

# ÆLDRE I KØBENHAVN

Gang i ældre

SUNDHED,  
TRÆNING,  
PLEJE OG  
BOLIG

**2018**





# KÆRE KØBENHAVNER

Equia diae corerci llnis rehenihit molentiore porecus plicitas autest moluptatem re poreiusa quis sitem. Neque sum ariorro ium remolestotae am, omnistias aut porehendis velique solorum quam, es ad molupta cusda qui aut litatem que de eat atiat aut vollitium qui illorerspis aut litas ipis et dolorem-pore nonempedit eate voloruptibus ni autendis re dolecep eriorio to iumque.

Fquistrumquo quamet fugitatur ma cusaped maio omnienime comnimu saperro eos erum et porum quiae nulles aute exeritatur as reic tesed qui consedis ut fuga. Itas a et inverer uptaturerum int aut et atiantiate nonseque et latur aliquunt, sinimin imustru ptatemo il mint quatio omniaes ciatur? Qui autempor aspit qui nis receator audis maio. Et officim aximet molupta epraepudi beaquas adit aut qui te venditat la volum autas aut vendite mporibu sandis sequi cume dellesed quamet velit debit, tem.

Nequas sin ea sit exces ut molest, sita nullendam illa quid qui to et velit quiaten dandae ium archicae rehent electur sequam, sinus, tem quam fugiam, aut volorum laccus ni te venihilis eos apedi quam veles mi, vellaccatus, quia non cuptatur, exerfer iatiam incius et equaecaabo. Da delucid modignis rem reptatur sequi nonecepta estios est dolori que venim fugiamusdaes derum quam dolore dolupta quibus a nulparu ptasimusa quid quam consequia voluptati ut hariandus eos dit, et quo ium nonsed erehent usdanis niente porposapitis velectatur ad qui nimolor esseribea coneces voluptat magnat.

FOTO

Borgmester  
underskrift







## INDHOLD

- 5 INDLEDNING
- 6 AKTIVITETSTILBUD
- 10 TILBUD I FORENINGER OG ORGANISATIONER
- 12 MAD OG MÅLTIDER
- 16 HJÆLPEMIDLER OG BOLIGINDRETNING
- 18 PRAKTISK HJÆLP OG STØTTE
- 22 HJÆLP OG STØTTE TIL PERSONLIG PLEJE
- 26 SYGEPLEJE
- 30 TILBUD TIL BORGERE MED DEMENS
- 34 VOKSENTANDPLEJE
- 36 ÆLDREBOLIG
- 41 PLEJEBOLIG
- 49 MIDLERTIDIGE DØGNOPHOLD
- 52 SUNDHED OG GENOPTRÆNING
- 60 TILBUD OG STØTTE TIL PÅRØRENDE
- 62 PRAKTISKE OPLYSNINGER
- 62 SÅDAN SØGER DU
- 64 SÅDAN ER BEHANDLINGSTIDERNE
- 66 FRIT VALG AF LEVERANDØR
- 67 HJEMMET SOM ARBEJDSSTED, AFBUD OG AFLYSNINGER
- 68 MULIGHEDER FOR TILSKUD OG BEVILLINGER
- 69 IT OG DIGITAL KONTAKT TIL DET OFFENTLIGE
- 71 PLEJETESTAMENTE
- 71 KØBENHAVNS ÆLDRE RÅD
- 72 SÅDAN KLAGER DU
- 74 LOVGRUNDLAG
- 82 ADRESSEINDEKS

## KØBENHAVNS KOMMUNE

Sundheds- og Omsorgsforvaltningen  
Sjællandsgade 40  
2200 København N  
Telefon: 33 66 33 66  
E-mail: [suf@suf.kk.dk](mailto:suf@suf.kk.dk)  
[www.kk.dk](http://www.kk.dk)

Design  
KK Design

Fotograf  
Thomas Vilhelm  
Andreas Bro (forsidefoto)

Tryk  
Frederiksberg Bogtrykkeri A/S

Oplag  
21.000 stk.

Udgivet  
Februar 2018





## INDLEDNING

Dette katalog beskriver Københavns Kommunes tilbud, som er målrettet ældre borgere, samt en række andre tilbud, der også kunne være relevante for ældre. Formålet med kataloget er at give dig og dine pårørende et overblik over kommunens forskellige tilbud og muligheder for hjælp og støtte til ældre i København.

I Københavns Kommune har vi fokus på, at man som ældre københavnere fortsat skal kunne leve det liv, man ønsker, og gøre de ting, der betyder noget – også når man har brug for hjælp. Samtidig skal man være sikker på at kunne få den rette og specialiserede støtte, som man har behov for i forskellige situationer.

Derfor har vi en lang række tilbud om aktivitet, træning, pleje og omsorg, som vil bidrage til en tryk og aktiv hverdag for Københavns ældre.

### **Visitation eller ej**

Nogle af kommunens tilbud kan du selv tilmelde dig. Det gælder fx nogle af de aktivitetstilbud, der er til ældre i kommunen. Andre tilbud skal du søge om og visiteres til. Det betyder, at du taler med en visitator om dit behov. Herefter vurderer visitatoren, hvilken hjælp du har behov for og ret til. Dette gælder fx, når du søger om praktisk hjælp og støtte, hjælpemidler eller ældrebolig.

Der er også tilbud, som din læge skal henvise dig til. Det gælder fx vores tilbud om stresshåndtering og fysisk træning og genoptræning i kommunens træningscentre.

Kommunen arbejder tæt sammen med din læge og hospitalerne med det formål at give dig et godt og sammenhængende forløb, hvis du eksempelvis har været indlagt og skal på et midlertidigt rehabiliteringsophold, eller hvis du skal flytte fra dit hidtidige hjem til en ældre- eller plejebolig.

### **Katalogets opbygning**

I *Ældre i København* er kommunens tilbud inddelt i emner. Via indholdsfortegnelsen kan du finde det emne, du er interesseret i. Ved hvert tilbud er det angivet, hvordan du søger, om du skal visiteres, og hvad tilbuddet eventuelt koster.

Efter de emneinddelte afsnit har vi samlet en række praktiske informationer. Her kan du læse mere om at blive visiteret, om sagsbehandlingstider, klagefrister osv. Bagerst i kataloget finder du et komplet kort med placering af alle tilbud og centre i hele byen.

Hvis du har spørgsmål til indholdet i kataloget, skal du kontakte visitationen. Se hvordan på side 62 under Sådan søger du.



# 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 de kommunale aktivitetstilbud.

## AKTIVITETSCENTRE

Aktivitetssentrene tilbyder alt fra foredrag, undervisning i brug af computer og mobiltelefon til motion og bevægelse, udflugter, teater og korsang. Du er som medlem med til at bestemme, hvilke aktiviteter der skal være på aktivitetssentrene. Der er et fast månedligt kontingent, og du kan købe mad på de fleste aktivitetssentre. Se adresser på side xx.

### Der er to typer tilbud:

- Åbent aktivitetstilbud for dig, der kun har brug for let støtte til at komme i gang med aktiviteter på aktivitetssentret.
- Visiteret aktivitetstilbud for dig, der har brug for støtte til at deltage og gennemføre aktiviteter, eller som har brug for personlig pleje eller støtte til måltider på aktivitetssentret.


---

### Hvor kan jeg søge om tilbuddet?

For at blive visiteret til et aktivitetstilbud skal du kontakte din lokale visitation. Se side 62. Hvis du ønsker at benytte et åbent aktivitetstilbud, kan du henvende dig direkte til aktivitetstilbuddet og så vil medarbejderne på aktivitetssentret vurdere, om du er i målgruppen til dette tilbud.

### Pris

Det koster 113 kr. pr. måned at være medlem af et aktivitetstilbud, og derudover betaler du for mad, drikke og evt. aktiviteter og materialer. Hvis du har fået bevilliget kørsel til og fra aktivitetssentret, koster det 178 kr. pr. måned.



På aktivitetscentrene  
kan du fx tage med på  
udflugter, gå til foredrag  
og spille billard

---

**LÆS MERE**

Få mere information på  
kommunens hjemmeside:  
[www.kk.dk/aktiv](http://www.kk.dk/aktiv)





Find et aktivitetscenter  
nær dig på kortet  
bagerst i kataloget

## HER FINDER DU AKTIVITETSSCENTRENE

### Amager

**Aktivitetscenter Bomi-Parken**  
Gyldenrisvej 4  
2300 København S  
Telefon: 8256 6770

**Aktivitetscenter Peder Lykke**  
Peder Lykkesvej 65  
2300 København S  
Telefon: 3234 4321

### Indre By/Christianshavn

**Aktivitetscenter Indre By**  
Rosengade 1  
1309 København K  
Telefon: 8256 7014

**Aktivitets- og Demenscenter  
Højdevang Sogn**  
Sundbyvestervej 97  
2300 København S  
Telefon: 3234 0832

**Aktivitetscenter Hørgården**  
Brydes Allé 32  
2300 København S  
Telefon: 3287 7632

### Østerbro

**Aktivitetshuset i Randersgade**  
Randersgade 60, 1. sal  
2100 København Ø  
Telefon: 3530 3040

**Aktivitetscenter Østerbro**  
Strandvejen 119  
2900 Hellerup  
Telefon: 3945 1330

**Aktivitets- og Demenscenter  
Fælledgården**  
Drejøgade 3  
2100 København Ø  
Telefon: 3068 4416



---

## Nørrebro

### Aktivitetscenter Midtpunkt

Ryesgade 20  
2200 København N  
Telefon: 8232 5003

### Aktivitetscenter Huset

(for yngre borgere med demens)  
Agnes Henningsensvej 4  
2200 København N  
Telefon: 2630 0155

## Bispebjerg

### Aktivitetscenter Bispebjerg

Frederiksborgvej 77  
2400 København NV  
Telefon: 3317 1270

## Vesterbro/Kgs. Enghave

### Aktivitetscenter Rundskuedagen

Dannebrogsvej 44  
1660 København V  
Telefon: 3530 2910

### Aktivitetscenter Vesterbro

Midlertidig adresse:  
VOC  
Gl. Jernbanevej 25  
2500 Valby  
Telefon: 2493 3820 / 2493 4338

### Vesterbro/Kgs. Enghave

Aktivitetscenter Lyrskovgade  
Lyrskovgade 10  
1758 København V

## Valby

### Aktivitetscenter Langgade

Valby Langgade 97 stuen  
2500 Valby  
Telefon: 3366 1752

### Aktivitetscenter Vigerslev

Vigerslevvej 180  
2500 Valby  
Telefon: 3317 1680 / 81 / 82

## Vanløse

### Aktivitetscenter Vanløse

Afdeling Bonderupgård  
Randbølvej 61  
2720 Vanløse  
Telefon: 8232 5300

### Aktivitetscenter Vanløse

Afdeling Damsøgård  
Hanstholmvej 34  
2720 Vanløse  
Telefon: 3877 3623

## Brønshøj/Husum

### Aktivitetscenter Brønshøj

Bystævneparken I  
2700 Brønshøj  
Telefon: 3827 4210

### Aktivitets- og Demenscenter Aalholmhuset

Maribovej 41  
2500 Valby  
Telefon: 3530 2044

### Aktivitets- og Demenscenter Pilehuset

Bystævneparken 25  
2700 Brønshøj  
Telefon: 3827 4092

*Plejebolig målrettet borgere med demens.  
Se mere side 34-37.*

## TILBUD I ORGANISATIONER OG FORENINGER

---

Københavns Kommune støtter en lang række aktiviteter i organisationer og frivilligt drevne foreninger. Du kan her læse om nogle af de forskellige tilbud, som du kan benytte dig af. Du kan også bidrage ved selv at være frivillig.

