funktionsevne, når indretning er nødvendig for at gøre boligen bedre egnet som opholdssted for den pågældende.

§ 117. Kommunalbestyrelsen kan yde tilskud til personer, som på grund af varigt nedsat fysisk eller psykisk funktionsevne har behov for befordring med individuelle transportmidler.

§ 192 Regionsrådet og kommunalbestyrelsen driver de bestående plejehjem og beskyttede boliger efter de hidtil gældende regler i lov om social bistand. Dog kan kommunen ikke opkræve betaling for den særlige service m.v. som følge af plejehjemsopholdet. Velfærdsministeren fastsætter i en bekendtgørelse regler herom, herunder regler, der er tilnærmet reglerne for ældreboliger og plejeboliger efter lov om almene boliger m.v., og regler om beskyttelse mod ufrivillig flytning inden for et plejehjem eller en beskyttet bolig.

§ 192a Kommunalbestyrelsen skal tilbyde ældre, der har særligt behov for en plads på et plejehjem, jf. § 192, eller for en almen plejebolig, jf. § 5, stk. 2, i lov om almene boliger m.v., en sådan plads eller bolig senest 2 måneder efter optagelse på en venteliste. Stk.2. Garantien efter stk. 1 gælder dog ikke, hvis den ældre har valgt et bestemt plejehjem eller en bestemt almen plejebolig efter reglerne i § 58 a i lov om almene boliger m.v.

Stk.3. Velfærdsministeren fastsætter nærmere regler om optagelse på en venteliste og om frister for tilbud om en almen plejebolig eller en plejehjemsplads.

Almenboligloven

§ 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.

Sundhedsloven

§ 119. Kommunalbestyrelsen har ansvaret for ved varetagelsen af kommunens opgaver i forhold til borgerne at skabe rammer 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 m.v. samt rådgivning m.v. i forhold til kommunernes indsats efter stk. 1 og 2.

§ 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.

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

§ 139. Indenrigs- og sundhedsministeren fastsætter nærmere regler om omfanget af og kravene til den kommunale hjemmesygeplejerskeordning.

§ 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.

Persondataloven

Persondataloven giver borgeren særlige rettigheder, når offentlige myndigheder og private bruger personoplysninger på edb. Loven giver også dem, der behandler personoplysninger, visse pligter, som f.eks. at give Datatilsynet besked om behandlingens formål, og hvem oplysninger eventuelt videregives til.

Ifølge persondataloven har klagere og andre registrerede som udgangspunkt følgende rettigheder:

- ret til at blive orienteret om indsamling af oplysninger til brug for edb-behandling.
- ret til at bede om indsigt i de oplysninger der edb-behandles.
- ret til at gøre indsigelse mod at oplysningerne edb-behandles.
- ret til at kræve berigtigelse, sletning eller blokering af oplysninger, der er urigtige, vildledende eller på lignende måde er behandlet på edb i strid med lovgivningen.

(For yderligere oplysninger se eventuelt reglerne i lovens §§ 28, 29, 31, 35 og 37).

Kvalitetsstandarderne bygger primært på Serviceloven og Sundhedsloven. Desuden bygger de på Lov om almene boliger, Lov om boliger for ældre og personer med handicap, Lov om individuel boligstøtte, Lov om social pension og Lov om retssikkerhed og administration på det sociale område, som vedrører borgernes rettigheder og indflydelse, behandling af sager/oplysninger med mere.

På www.retsinformation.dk kan du finde hele lovgivningen og søge i love og regler.