### INFORMATION- OG NETVÆRKS MØDER FOR PENSIONISTER

Seniorer der er på vej til eller lige er gået på pension har mulighed for at besøge et eller flere af de årlige informations- og netværksmøder, som afholdes i hver deres lokalområde. Her kan man orientere sig om pension, rettigheder og regler og få svar på spørgsmål af økonomisk, praktisk og juridisk karakter. Der vil være mulighed for at lade sig inspirere af organisationer og foreninger med en mangfoldighed af aktiviteter – også frivillige indsatser – og adgang til at skabe kontakter og netværk. Møderne arrangeres i et samarbejde mellem Københavns Kommune, ældreorganisationer og lokale seniorklubber. Møderne er åbne for alle og annonceres lokalt.

---

### RÅDGIVNING FOR SENIORER

Røde Kors tilbyder Rådgivning for Seniorer. Du kan få rådgivning om flytning, økonomi, mulige aktiviteter for ældre, muligheden for at få en følgesvend, besøgsven eller andet. Rådgiverne har mulighed for at komme på besøg hjemme hos dig, hvis en telefonsamtale ikke er tilstrækkeligt. Du kan ringe på tlf: 69 157 157 eller læse mere på: [www.hovedstaden.drk.dk/sw175817.asp](http://www.hovedstaden.drk.dk/sw175817.asp)

---

### SPRING FOR LIVET – MOTIONSDAG FOR SENIORER

Spring for Livet er en gratis motionsdag for alle seniorer i København, hvor du har mulighed for at prøve mere end 25 forskellige motionsaktiviteter. Du kan også møde en lang række foreninger. Spring for Livet afholdes hvert år i september i Nørrebrohallen.

og arrangeres bl.a. af DGI Storkøbenhavn, Røde Kors, Dansk Vandrelaug og Københavns Kommune. Du kan læse mere om dagen på [www.springforlivet.dk](http://www.springforlivet.dk) eller på Facebooksiden Spring for Livet.

---

### OVERBLIK OVER AKTIVITETER WWW.AKTIVTÆLDRELIV.DK

Marselisborg har i samarbejde med Københavns Kommune og en række andre kommuner oprettet en hjemmeside, der viser et overblik over alle åbne aktiviteter for ældre – som man kan deltage i uden at blive visiteret først. På siden kan du bl.a. søge på aktiviteter i dit nærområde eller på en særlig type aktivitet. Via et kort kan du få overblik over alle tilbud i nærheden.

Hjemmesiden: [www.aktivtaeldreliv.dk](http://www.aktivtaeldreliv.dk)

---

### SENIORKLUBBER OG FRIVILLIGT ARBEJDE

I København findes der en lang række klubber og foreninger, som arrangerer aktiviteter for ældre. Du kan fx deltage i tilbuddene på aftenskoler eller hos frivillige foreninger og ældreklubber, alt efter dine ønsker og behov.

Du kan også selv vælge at blive frivillig. Eksempler på aktiviteter, hvor du kan blive frivillig, er tryghedsopkaldstjenester, besøgsvenner, motionstræning, turguide, madklubber, studiekredse, arrangementer og ture.

Tilbuddet er for alle, og du kan læse mere på kommunens hjemmeside [www.kk.dk/fritid](http://www.kk.dk/fritid). Du skal betale kontingent for at være medlem af en klub eller forening.







## 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 se spisestederne samt åbningstider på s. 20. Du kan frit benytte alle spisetilbud i byen. Du skal selv kunne komme hen til et spisetilbud og betale kontant på stedet. Du har mulighed for at få bragt maden hjem, hvis du bliver syg, eller der er sneglatte veje.

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.

### 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 kan på kommunens hjemmeside finde en oversigt over, hvilke restauranter der er med i ordningen. Du skal selv kunne transportere dig hen til restauranten eller forretningen.

#### Hvilke leverandører er med?

Du kan på kommunens hjemmeside [www.kk.dk/madtil-ældre](http://www.kk.dk/madtil-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.

---

#### Hvor kan jeg søge om tilbuddet?

For at søge om tilbuddet skal du kontakte din lokale visitation.  
Se side 62.

#### Pris

Hovedmåltid (2 retter): 52 kr.  
Hovedret: 44 kr.  
Forret/dessert: 8 kr.

---

#### Hvor kan jeg søge om tilbuddet?

For at søge om tilbuddet skal du kontakte din lokale visitation.  
Se side 62.

#### Pris

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



---

## 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 3 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.

Du kan få yderligere oplysninger om leverandørerne hos dit lokalområdekantor. Læs mere under afsnittet Praktiske oplysninger på side 62.

## HJÆLP TIL TILBEREDNING AF MAD OG SPISNING

Du kan søge om hjælp til tilberedning af morgenmad, kold mad og mellemmåltider samt 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 hjælpen ydes af den leverandør, som du har valgt til personlig pleje.

---

### Hvor kan jeg søge om tilbuddet?

For at søge om tilbuddet skal du kontakte din lokale visitation. Se side 62.

### Pris

Hovedmåltid (2 retter): 56 kr.

Hovedret: 44 kr.

Forret/dessert: 12 kr.

Morgenmadspakke: 25 kr.

Smørrebrødspakke: 37 kr.

---

### Hvor kan jeg søge om tilbuddet?

For at søge om tilbuddet skal du kontakte din lokale visitation. Se side 62.

### Pris

Ingen egenbetaling.



Du kan spise i selskab med andre på et af kommunens mange spisetilbud

Kontakt din lokale visitation for at søge om tilbuddene

### Amager

#### Højdevang Sogns

##### Plejhjem

Sundbyvestervej 97

2300 København S

Telefon: 3234 08 13

##### Åbningstider:

Mandag-fredag: 12.00-13.30

#### Aktivitetstilbud

##### Bomi-Parken

Gyldenrisvej 4

2300 København S

Telefon: 8256 6757

##### Åbningstider:

Mandag-fredag: 11.45-12.15

#### Aktivitetscenter Hørgården

Brydes Allé 32

2300 København S

Telefon: 8256 3013

##### Åbningstider:

Mandag-fredag: 11.30-13.00

(smørrebrød fra 11.15)

#### Café Peder Lykke

Peder Lykkesvej 65

2300 København S

Telefon: 3234 4338

##### Åbningstider:

Mandag-fredag: 10.30-13.30

Lørdag-søndag: 11.00-13.00

### Indre By/Christianshavn

#### Rosenborgcentret

Rosengade 1

1309 København K

Telefon: 8256 7000

##### Åbningstider:

Mandag-søndag: 12.30-13.30

og 18.00-19.00

#### Nybodergården

Kronprinsessegade 61

1306 København K

Telefon: 3348 1903

##### Åbningstider:

Mandag-søndag: 11.30-12.45

### Østerbro

#### Omsorgscenteret Fælledgården

Drejøgade 3

2100 København Ø

Telefon: 3913 5117

##### Åbningstider:

Mandag-fredag: 11.00-16.00

Lørdag-søndag: 12.30-15.30

#### Kildevæld Sogns Plejhjem

Helsingborggade 16

2100 København Ø

Telefon: 3530 5356

##### Åbningstider:

Mandag-fredag: 11.45-13.15

(maden serveres kl. 12.)

### Bispebjerg/Nørrebro

#### Plejecenter Sølund

##### (Café "Madam Blå")

Ryesgade 20

2200 Nørrebro

Telefon: 8232 5026

##### Åbningstider:

Mandag-fredag: 11.00-13.30

Lørdag-søndag: 12.00-13.30

#### BispebjergHjemmet

Tagensvej 186

2400 København NV

Telefon: 3530 2872

##### Åbningstider:

Mandag-fredag: 11.30-13.30

#### Håndværkerforeningen

Håndværkerhaven 49

2400 København NV

Telefon: 3454 9306

##### Åbningstider:

Mandag-fredag: 12.00-14.00

(maden sælges mellem 12.00-12.30)

### Vesterbro/Kgs. Enghave

#### Verdishave

Tartinisvej 31

2450 København SV

Telefon: 8256 7104

##### Åbningstider:

Mandag-fredag: 12.00-13.00

### Valby

#### Vigerslevhus Café

Vigerslevvej 180

2500 Valby

Telefon: 3317 1690

##### Åbningstider:

Mandag-fredag: 12.30-13.30

#### Kirsebærhavens Plejhjem

Kirsebærhaven 20

2500 Valby

Telefon: 3615 0204

##### Åbningstider:

Mandag-fredag: 11.00-12.30

Lørdag-søndag: 12.00-13.00



### Vanløse

#### Aktivitetsscenter Vanløse (Bonderupgård)

Randbølvej 61  
2720 Vanløse  
Telefon: 8232 5300

#### Åbningstider:

Mandag-fredag: 11.30-13.00

#### Damsøgård

Hanstholmvej 34  
2720 Vanløse  
Telefon: 3877 3623

#### Åbningstider:

Mandag-søndag: 12.15-13.00  
(serverer maden kl. 12.30)

### Brønshøj/Husum

#### Aktivitetsscenter Brønshøj

Bystævneparken 2-3  
2700 Brønshøj  
Telefon: 3827 4232

#### Åbningstider:

Mandag-fredag: 11.30-13.00  
(maden serveres mellem kl. 12.00  
og 12.30)

#### Restaurant Stævnemødet

Bystævneparken 2-3  
2700 Brønshøj  
Telefon: 3827 4232

#### Åbningstider:

Mandag-torsdag: 11.00-16.30  
Fredag: 11.00-15.30  
Lørdag: lukket  
Søndag: 11.00-16.00





## 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.

På Københavns Kommunes Hjælpemiddelcenter er der en udstilling henvendt til borgere og pårørende med begrænset erfaring med brug af hjælpemidler. Her kan du få inspiration og vejledning i, hvordan du kan indrette dig for at bevare en aktiv og selvhjulpent hverdag. Se åbningstider under praktisk information på næste side.

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



**Tag til åbent hus i Hjælpemiddelcentret torsdag ml. kl. 14-16, og se et udvalg af kommunens hjælpemidler**

---

## HJÆLPEMIDLER OG BOLIGINDRETNING

Hos din lokale visitation kan du søge om tekniske hjælpemidler, hjælp til boligindretning samt forbrugsgoder.

- Tekniske hjælpemidler er eksempelvis rollatorer, badetaburetter, kørestole og nødkaldeanlæg. En del hjælpemidler betegnes også som velfærdsteknologi. Det er eksempelvis senge med speciel ind- og udstigning og specielle funktioner, samt vaske- og tørre-toiletter.
- Hjælp til nødvendig boligindretning er eksempelvis opsætning af greb på badeværelse og fjernelse af dørtrin.
- Forbrugsgoder er eksempelvis en el-scooter eller hvilestol med el-funktion.

Hos Hjælpemiddelcentret kan du søge om kropsbårne hjælpemidler, eksempelvis proteser, kompressionsstrømper, parykker, diabeteshjælpemidler, urinposer og ortopædisk fodtøj.

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

I kommunen visiteres du til et hjælpemiddel på baggrund af en konkret og individuel vurdering af dit behov. Hjælpemidlerne bevilliges enten som udlån, som din ejendom eller i form af et betalingstilsagn/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.

Har du fået bevilliget et forbrugsgode, fx en el-scooter, vil du som hovedregel få et tilskud på halvdelen af prisen på et standardprodukt.

I visse tilfælde kan du få refunderet udgifter til transport i forbindelse med afprøvning af hjælpemidler.

---

HER FINDER DU HJÆLPEMIDDELCENTRET

Se kortet bagerst i kataloget

### Hjælpemiddelcentret

Hans Knudsens Plads 3

2100 København Ø

Telefon: 3530 6768

[www.hjaelpemiddelcentret.kk.dk](http://www.hjaelpemiddelcentret.kk.dk)

Åbent hus torsdag kl. 14-16

---





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

### Udredning og rehabilitering

Når du søger om praktisk hjælp og støtte, vurderer kommunen først, om du igen kan blive i stand til at klare nogen af opgaverne selv. Hvis det er tilfældet, tilbydes du det, vi kalder et udrednings- og rehabiliteringsforløb. I forløbet arbejder du sammen med kommunens medarbejdere på at genvinde dine færdigheder.

Et udrednings- og rehabiliteringsforløb bliver sammensat individuelt. Under forløbet vil et team af social- og sundhedsfaglige medarbejdere støtte dig til at blive bedre til de opgaver, som 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 kommunen, om du fortsat har brug for hjælp og i så fald hvilken hjælp.

Du kan læse mere om muligheder for støtte, udredning og rehabilitering på [www.kk.dk/hjemmeplejen](http://www.kk.dk/hjemmeplejen).



Når du aktivt deltager i rengøringen i samarbejde med personalet, udvikler eller vedligeholder du dine fysiske færdigheder

---

## RENGØRING

Du kan få støtte til rengøring af daglige opholdsrum svarende til en bolig med opholdsstue, soveværelse, køkken, bad og entré (ca. 65 m<sup>2</sup>). Tidspunktet for rengøringen arrangerer 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 kan gives en gang årligt og kan omfatte støtte og hjælp til:

- rengøring af mere end 65 m<sup>2</sup>
- vask af køkkenskabe
- vask af døre og paneler.

Du bestemmer selv, hvordan du vil bruge de to timer og fyrrer minutter til ekstra rengøring. Dog må hjælperen ikke tage sig af havearbejde eller håndværksmæssige opgaver, og du kan fx ikke få hjælp til vinduespudsning.

Kommunen lægger vægt på, at du deltager aktivt i arbejdet, så du i samarbejde med personalet genvinder eller vedligeholder dine færdigheder.

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. Derfor kan det være nødvendigt at flytte rundt på møblerne, fjerne løse gulvtæpper eller installere hjælpemidler i dit hjem, før du kan få hjælp. Når du modtager støtte i hjemmet, vil det medføre slitage på eksempelvis gulv. Dette regnes som almindelig slitage.

Medarbejderne må ikke ryge i dit hjem. Københavns Kommune henstiller til, at du heller ikke ryger, når du har besøg af en medarbejder.

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 husdyr. Du skal som udgangspunkt selv betale for miljøvenlige rengøringsmidler, støvsuger, koste, spande mv.

---

### Hvor kan jeg søge om tilbuddet?

For at søge om tilbuddet skal du kontakte din lokale visitation. Se side 62.

## TØJVASK

Tøjevask 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, sengetæpper, vattæpper og gardiner er som udgangspunkt ikke omfattet af ordningen om tøjevask, 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.

### Hvor kan jeg søge om tilbuddet?

For at søge om tilbuddet skal du kontakte din lokale visitation.

Se side 62.

Du visiteres til tøjevask ud fra en vurdering af dit konkrete behov. I særlige tilfælde kan du blive visiteret til tøjevask hver uge.

### Pris

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 dit lokalområdekantor.





---

## 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.

## INDKØBSORDNING

Indkøbsordningen er et tilbud til dig, der ikke kan komme på gaden. Tilbuddet indebærer, at du bestiller varer hos en af kommunen valgt indkøbsleverandør, som leverer varerne på din bopæl.

Du vil få udleveret et varekatalog. Hvis du selv kan bestille varer 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, hvornår på dagen varerne kommer.

---

## Hvor kan jeg søge om tilbuddet?

For at søge om tilbuddet skal du kontakte din lokale visitation og aftale nærmere. Se side 62.

Du kan blive visiteret til turkøb hver uge eller hver anden uge, alt efter dit behov.

## Pris

Der er ingen egenbetaling, men du betaler selv for varerne, du køber på turen.

---

## Hvor kan jeg søge om tilbuddet?

For at søge om tilbuddet skal du kontakte din lokale visitation. Se side 62.

## Pris

Der er ingen egenbetaling, udover de varer du bestiller.



## 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 hjælper dig med.

### **Udredning og 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, tilbydes du det, vi kalder et udrednings- og rehabiliteringsforløb. I forløbet arbejder du sammen med kommunens medarbejdere på at genvinde dine færdigheder.

Et udrednings- og rehabiliteringsforløb bliver sammensat individuelt. Under forløbet vil et team af social- og sundhedsfaglige medarbejdere støtte dig til at blive bedre til de opgaver, 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.

Du kan læse mere om muligheder for støtte, udredning og rehabilitering på [www.kk.dk](http://www.kk.dk) under borger – omsorg og særlig støtte – hjemmepleje – hjemmepleje til ældre.

Kommunen tilstræber, at du får støtte og hjælp af en fast gruppe af medarbejdere. Det er vigtigt, at du får den bedste faglige hjælp, og det kan betyde, at hjælpen leveres af andre end dine faste medarbejdere. Det vil især være aktuelt, hvis du har flere eller komplicerede sygdomme eller modtager meget hjælp.

---

## 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 1-3 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 midlertidigt få tilbudt et tryghedsopkald fra hjemmeplejen, hvis det kan medvirke til at du ikke har behov for daglig hjælp og dermed kan bevare et mere selvstændigt liv. Et tryghedsopkald er, når hjemmeplejen ringer til dig på et aftalt tidspunkt for at høre, hvordan det går med dig.

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

Medarbejderne må ikke ryge i dit hjem. Københavns Kommune henstiller til, at du heller ikke ryger, mens du har besøg af medarbejderen.

## AFLØSNING ELLER AFLASTNING TIL PÅRØRENDE I HJEMMET

Hvis du som pårørende i hverdagen yder hjælp og støtte til en pårørende, har du mulighed for at blive aflastet eller afløst. Din pårørende vil således modtage støtte og hjælp fra kommunen til den personlige pleje og omsorg samt støtte til praktiske opgaver som eksempelvis rengøring.

---

### Hvor kan jeg søge om tilbuddet?

For at søge om tilbuddet skal du kontakte din lokale visitation. Se side 62.

---

### Hvor kan jeg søge om tilbuddet?

For at søge om tilbuddet skal du kontakte din lokale visitation. Se side 62.



---

## KLIPPEKORT

Københavns Kommune tilbyder et klippekort til dig, som er bevilliget støtte til personlig pleje, og som samtidig har en indkøbsordning eller tøjvaskeordning – og til dig, som er bevilliget støtte til personlig pleje, og som samtidig har et meget begrænset netværk. Med klippekortet får du en halv times ekstra valgfri hjælp om ugen.

### Hvad kan du bruge klippekortet til?

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

### Hvordan kan du bruge klippekortet?

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

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

Du kan opspare tre timers samlet hjælp hver sjette uge. Aktiviteten skal blot kunne nås inden for den tid, du har sparet op. Vi tilstræber, at det er en hjælper fra din faste gruppe af medarbejdere, der deltager i din valgte aktivitet.

Du kan bruge dine klip på hverdage frem til kl. 22, efter aftale med din nærmeste hjælper.

### Hvad skal du være opmærksom på?


Hvis du i forbindelse med brug af klippekortet, uden for dit hjem, har behov for særlig hjælp til transport, skal Movias kørselsordning benyttes. Du kan få mere at vide om Movia-ordningen hos din nærmeste hjælper.

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

---

### Hvor kan jeg søge om tilbuddet?

For at søge om tilbuddet skal du kontakte din lokale visitation. Se side 62.



Du vil som udgangspunkt  
få tilbudt træning  
eller hjælpemidler,  
inden du bliver tilbudt  
personlig pleje



## 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.

### DEN KOMMUNALE SYGEPLEJE LEVERER BL.A. FØLGENDE SYGEPLEJEYDELSER:

- forebyggelse af tryksår
- behandling af sår
- støtte til medicindosering
- støtte og rådgivning i forebyggelse af fald (faldudredning)
- vejledning om måltider og indkøb, hvis du vejer for lidt, mangler appetit eller har tabt dig (ernæringsterapi)
- vejledning om, hvordan du forebygger sygdom
- støtte og vejledning i at leve med en kronisk sygdom
- sygepleje til svært syge og døende
- hjælp ved akut opstået sygdom
- støtte til at kontakte fx egen læge eller hospital
- vurdering af inkontinensproblematik samt vejledning i inkontinenshjælpemidler og eventuel træning.

Som udgangspunkt får du sygepleje i en af kommunens sygeplejeklinikker. Du skal selv betale for transport til og fra klinikken. Du kan typisk få sygepleje kl. 8-15 på hverdage og i øvrigt efter nærmere aftale med kliniksygeplejersken. Hvis du ikke er fysisk og/eller psykisk i stand til at møde frem, kan du hele døgnet – alle årets dage – få besøg i eget hjem.

---

### Hvor kan jeg søge om tilbuddet?

Du kan blive henvist til den kommunale sygepleje af din praktiserende læge, speciallæge eller en hospitalslæge, når du fx bliver udskrevet fra indlæggelse på hospitalet eller har modtaget ambulante behandling.

Du kan også selv henvende dig til din lokale visitation. Se side 62.





**Amager**

**Sundparken Sygeplejeklinik**  
Sundparken 17  
2300 København S  
Telefon: 3317 24 57/58  
Telefon: 3530 2300

**Amager Sygeplejeklinik**  
Hans Bogbinders Allé 3  
2300 København S  
Telefon: 8220 5138  
Telefon: 3530 2300

**Hjemmeplejen Amager**  
Hans Bogbinders Allé 3  
2300 København S  
Telefon: 3530 2300

**Indre By/Østerbro**

**Sygeplejeklinikken Indre By**  
Rosenborgcenteret  
Rosengade 1  
1309 København K  
Telefon: 3530 2655

**Sygeplejeklinikken Østerbro**  
Randersgade 60, 1. sal  
2100 København Ø  
Telefon: 3530 3030

**Hjemmeplejen Indre By/Østerbro**  
Østbanegade 119  
2100 København Ø  
Telefon: 3530 3030

**Nørrebro**

**Hjemmeplejen Nørrebro**  
Fenmarksgade 65-67 kld. - 2. sal  
2200 København N  
Telefon: 3530 2600

**Sygeplejeklinik Nørrebro**  
Nørrebro Sundhedshus  
Mimersgade 41, 1.  
220 København N  
Telefon: 2022 1253

**Bispebjerg Sygeplejeklinik**  
Hjemmeplejen Bispebjerg  
Frederiksborgvej 77, 2. sal  
2400 København NV  
Telefon: 2689 5182

**Vesterbro/Kgs. Enghave**

**Vesterbro/Kgs. Enghave  
Sygeplejeklinik**  
Vesterbrogade 121  
1620 København V  
Telefon: 35302480

**Hjemmeplejen  
Vesterbro/Kgs. Enghave**  
Krumtappen 2, 2. sal  
2500 Valby  
Telefon: 3530 2480

**Valby**

**Hjemmeplejen Valby**  
Krumtappen 2, 2. sal  
2500 Valby  
Telefon: 3530 2720

**Valby Sygeplejeklinik**  
Valby Langgade 97  
2500 Valby  
Telefon: 3530 2720

**Vanløse/Brønshøj/Husum****Sygeplejeklinik Vanløse**

Sundhedshus Vanløse  
Indertoften 10  
2720 Vanløse  
Telefon: 3530 4650

**Sygeplejen Vanløse**

Indertoften 10  
2720 Vanløse  
Telefon: 3530 4650

**Valby Sygeplejeklinik**

Valby Langgade 97  
2500 Valby  
Telefon: 8256 1781/82

**Brønshøj/Husum**

Husum Vænge 9, stuen  
2700 Brønshøj  
Telefon: 3530 4650

**Hjemmeplejen****Brønshøj Husum**

Husum Vænge 9  
2700 Brønshøj  
Telefon: 3530 4650

**Hjemmeplejen Vanløse**

Jydeholmen 15  
2720 Vanløse  
Telefon: 3530 4650  
og  
Kirkebjerg Allé 63  
2720 Vanløse  
Telefon: 3530 4650

**Den mobile sygeplejeklinik**

Bystævneparken 1  
2700 Brønshøj  
Telefon: 2011 2429

*Klinikken har fire stoppesteder,  
ring for at høre nærmere.*







## 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 til at leve med en demenssygdom, pårørendegrupper, netværk, aktivitets-tilbud og boliger.

### NYT CENTER FOR FOR BORGERE MED DEMENS

Nyt center (navn endnu ikke besluttet) 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 kan transportere sig selv til tilbuddet. Derudover tilbyder centret åben rådgivning til alle borgere og pårørende, som har spørgsmål om demens samt mangler inspiration til at indrette eget hjem mere demensvenligt.

### RÅDGNINGS-CENTER FOR DEMENS

Rådgivningscentret er et tilbud til dig med en demenssygdom og dine pårørende. Du kan få støtte og hjælp til at leve med en demenssygdom på et af de fem rådgivningscentre for demens.

#### Rådgivningscenter for demens er for alle borgere og tilbyder:

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

Du kan desuden få information om udredning og samarbejde med egen læge. Læs mere på [www.demens-raadgivning.kk.dk](http://www.demens-raadgivning.kk.dk)

---

#### Kontakt den demensfaglige rådgiver i dit lokalområde:

##### Amager

Telefon til demensfaglig rådgiver:  
2492 9596

##### Indre By/Østerbro

Telefon til demensfaglig rådgiver:  
2688 5280

##### Vanløse/Brønshøj/Husum

Telefon til demensfaglig rådgiver:  
3827 4290

##### Nørrebro/Bispebjerg

Telefon til demensfaglig rådgiver:  
2630 0152

##### Vesterbro/Kgs. Enghave/Valby

Telefon til demensfaglig rådgiver:  
2452 6399

Læs mere på  
[www.demens-  
raadgivning.kk.dk](http://www.demens-<br/>raadgivning.kk.dk)



---

## 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.

## 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.

## DEMENS CENTRE – 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 medarbejdergruppen 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 kontakte din lokale visitation. Se side 62.

### Pris

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.

---

### Hvor kan jeg søge om tilbuddet?

For at søge om tilbuddet skal du kontakte din lokale visitation. Se side 62.

### Pris

Der er egenbetaling på opholdet.

---

### Hvor kan jeg søge om tilbuddet?

For at søge om tilbuddet skal du kontakte din lokale visitation. Se side 62.

### Pris

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



### Amager

#### Demenscenter Amager/ Højdevang Sogns plejehjem

Sundbyvestervej 97  
2300 København S

- Rådgivningscenter
- Aktivitetstilbud
- Midlertidige ophold og demensvurderingsophold

*Plejeboliger målrettet borgere med demens.*

### Østerbro

#### Demenscenter Fælledgården

Drejøgade 3  
2100 København Ø

- Rådgivningscenter
- Aktivitetstilbud

*Plejeboliger målrettet borgere med demens.*

### Nørrebro

#### Pleje- og Demenscenter Klarahus

Alléen 4  
2200 København N

- Rådgivningscenter
- Aktivitetstilbud

*For yngre borgere med demens.*

### Valby

#### Demenscenter

Ålholmehjemmet  
Maribovej 41  
2500 Valby

- Rådgivningscenter
- Aktivitetstilbud

*Plejeboliger målrettet borgere med demens.*

### Vanløse

#### Bonderupgård

Randbølvej 61  
2720 Vanløse

*Plejeboliger målrettet borgere med demens.*

### Vesterbro

#### Bryggergården

Alsgade 15  
1764 København V

*Plejeboliger for borgere med alkoholrelateret demens.*

#### Rundskuedagens Plejehjem

Dannebrogsvej 44  
1660 København V

*Plejeboliger for borgere med alkoholrelateret demens.*

### Brønshøj

#### Demenscenter Pilehuset

Bystævneparken 24-25  
2700 Brønshøj  
Telefon 3827 4290

- Rådgivningscenter
- Aktivitetstilbud
- Midlertidige ophold og demensvurderingsophold
- Sanseafdeling

*Plejeboliger målrettet borgere med demens*

*Plejeboliger målrettet borgere med Huntington-sygdomme*

*Plejeboliger målrettet borgere med frontotemporal demens*



## 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. Voksantandplejen kan også give undervisning i, hvordan mund, tænder og protese plejes korrekt.

### OMSORGSTANDPLEJE

Du kan få tilbud om omsorgstandpleje, som tilbydes 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 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.

---


### Hvor kan jeg søge om tilbuddet?

For at søge om tilbuddet skal du kontakte din lokale visitation. Se side 62. Hvis du bor i plejebolig, skal du tale med personalet på dit plejecenter.

### Pris

Det koster xxx kr. pr. år. Når du er tilmeldt Omsorgstandplejen, kan du ikke samtidig få tilskud til tandbehandling fra den offentlige sygesikring til behandlinger hos almindelige tandlæger.

Voksantandplejen giver dog også rådgivning om mulighederne for tilskud til tandlægebehandling hos almindelige tandlæger.

A close-up photograph of a dental procedure. A female dental professional with short grey hair, wearing a light blue surgical mask and glasses, is focused on a patient's mouth. She is wearing white gloves and using dental instruments. Another person, also in a white coat and mask, is assisting with the procedure, holding a large grey suction tube. The patient is reclined in a dental chair, and the background shows a typical dental office setting with a computer monitor and various dental equipment.

Voksentandplejen kan give undervisning i, hvordan mund, tænder og protese plejes korrekt

HER FINDER DU OMSORGSTANDPLEJEN

Se kortet bagerst i kataloget

**Voksentandplejen**

Tietgensgade 31B, 2. sal

1704 København V

Telefon: 3317 5780

[voksentandplejen@suf.kk.dk](mailto:voksentandplejen@suf.kk.dk)

[www.sundhed.kk.dk/voksentandplejen](http://www.sundhed.kk.dk/voksentandplejen)





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.

### FRIT VALG AF ÆLDREBOLIG

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. Hvis du har børn eller en partner, kan de også flytte med i ældreboligen.

### OVERSICHT OVER BOLIGER TIL ÆLDRE I KØBENHAVN

På hjemmesiden [www.boligertilaeldre.kk.dk](http://www.boligertilaeldre.kk.dk) får du nemt et overblik over ældreboliger i København. Her kan du fx også se vejledende ventetider, husleje og størrelse på boligerne.

### Hvor kan jeg søge om tilbuddet?

Hvis du ønsker at søge om en ældrebolig, skal du kontakte din lokale visitation. Se side 62.

### Pris

Du skal betale indskud, husleje, vand, varme og el i ældreboliger. Du kan søge om boligindskudslån og boligydelse til huslejen. Læs mere s. 68.

De fleste ældreboliger  
er lette at komme rundt i,  
selvom du er kørestolsbruger  
eller gangbesværet

---

LÆS MERE

Få mere information på  
kommunens hjemmeside:  
[www.kk.dk](http://www.kk.dk)  
/boliger-til-aeldre



### Amager

**Livornoparken**  
Livornovej 14-128  
2300 København S

**Sundparken**  
Sundparken, 1-46  
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

**Leifsgade/Halfdansgade/  
Snorresgade**  
Snorresgade 21  
Halfdansgade 18-20  
2300 København S

### Indre By/Christianshavn

**Voldboligerne**  
Christianshavns Voldgade 1-9/  
Bådsmadsstræde  
1426 København K

**Nansensgade**  
Nansensgade 25  
1366 København K

### Østerbro

**Willemoesgård**  
Willemoesgade 93 A-B  
2100 København Ø

**Wallenbergboligerne**  
Nygårdsvej 14 A-D  
2100 København Ø

### Nørrebro

**Nørrebrogade**  
Nørrebrogade 11  
2200 København N

**Nørre Søpark**  
Ryesgade 15-17  
2200 København N

**Thorsgade**  
Thorsgade 48-52  
2200 København N

**Guldberghave**  
Guldbergs Have 1-35  
2200 København N

**Hothers Plads**  
Hothers Plads 4-16  
2200 København N

**Fogedgården**  
Fogedgården 1-17  
2400 København NV

### Bispebjerg

**Dommerparken**  
Dommerparken 1-31  
2400 København NV

**Utterslevgård**  
Utterslevgård 1-20  
2400 København NV

**Ringergården**  
Ringergården 3,  
5, 9 og 11  
2400 København NV

**Bjergvænget**  
Bjergvænget 1-25  
2400 København NV



### Vesterbro/Kgs. Enghave

#### Istedgade

Istedgade 40B  
1650 København V

#### Oehlenschlægersgade

Oehlenschlægersgade 15  
1663 København V

#### Viktoriagade

Viktoriagade 18A-18B  
1655 København V

#### Engholmen Nord

Borgmester Christiansens  
Gade 1-13 og  
P. Knudsens Gade 41-55  
2450 København SV

#### Engholmen Syd

Straussvej 22-26  
og Engholmen 4-64  
2450 København SV

#### Tranehavegård

Tranehavegård 1-39  
2450 København SV

### Valby

#### Bærhaven/Elmehaven

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

#### Vinhaven

Vinhaven 32-46  
2500 Valby

#### Sjælør Boulevard

Sjælør Boulevard 167-181  
2500 Valby

#### Poppelvænget

August Wimmers Vej 12-16  
2500 Valby

#### Akacieparken

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

#### Valbyholm

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

### Vanløse

#### Bogholder Allé

Bogholder Allé 70-72  
2720 Vanløse

#### Kirkebjerghus

Kirkebjerg Allé 51-63  
2720 Vanløse

#### Vanløse Allé

Clausholmvej 2  
2720 Vanløse

#### A.F. Beyers Vej

A.F. Beyers Vej 5A-E  
2720 Vanløse

#### Grøndals Ældreboliger

Godthåbsvej 231 A-D, 233  
2720 Vanløse

### Brønshøj/Husum

#### Husum Vænge

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

#### Frederikssundsvej

Frederikssundsvej 269A  
og 269B  
2700 Brønshøj

#### Gadelandet/Storegårdsvej

Storegårdsvej 24-32  
2700 Brønshøj

#### Husumgård

Gadelandet 4-16  
2700 Brønshøj

---

Plejeboligen er  
dit hjem, som du  
indretter med egne  
møbler og ting





## PLEJEBOLIG

---

I en plejebolig er der personale døgnet rundt, som kan støtte dig. Desuden har du mulighed for at være en del af et fællesskab og deltage i daglige aktiviteter. Du kan søge om at få en plejebolig, hvis du har svært ved at overkomme hverdagens opgaver, eller hvis du føler dig utryk eller ensom i en grad, der begrænser dig i hverdagen. Når du dagligt har et omfattende behov for personlig pleje, har du i Københavns Kommune mulighed for selv at vælge, om du vil modtage støtte i egen bolig eller flytte i plejebolig. Du kan kontakte din lokale visitation for at få råd og vejledning i forhold til dine behov. Se side 62.

### DIN PLEJEBOLIG – DIT HJEM

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. Nogle plejecentre har ægteparboliger, hvor din ægtefælle eller samlever kan flytte med. I en plejebolig er der også 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. For plejeboligen gælder de almindelige bestemmelser på boligområdet, og de regler, der gælder, hvis du fik støtte fra hjemmeplejen i et eget hjem. Det vil sige, at du betaler husleje, el, varme, tøjvask og lign. Disse udgifter beregnes individuelt og afhænger af din konkrete plejebolig. Hvis du siger ja til plejecentrets madtilbud betaler du også for det.

---

### Madtilbud pris

Varm hovedret, boret og 1 mellem-måltid: 52 kr.

Fuld dagskost: 119 kr.

### MODERNE PLEJEBOLIGER

København moderniserer i disse år kommunens plejeboliger. Det betyder, at alle moderniserede plejeboliger fremstår som to-rumsboliger med eget handicapvenligt badeværelse og tekøkken. Desuden er der lyse og rummelige fællesarealer med gode muligheder for sociale aktiviteter, både for plejecentrets beboere og lokalområdet ældre. Cirka halvdelen af kommunens plejeboliger er moderniserede. De øvrige plejeboliger er typisk et-rumsboliger med eget badeværelse. Enkelte har eget tekøkken. Alle plejeboliger har gode fællesarealer og muligheder for sociale aktiviteter.



## OVERSIGT OVER BOLIGER TIL ÆLDRE I KØBENHAVN

På hjemmesiden [www.boligertilaeldre.kk.dk](http://www.boligertilaeldre.kk.dk) får du nemt et overblik over alle plejeboliger i København. Her kan du fx også se vejledende ventetider, plan- tegninger og læse mere om, hvad de mange forskellige plejeboliger i København tilbyder til ældre.

## HJÆLP OG STØTTE I PLEJEBOLIG

Når du er flyttet ind i din plejebolig, vil plejecentrets personale i samarbejde med dig udarbejde en plan, som beskriver, hvordan du og personalet på plejecentret skal samarbejde, så du får den dagligdag, du ønsker. Personalet vil fortsat have fokus på dine muligheder for at være aktiv og støtte dig i at klare så mange ting som muligt selv. 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 tilbud fra Voksentandplejen.

## 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 højtider, som fx jul, nytår og påske, og arrangerer aktiviteter, som du kan deltage i efter eget ønske.

## FÅ EN RUNDVISNING PÅ PLEJECENTRENE

Du og dine pårørende er altid velkomne til at kontakte de enkelte plejecentre og aftale tid til 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 din lokale visitation, som kan arrangere et besøg, fx sammen med en social- og sundhedshjælper.



Få mere information på  
kommunens hjemmeside:  
[www.kk.dk](http://www.kk.dk)  
[/boliger-til-aeldre](http://www.kk.dk/boliger-til-aeldre)

---

## SÆRLIGE PROFILER EFTER DIT BEHOV ELLER INTERESSE

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

Nogle plejecentre er selvejende institutioner med forskellige værdigrundlag, mens andre er kommunale plejecentre. På begge typer af plejecentre er der fokus på livskvalitet og meningsfulde aktiviteter i borgernes hverdagsliv. For at gøre viften af plejecentre endnu bredere har Københavns Kommune etableret 6 profilplejehjem, både på selvejende og kommunale plejecentre.

- **Peder Lykke Centret på Amager** er et mangfoldighedsplejecenter. Her bor mennesker sammen på tværs af etnicitet, kultur og sprog. Mangfoldighedsplejecentret henvender sig til borgere af enhver etnisk herkomst.

- **Plejecentret Hørgården**, også på Amager, er et profilplejecenter med fokus på sport og leg. Hørgården arbejder fx med sport, spil og aktiviteter gennem leg for beboere og medarbejdere. Der arrangeres sportslige begivenheder og konkurrencer, og der igangsættes lege, fra dengang beboerne var børn.

- **Bonderupgård i Vanløse** er et profilplejecenter med fokus på udeliv og dyr. Der er en sansehave med springvand, drivhus, urte-, grøntsags- og blomsterbede, og borgerne inddrages i de hverdagsaktiviteter, der knytter sig hertil. Samværet med dyr er ligeledes en del af hverdagen. Der er kanariefugle, undulater, en papegøje, kaniner, høns, marsvin, fisk og hunde.

- **Rundskuedagens Plejecenter på Vesterbro** er et profilplejecenter for madentusiaster. Rundskuedagen har fx temamiddage, ture ud af huset til fx økologiske landbrug og gartnerier, og der vises film og programmer med fokus på mad, som fx Babettes gæstebud og Spise med Price.

- **Plejecentret Sølund på Nørrebro** har en musikalsk profil. Sølund har fx en musikcafé og arbejder med mange forskellige former for musik som fx musikture, fællessang, rytmik og sanglege med børn.

- **Plejecenter Slottet i De Gamles By på Nørrebro** er regnbueprofilplejecenter. Slottet har fokus på, at LGBT-personer (homoseksuelle, biseksuelle og transpersoner) kan føle sig trygge og leve med respekt i fællesskab med ligesindede medborgere, med mulighed for fælles interesser blandt beboere både med og uden LGBT-baggrund.

- **Ørestad Plejecenter på Amager** er profilplejecenter for Kunst og Kultur. Plejecentret fokuserer på kunstens alsidighed og udfoldelsesmuligheder, som bidrager til livskvalitet uanset alder. Profilen er under udvikling.

- **Håndværkerforeningen i Emdrup** er et profilplejecenter for fag og håndværk, der fokuserer på arbejdslivet og fagets betydning for den enkeltes identitet, livskvalitet og værdien af det arbejdsliv, man har haft. Profilen er under udvikling.

## KLIPPEKORT PÅ PLEJECENTRE

Københavns Kommune tilbyder et klippekort til dig, som bor i plejebolig. Med klippekortet får du en halv times ekstra valgfri hjælp hver 14. dag.

### Hvad kan jeg bruge klippekortet til?

Det er dig, der vælger, hvad tiden på klippekortet skal bruges til. Afhængigt af hvad du ønsker, kan det både være til samvær eller praktisk hjælp. Det kan være et besøg hos en gammel ven, en gåtur eller en god hyggesnak med medarbejderen uden forstyrrelser. Det vigtige er, at du selv bestemmer.

### Hvordan kan jeg bruge klippekortet?

Du kan bruge et enkelt klip ad gangen, eller du kan spare tid op:

- 30 min. hver 14. dag
- 1 time hver måned

Du kan opspare op til højst tre timer i alt, som du skal bruge, før du kan spare flere timer op igen.

Du kan bruge dine klip på hverdage, og efter aftale med personalet på dit plejecenter.

### Hvad skal du være opmærksom på:

Ønsker du hjælp til aktiviteter uden for plejecentret, fx støtte til at komme op og ned ad trapper, så kan du bruge Movia-ordningen. Her må medarbejderen fra dit plejecenter ikke hjælpe. På plejecenteret kan du få mere at vide om Movia-ordningen.

## BEBOERDEMOKRATI OG INDFLYDELSE

Plejecentret er dit hjem. Her har du og dine pårørende mulighed for at få indflydelse på hverdagen og det fælles liv, der leves i huset. Det kan fx være på mad og på hverdagens aktiviteter på plejecentret. I opfordres til at indgå i en løbende dialog med plejecentrets medarbejdere, så de bedre kan tilrettelægge deres arbejde og indrette huset efter jeres ønsker.

Beboerdemokrati handler om diskussionen af generelle temaer – ikke om, hvordan man samarbejder om plejen og indsatsen over for en enkelt beboer. Alle

beboere er velkomne på plejecentrets dialogmøder og til lignende samlinger. Du kan på det enkelte plejecenters hjemmeside få oplysninger om, hvordan beboerdemokratiet praktiseres, og hvilke dialogmøder der er på de enkelte plejecentre.

## PLEJEBOLIGGARANTI

Københavns Kommune har en 4-ugers-garanti på tilbud om en plejebolig. Det betyder, at du skal have tilbudt en plejebolig, senest fire uger efter, at du er godkendt til en plejebolig. Københavns Kommune kan dog ikke garantere dig en plejebolig inden for 4 uger, hvis du søger bolig på et specifikt plejecenter, eller hvis du ønsker plejebolig i en anden kommune.

## DIN PLEJEBOLIG SOM ARBEJDSPLADS

Du skal være opmærksom på, at når du modtager hjælp i din plejebolig, er din bolig også medarbejdernes arbejdsplads. Det betyder, at din bolig skal indrettes sådan, at medarbejderne kan udføre deres arbejde sikkerhedsmæssigt og sundhedsmæssigt forsvarligt. Medarbejderne må ikke ryge i din bolig. Københavns Kommune henstiller til, at du heller ikke ryger, mens medarbejderen er til stede i din bolig.

## FRIT VALG AF PLEJEBOLIG

Når du er godkendt til 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, hvilket af deres tilbud som egner sig bedst til dine behov. Du vil således kunne opleve, at du godkendes til en plejebolig i Københavns Kommune, men at en anden kommune ikke godkender dig til 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 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.



På plejecentrene  
har du og dine  
pårørende indflydelse  
på måltider, aktiviteter  
og de daglige rutiner



**Amager**

**Ørestad Plejecenter**  
Asger Jorns Allé 5  
2300 København S  
Telefon: 8256 1600

**Bomi-Parken**  
Gyldenrisvej 4  
2300 København S  
Telefon: 8256 6700

**Plejecentret Hørgården**  
Brydes Allé 30-32  
2300 København S  
Telefon: 8256 3000

**Østerbro**

**Plejecentret Kærbo**  
Rothesgade 12  
2100 København Ø  
Telefon: 3530 2950

**Deborah Centret**  
Bryggergade 1  
2100 København Ø  
Telefon: 8232 5100

*Plejeboligerne bliver fortrinsvist lejet ud til mennesker med særlig tilknytning til jødisk kultur og tro.*

**Nørrebro**

**Plejecentret Sølund**  
Ryesgade 20  
2200 København N  
Telefon: 8232 5050

**Plejecenter Klarahus**  
Agnes Henningsensvej 1-3  
2200 København N  
Telefon: 4470 5600

**Bispebjerg**

**Bispebjergghjemmet**  
Tagensvej 186  
2400 København NV  
Telefon: 3530 2890

**Højdevang Sogns Plejehjem**  
Sundbyvestervej 97  
2300 København S  
Telefon: 3234 0800

**Peder Lykke Centret**  
Peder Lykkesvej 65  
2300 København S  
Telefon: 3234 4387

**Håndværkerforeningens Plejehjem**  
Håndværkerhaven 49  
2400 København NV  
Telefon: 3954 9300

**Omsorgscentret Fælledgården**  
Drejøgade 3  
2100 København Ø  
Telefon: 3913 5100

**Kildevæld Sogns Plejehjem**  
Helsingborggade 16  
2100 København Ø  
Telefon: 3530 5350

**Kastaniehusene**  
Alléen 2-6  
2200 København N  
Telefon: 3530 3385/41

**Slottet**  
Agnes Henningsens Vej 7  
2200 København N  
Telefon: 4470 5470

**Møllehuset**  
Edith Rodes Vej 11  
2400 København NV  
Telefon: 3530 3650

**Indre By**

**Rosenborgcentret**  
Rosengade 1  
1309 København K  
Telefon: 8256 7000

**Nybodergården**  
Kronprinsessegade 61  
1306 København K  
Telefon: 3348 1900

**Ryholtgård**  
Rymarksvej 23  
2900 Hellerup  
Telefon: 3910 2500

**Møllehuset**  
Edith Rodes Vej 11  
2400 København NV  
Telefon: 3530 3650

**Plejecentret Aftensol**  
Lundtoftegade 3-7  
2200 København N  
Telefon: 3530 3666

**Vesterbro/Kgs. Enghave****Absalonhus**

Absalonsgade 35  
1658 København V  
Telefon: 3530 5100

**Verdishave**

Tartinisvej 31  
2400 København SV  
Telefon: 8256 7100

**Valby****Dr. Ingrid's Hjem**

Carl Jacobsensvej 8  
2500 Valby  
Telefon: 3618 4000

**Solgavehjemmet**

Vigerslev Allé 117  
2500 Valby  
Telefon: 3613 3200

**Vanløse****Damsøgård**

Hanstholmvej 34  
2720 Vanløse  
Telefon: 3877 3600

**Brønshøj/Husum****Johannesgården**

Fuglsang Allé 103  
2700 Brønshøj  
Telefon: 3877 6700

**Egebo**

Bystævneparken 21-22  
2700 Brønshøj  
Telefon: 3827 4040

**Tingbjergvej**

Middfløjene 1  
2700 Brønshøj  
Telefon: 8256 6000

**Rundskuedagens Plejehjem**

Dannebrogsgade 44  
1660 København V  
Telefon: 3530 5400

*Profilplejehjem for madentusiaster.  
Læs mere s. 46.*

**Kirsebærhavens Plejehjem**

Kirsebærhaven 20  
2500 Valby  
Telefon: 3615 0200

**Plejecentret Solterasserne**

Johan Krohns Vej 8  
2500 Valby  
Telefon: 8256 2100

**Bonderupgård**

Randbølvej 61  
2720 Vanløse  
Telefon: 3877 2300

**Louise Marie Hjemmet**

Svenskelejren 1  
2700 Brønshøj  
Telefon: 3860 5500

**Plejecentret Poppelbo**

Bystævneparken 29  
2700 Brønshøj  
Telefon: 3827 4200

**Omsorgscentret Hjortespring**

Sennepshaven 4  
2730 Herlev  
Telefon: 4452 1520

**Bryggergården**

Alsgade 15  
1764 København V

*Plejebolig for borgere med en alkoholrelateret demens. Læs mere s. 34-37.*

**Demenscenter Aalholmehjemmet**

Maribovej 41  
2500 Valby

*Plejebolig målrettet borgere med demens.  
Læs mere s. 34-37.*

**Skjulhøjgård**

Ålekistevej 226  
2720 Vanløse  
Telefon: 3876 0080

**Demenscenter Pilehuset**

Bystævneparken 24-25  
2700 Brønshøj

**Plejecentret Lærkebo**

Bystævneparken 31  
2700 Brønshøj  
Telefon: 3827 4200



Du kan blandt andet komme på et midlertidigt døgnophold, hvis du i en kortere periode har brug for ekstra pleje og rehabilitering fx på grund af sygdom, eller hvis du har svært ved at klare dig i egen bolig





## MIDLERTIDIGE DØGNOPHOLD

---

Københavns Kommune kan tilbyde dig et midlertidigt døgnophold, hvis du i en kortere periode har brug for ekstra pleje, rehabilitering og behandling. Et midlertidigt døgnophold er for dig, der bor i egen bolig. På et midlertidigt døgnophold får du dit eget værelse, som er møbleret. Du har adgang til eget toilet og bad på dit værelse.

### REHABILITERINGSOPHOLD

Du kan blive visiteret til et rehabiliteringsophold, hvis du i en periode har brug for ekstra pleje og rehabilitering. Du kan også blive visiteret til et rehabiliteringsophold, hvis du har behov for afklaring af dit behov for hjælp, eller hvis din ægtefælle eller pårørende skal aflastes i en kort periode på grund af ferie eller sygdom. Du kan også få tilbuddet, hvis din bolig skal renoveres (fx fordi ejendommens administrator kræver det), og dine plejebestyrer ikke kan tilgodeses i den bolig, som ejendomskontoret har stillet til rådighed. Opholdet er midlertidigt, hvor du blandt andet får træning og hjælp til at genvinde eller vedligeholde dine færdigheder.

---

### AKUTPLEJEOPHOLD

Du kan blive visiteret til et akutplejeophold, hvis du har brug for sygepleje gennem hele døgnet i en periode efter en hospitalsindlæggelse. Du kan også blive visiteret til akutplejeophold, hvis du i en periode har brug for akut sygepleje gennem hele døgnet, men ikke har behov for en hospitalsindlæggelse. Under opholdet vil der udover sygepleje også være fokus på, at du får hjælp til at genvinde eller vedligeholde dine daglige færdigheder.

---

## PALLIATIVT OPHOLD

Du kan blive visiteret til et palliativt ophold, hvis du er uheldredeligt syg og døende. Der er fokus på at lindre dine symptomer og støtte dig og dine pårørende.

### Opholdets varighed

Længden af dit forløb bliver vurderet ud fra din situation. Dit forløb afsluttes på rehabiliteringscentret, når du er i stand til at fortsætte din rehabilitering hjemme.

### Hvis du er godkendt til en plejebolig

Hvis du bliver godkendt til en plejebolig, skal du vente derhjemme, indtil du får et tilbud om en plejebolig. Sammen med personalet og myndighed en laver du og dine pårørende en plan for, hvad der skal til for, at du kan vente hjemme.

Under særlige omstændigheder kan du i en kort periode vente på et midlertidigt døgnophold, hvis du søger under Københavns Kommunes 4-ugers plejeboliggaranti. Hvis du ikke tager imod den første tilbudte plejebolig eller ønsker et specifikt plejecenter, skal du vente i egen bolig.

---

### Hvor kan jeg søge om tilbuddet?

For at søge om midlertidigt døgnophold skal du kontakte visitationen i dit lokalområde. Se side 62.

### Pris

Der er en egenbetaling på 131 kr. pr. døgn. Det dækker mad og vask af linned. 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.

---

## HER FINDER DU MIDLERTIDIGE DØGNOPHOLD

Se kortet bagerst i kataloget

### Rehabiliteringscenter Amager

Brydes Allé 28-30  
2300 København S  
Telefon: 8256 3000

### Rehabiliteringscenter

Indre By/Østerbro/Christianshavn  
Strandvejen 119  
2900 Hellerup  
Telefon: 3945 1300

### Rehabiliteringscenter

#### Bispebjerg/Nørrebro

Frederiksborgvej 77  
2400 København NV  
Telefon: 3317 1300

### Palliativ Afdeling

#### Vigerslevhus

Vigerslevvej 180, 1. sal  
2500 Valby  
Telefon: 3317 1700

### Akutplejeenhed København (akutplejeophold)

Vigerslevvej 180 st. og 1. sal  
2500 Valby  
Telefon: 3317 1700

### Hjernesgade- og rehabiliterings- center København

Vanløse/Brønshøj/Husum  
Bystævneparken 17-18  
2700 Brønshøj  
Telefon: 3827 4135

### Rehabiliteringscenter

#### Vesterbro/Kgs. Enghave/Valby

Vigerslevvej 180  
2500 Valby  
Telefon: 3317 1700



På et akutplejeophold  
kan du få sygepleje  
hele døgnet





## SUNDHED OG GENOPTRÆNING

---

Københavns Kommune har tilbud til dig med behov for genoptræning og 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. Du har mulighed for at søge om kørsel til din genoptræning. Du kan søge om kørsel i dit sundhedshus eller dit kommunale træningscenter.

### VEDLIGEHOVDENDE TRÆNING

Du kan få vedligeholdende træning, hvis du fx har fået svært ved at færdes i din egen bolig eller udendørs. Den vedligeholdende træning er individuelt tilrettelagt, men foregår sammen med andre.

Træningen er ikke tidsbegrænset og foregår på kommunens aktivitetscentre, som du kan læse mere om og se adresser på side 12-15.

### 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?

For at søge om tilbuddet skal du kontakte din lokale visitation. Se side 62.

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

---

#### Hvor kan jeg søge om tilbuddet?

For at søge om tilbuddet skal du kontakte din lokale visitation. Se side 62.

---

#### 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 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.

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

Københavns Kommune har fem sundhedshuse, som er spredt over byen. Du kan frit vælge mellem centrene

LÆS MERE

Få mere information på kommunens hjemmeside:  
[www.kk.dk/sundhed](http://www.kk.dk/sundhed)





---

## TILBUD TIL DIG MED EN NYERHVERVET HJERNESKADE

Hjerneskode- og Rehabiliteringscentret tilbyder rehabilitering og genoptræning til borgere med nyerhvervet hjerneskode. Centrets personale har tværfaglig og specialiseret viden og erfaring indenfor hjerneskodeområdet og kan tilrettelægge et genoptrænings- og rehabiliteringsforløb sammen med dig. På Hjerneskode- 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 Hjerneskode- og Rehabiliteringscentret, hvis du har været indlagt på hospitalet efter en hjerneskode og fået en genoptræningsplan, og i en periode har brug for ekstra pleje og rehabilitering døgnet rundt, som ikke kan varetages af hjemmeplejen. eller ved øvrige hjælpeforanstaltninger i dit eget hjem. 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 Hjerneskode- og Rehabiliteringscentret, bliver du kontaktet af en hjerneskodekoordinator 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.

---

## LEV GODT MED SLIDGIGT (GLAID)

Dette tilbud er til dig, der har slidgigtsmerter i knæ eller hofte. Du lærer at tackle dine smerter og træne dit knæ eller din hofte. Forløbet består af undervisning og 8 ugers træning på hold i et sundhedshus og hjemmetræning med mulighed for videoinstruktion. Der er også mulighed for henvisning til en diætist.

## BLIV KLAR TIL OPERATION

I sundhedshusene har vi et tilbud til dig, der venter på operation for skuldersmerter, nyt knæ eller en operation i mave eller brystregion. Hvis du holder op med at ryge, drikke og er mere fysisk aktiv, nedsætter du risikoen for komplikationer i forbindelse med din operation. Forløbet planlægges efter dit behov og kan bestå af rygestopforløb, vejledning om sunde alkoholvaner og vejledning i fysisk aktivitet og hjemmetræning.

## 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 Sundhedshus Amager.

---

### Hvor kan jeg søge om tilbuddet?

For at få tilbuddet skal du kontakte din praktiserende læge, som kan sende en henvisning til Sundhedshus Amager eller Sundhedshus Nørrebro. Forløbet tilbydes i Sundhedshus Amager og i Sundhedshus Nørrebro

---

### Hvor kan jeg søge om tilbuddet?

For at få tilbuddet skal du kontakte din praktiserende læge, som kan sende en henvisning til dit sundhedshus.

---

### 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 for dig.

## 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

## FOREBYGGENDE HJEMMEBESØG

Alle 75-årige har ret til et forebyggende hjemmebesøg, og er du fyldt 80 år, har du ret til et besøg hvert år. Forebyggende hjemmebesøg tilbydes desuden til udvalgte borgere mellem 65 og 79 år. Tilbuddet gælder dog ikke borgere, som allerede modtager både personlig og praktisk hjælp fra kommunen eller privat leverandør. Du tilbydes enten en individuel samtale med en forebyggende medarbejder eller at deltage i et arrangement sammen med andre borgere. Begge tilbud har fokus på emner, der har betydning for din dagligdag, dit helbred og din trivsel.

### Hvor kan jeg søge om tilbuddet?

Tilbuddet kræver henvisning fra egen læge eller fra et hospital.

### Hvor kan jeg søge om tilbuddet?

Du vil modtage et skriftligt tilbud fra kommunen i din e-boks, når du fx fylder 75 år eller på anden måde er i målgruppen for forebyggende hjemmebesøg.

FOTO

Få mere information på  
kommunens hjemmeside:  
[www.kk.dk](http://www.kk.dk/boliger-til-aeldre)  
[/boliger-til-aeldre](http://www.kk.dk/boliger-til-aeldre)





---

## TILBUD TIL DIG MED KRÆFT

Center for Kræft og Sundhed tilbyder forløb til borgere med kræft. Tilbuddet omfatter 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.

## 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.

---

### Hvor kan jeg søge om tilbuddet?

Tilbuddet kræver henvisning fra egen læge eller fra et hospital.

## LÆS MERE

Få mere information på  
kommunens hjemmeside:  
[www.kk.dk/sundhed](http://www.kk.dk/sundhed)

### 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 eller tager for mange 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. Det kan fx være medicinsk behandling, oplysningsforløb, familieorienteret behandling eller gruppebehandling. Behandlingen tilrettelægges efter din og din pårørendes hverdag.

### 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 rygestopkursus. Rygestopkurserne foregår i mindre grupper på 8-14 deltagere, der sammen med en professionel rygestoprådgiver, mødes og hjælper hinanden med 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 få tilskud til rygestopmedicin på rygestopkurserne. Der er også mulighed for at kombinere rygestoppet med motion ved hjælp af tilbuddet Fit & Kvit.

Hvis du foretrækker at få hjælp til dit rygestop over telefonen, kan du ringe gratis til Stoplinien på 80 31 31 31 eller sende en sms med teksten "Rygestop" til 1231, så bliver du ringet op.

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

### Hvor kan jeg søge om tilbuddet?

Ring på telefon 70 210 220, og få en uforpligtende anonym rådgivningssamtale. Behandlingen kan begynde 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.

### 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 og blive meldt til et kursus. Alternativt kan du tale med din læge og få en henvisning til et rygestopkursus.

## HER FINDER DU SUNDHEDSHUSENE

---

### Amager

#### Sundhedshus Amager

Hans Bogbinders Allé 3, opg. 7  
2300 København S  
Telefon: 3530 2070  
[www.sundhed.kk.dk](http://www.sundhed.kk.dk)

### Indre By og Østerbro

#### Sundhedshus Østerbro

Randersgade 60  
2100 København Ø  
Telefon: 3530 3210  
[www.sundhed.kk.dk](http://www.sundhed.kk.dk)

### Nørrebro og Bispebjerg

#### Sundhedshus Nørrebro

Mimersgade 41  
2200 København N  
Telefon: 3530 2530  
[www.sundhed.kk.dk](http://www.sundhed.kk.dk)

#### Træningscenter Bispebjerg - Nørrebro

Frederiksborgvej 77  
2400 København NV  
Telefon: 3317 1260  
[www.sundhed.kk.dk](http://www.sundhed.kk.dk)

### Vesterbro/Kgs. Enghave/Valby

#### Sundhedshus Vesterbro

Vesterbrogade 121  
1620 København V  
Telefon: 3530 4600  
[www.sundhed.kk.dk](http://www.sundhed.kk.dk)

### Vanløse/Brønshøj-Husum

#### Sundhedshus Vanløse

Indertoften 10  
2720 Vanløse  
Telefon: : 3530 2590  
[www.sundhed.kk.dk](http://www.sundhed.kk.dk)

## HER FINDER DU BYDÆKKENDE CENTRE

---

#### Center for Diabetes

Vesterbrogade 121, 3. sal  
1620 København V  
Telefon: 3530 2400  
[www.sundhed.kk.dk/diabetes](http://www.sundhed.kk.dk/diabetes)

#### STRESSKLINIKKER

#### Sundhedshus Amager

Amagerbrogade 150, 1. sal.  
2300 København S  
[www.sundhed.kk.dk/stress](http://www.sundhed.kk.dk/stress)

#### Center for Kræft og Sundhed

Nørre allé 45  
2200 København N  
Telefon: 8220 5800  
[www.sundhed.kk.dk/kraeft](http://www.sundhed.kk.dk/kraeft)

#### Rygcenter

#### Sundhedshus Nørrebro

Mimersgade 41  
2200 København N  
Telefon: 3530 2530

#### Sundhedshus Nørrebro

Mimersgade 41  
2200 København N  
Telefon: 3530 2530  
[www.sundhed.kk.dk/stress](http://www.sundhed.kk.dk/stress)

#### Hjernesgade- og Rehabiliteringscenteret

Bystævneparken 17-18  
2700 Brønshøj  
Telefon: 3827 4068  
[www.sundhed.kk.dk/hjernesgade](http://www.sundhed.kk.dk/hjernesgade)



## TILBUD OG STØTTE TIL PÅRØRENDE

---

Københavns Kommune har i tilrettelæggelsen og varetagelsen af sine mange tilbud på ældre- og sundhedsområdet fokus på at inddrage og støtte pårørende. Medarbejderne i såvel kommunens hjemmepleje som på plejecentrene er således opmærksomme på, at du som pårørende spiller en meget vigtig rolle både som støtte for din nære og på grund af den store viden, du har om din nære.

Kommunen har fokus på, at du som pårørende selv kan have brug for aflastning og afløsning (se mere på side 22), samt brug for rådgivning, eksempelvis i forhold til demens.

Som pårørende til et menneske med en demenssygdom har du mulighed for at få støtte og rådgivning på et af kommunens fem rådgivningscentre for demens. På disse centre er der også mulighed for som pårørende at få undervisning om demens, deltage i pårørendegruppe og netværk samt få individuel rådgivning. Du kan læse mere og se adresser og kontaktoplysninger på side 30.

Som pårørende til et menneske med en kræftsygdom kan du benytte Center for Kræft & Sundheds tilbud om bl.a. mindfulness, samtaler om hverdagen med en kræftpatient, kor og eftermiddagsmøde med både patient og pårørende (se mere på side 52).

I Rådgivning for seniorer, hvor frivillige rådgivere har en bred viden, kan de støtte i forhold til kommunikation med de forskellige kommunale og offentlige enheder (se mere side 10).

Københavns Kommune kan desuden tilbyde et kursus til dig, der skal tackle en hverdag som pårørende. Kurset fokuserer på at give pårørende redskaber til at klare udfordringer som dårlig samvittighed, manglende overskud og isolation. Hvis du som pårørende gerne vil vide mere om kurset, kan du kontakte den lokale visitation i dit lokalområde (se mere på side 62).





## PRAKTISKE OPLYSNINGER

---

I dette kapitel kan du læse om, hvordan du søger om de forskellige tilbud, om sagsbehandlingstiderne, rammer for afbud og aflysninger og muligheder for tilskud.

### 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 hos Socialforvaltningen i Københavns Kommune.

### RING TIL DIN LOKALE VISITATION

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

Københavns Kommunes Sundheds- og Omsorgsforvaltning er opdelt i fem lokalområder. Til hvert lokalområde hører et lokalområdekantor med en lokal visitation – og den lokale visitation er din indgang, når du ønsker at søge om et tilbud. Der er ikke mulighed for personligt fremmøde hos visitationen.



---

## HER FINDER DU DE LOKALE VISITATIONSADFDELINGER

Som udgangspunkt skal alle henvendelser ske telefonisk eller på mail.

Læs mere om sikker post og kommunikation med kommunen på [www.kk.dk/digitalpost](http://www.kk.dk/digitalpost)

### **Amager**

#### **Lokalområdekantor**

Amagerbrogade 150

2300 København S

Telefon: 3366 3366

Spørg efter visitationen på Amager

Telefontid: Mandag-fredag kl. 8-15.30

[myndighedsafdelingenama@suf.kk.dk](mailto:myndighedsafdelingenama@suf.kk.dk)

### **Indre By/Østerbro/Christianshavn**

#### **Lokalområdekantor**

Serridslevvej 2A

2100 København Ø

Telefon: 3366 3366

Spørg efter visitationen i Indre By og

Østerbro

Telefontid: Mandag-fredag kl. 8-15.30

[myndighedsafdelingenibo@suf.kk.dk](mailto:myndighedsafdelingenibo@suf.kk.dk)

### **Valby/Kgs. Enghave**

#### **Lokalområdekantor**

Krumtappen 2, 4. sal

2500 Valby

Telefon: 3366 3366

Spørg efter visitationen på Vesterbro,

Kgs. Enghave og Valby

Telefontid: Mandag-fredag kl. 8-15.30

[myndighedsafdelingenkv@suf.kk.dk](mailto:myndighedsafdelingenkv@suf.kk.dk)

### **Bispebjerg/Nørrebro**

#### **Lokalområdekantor**

Mimersgade 47, 1. sal

2200 København N

Telefon: 3366 3366.

Spørg efter visitationen på Bispebjerg-

Nørrebro

Telefontid: Mandag-fredag kl. 8-15.30

[myndighedsafdelingenbin@suf.kk.dk](mailto:myndighedsafdelingenbin@suf.kk.dk)

### **Vanløse/Brønshøj-Husum**

#### **Lokalområdekantor**

Indertoften 10, 2. sal

2720 Vanløse

Telefon: 3366 3366

Spørg efter visitationen i Vanløse,

Brønshøj og Husum

Telefontid: Mandag-fredag kl. 8-15.30

[myndighedsafdelingenbh@suf.kk.dk](mailto:myndighedsafdelingenbh@suf.kk.dk)



---

## VURDERING FRA VISITATOR

Når du henvender dig til den lokale visitation, 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 vurdere:

- hvad du kan klare selv – og hvad vi kan hjælpe dig til at kunne klare selv, fx om du skal tilbydes et udrednings- og rehabiliteringsforløb, hvor du sammen med sundhedsfaglige medarbejdere arbejder på at nå de mål, du har sat
- om du er i målgruppen for et genoptræningsforløb eller kunne have gavn af et hjælpemiddel
- i hvilket omfang, du har behov for hjemmepleje
- om du har en ægtefælle eller andre pårørende, der kan hjælpe dig.

Derefter vil visitator ud fra en helhedsbetragtning danne sig et billede af dit behov for støtte.

Du er velkommen til at invitere en bisidder med til samtalen med visitatoren. Bisidderen kan være en pårørende eller en anden person, som kender dig godt. Da du har selvbestemmelsesret, afgør du selv, 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.

**Ønsker du at søge om hjælpemidler og boligindretning, kan du også finde ansøgningskemaet på [kk.dk/hjaelpemidler](http://kk.dk/hjaelpemidler) eller på [borger.dk](http://borger.dk)**

## SÅDAN ER SAGSBEHANDLINGSTIDERNE

### PRAKTISK INFORMATION

Nedenfor kan du se sagsbehandlingstiderne, og hvornår du kan forvente, at støtten sættes i gang. Sagsbehandlingstiden kan variere, alt efter hvilket

## AFGØRELSE OM HJÆLP

Bevilling af støtte og hjælp tager altid afsæt i en konkret og individuel vurdering af dine behov. På basis af visitators vurdering vil du modtage en afgørelse, der fortæller, hvilke tilbud du har fået tildelt, eller om din ansøgning er blevet afslået. Det er lovgivningens og kommunens serviceniveau, der danner rammen for den hjælp og støtte, du kan få bevilliget. Det kan fx være et udrednings- og rehabiliteringsforløb, træning, et hjælpemiddel, personlig pleje eller praktisk hjælp. Hvis du får afslag på tilbud, du har søgt om, skal visitationen vejlede dig om andre muligheder.

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

tilbud du søger om at få. Ved akut behov for personlig- eller praktisk hjælp vil hjælpen blive sat i gang med det samme.

Indsats	Tidsfrist for afgørelse	Opstart af indsats/ iværksættelse af indsats efter afgørelse	Bemærkninger
Udrednings- og rehabiliteringsforløb	Indenfor 2 uger	Du vil indenfor 2 hverdage blive kontaktet af en medarbejder	
Praktisk hjælp	Indenfor 2 uger	Indenfor 1-2 uger for praktisk hjælp	Ved akut behov sættes hjælpen i gang med det samme
Personlig pleje og madservice	Indenfor 2 uger	Indenfor 1 uge for personlig pleje	Ved akut behov sættes hjælpen i gang med det samme
Aktivitetstilbud	Indenfor 2 uger	Straks efter modtaget afgørelse	
Genoptræning	Indenfor 2 uger	Indenfor 2 uger	
Vedligeholdende træning	Indenfor 2 uger	Opstart, når borger er parat	Gives primært som en integreret del af et aktivitetstilbud på Aktivitetscentrene
Hjælpemidler, forbrugsgoder og boligindretning	Indenfor 4 uger I de sager for der er brug for flere oplysninger i sagen er det indenfor 8 uger	Det afhænger af, hvad du søger om, men oftest inden for få dage	Hjælpemidler, som kræver særlig tilpasning eller levering, kan have en længere leveringstid
Bolig	Indenfor 2 uger Ved akut opstået behov behandles sagen med det samme.	Bliver du godkendt, kommer du på venteliste	Pladsanvisningen/Ældreboliganvisningen kan informere dig om ventetider
Midlertidigt ophold	Indenfor 2 uger	Hurtigst muligt	
Afløsning	Indenfor 2 uger		Ved akut behov sættes hjælpen i gang med det samme
Aflastning	Indenfor 2 uger		Ved akut behov sættes hjælpen i gang med det samme
Voksentandpleje	Indenfor 2 uger	Du er omfattet af Voksentandplejen fra den førstkommende måned	
Pasning af døende	I hverdag	Straks efter modtaget afgørelse	Ordningen tilbydes fra ansøgningstidspunktet eller det tidspunkt derefter, hvor forudsætningen for ordningen er opfyldt
Sygepleje ifm. pasning af døende	I hverdag	Samtidig med pasning af døende	Ordningen gives samtidig med ordningen pasning af døende
Pasning af nærtstående med handicap eller alvorlig sygdom	Indenfor 2 uger	Straks efter modtaget afgørelse	Ordningen gives fra ansøgningstidspunktet eller det tidspunkt derefter, hvor forudsætningen for ordningen er opfyldt
Befordring	Indenfor 2 uger	Straks efter modtaget afgørelse, når behovet opstår	

## FRIT VALG AF LEVERANDØRER

Når du modtager hjælp og støtte i Københavns Kommune, har du frit valg blandt de leverandører, som kommunen har godkendt til at levere indsatsen. Du kan få vejledning af din lokale myndighed om valg af leverandør.

Du kan også selv vælge en hjælper, der skal godkendes af kommunen. Det kan fx være en pårørende. Endelig kan du i visse tilfælde få udbetalt et kontant tilskud til at købe hjælpen. Det kræver dog, at du modtager hjælp og støtte i mere end 20 timer om ugen.

Indsats	Valg
Personlig og praktisk hjælp, undtaget tøjvask, turkøb og indkøbsordning	Den kommunale hjemmepleje eller private leverandører. Du kan også selv vælge din hjælper, eksempelvis en pårørende. Din valgte hjælper skal godkendes af dit lokalområdekantor, og herefter ansættes til at udføre opgaven.
Tøjvask, turkøb og indkøbsordning	Leveres kun af private leverandører.
Hjælpemidler og boligindretning	Der er frit valg af leverandør. Læs mere på <a href="http://kk.dk/hjaelpemidler">kk.dk/hjaelpemidler</a> , eller kontakt Hjælpemiddelcentret på 7080 8214.
Madudbringning	Du kan vælge mellem den kommunale madudbringning og de private leverandører. Læs mere på <a href="http://kk.dk/artikel/mad-og-maaltider-til-aeldre">kk.dk/artikel/mad-og-maaltider-til-aeldre</a>



---

## HJEMMET SOM ARBEJDSPLADS

For at du kan modtage hjælp, er det nødvendigt, at dit hjem kan fungere som en arbejdsplads for medarbejderne. Når hjælpen påbegyndes, gennemgår leverandøren hjemmet i forhold til, om det lever op til retningslinjerne for et godt arbejdsmiljø.

Det kan derfor være nødvendigt fx at flytte rundt på møblerne, fjerne løse gulvtæpper eller installere hjælpemidler i dit hjem, før du kan få hjælp. Du skal

som udgangspunkt selv betale for miljøvenlige rengøringsmidler, støvsuger, koste, spande mv.

Hvis der er problemer i forhold til arbejdsmiljøet, vil du blive inddraget i løsningen.

Medarbejderne må ikke ryge i dit hjem. Københavns Kommune henstiller til, at du heller ikke ryger, mens medarbejderen er på besøg i hjemmet.

## AFBUD OG AFLYSNINGER

Hvis du er forhindret i at modtage hjemmeplejen eller ikke kan komme på sygeplejeklinikken, skal du melde afbud. Kommunen må ikke aflyse hjemmebesøg, men det kan i sjældne tilfælde være nødvendigt at rykke en aftale.

### NÅR DU ER FORHINDRET

Du skal huske at melde afbud, hvis du ikke er hjemme på det tidspunkt, som du har aftalt med hjemmeplejen eller sygeplejen. Du skal også melde afbud, hvis du fx ikke kan komme på sygeplejeklinik eller træningscenter på det aftalte tidspunkt.

Du skal om muligt melde afbud dagen før din aftale. Vil du afmelde din hjælp i en periode, skal du henvende dig til lokalområdekantoret. Skal du aflyse eller have flyttet et enkelt besøg, skal du selv kontakte leverandøren.

Vær opmærksom på, at kommunens medarbejdere ikke må gå ind i dit hjem og kontrollere, om du er i nød, medmindre der er tale om en åbenlys nødsituation.

Du kan dog aftale med kommunen, at de kan benytte en låsesmed og få adgang til din bolig, hvis medarbejderne vurderer, at det er nødvendigt. Hvis det viser sig, at du har glemt at aflyse besøget, skal du selv betale for låsesmeden.

### NÅR KOMMUNEN ER FORHINDRET

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.



---

## MULIGHEDER FOR TILSKUD OG BEVILLINGER

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

### PLEJEVEDERLAG

Er du uheldbredeligt 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 2017 en maksimal timepris på 172,09 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 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 2017 udgør 15.188 kr. pr. måned.

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

Det er en læge, der sammen med en visitator fra lokalområdekantoret skal vurdere, om betingelserne forudbetaling af plejevederlag er opfyldt. Under plejeforløbet er det samtidig muligt at få den nødvendige hjælp fra fx hjemmeplejen og hjemmesygeplejen.

### HJÆL TIL SYGEPLEJEARTIKLER

Hvis du ønsker at dø hjemme, kan der ydes økonomisk tilskud til bl.a. sygeplejeartikler og visse nødvendige behandlinger, hvor der er egenbetaling, såfremt kommunen eller pårørende samtidig yder dig pleje. Tilskud er uafhængigt af din økonomiske situation.

### PASNING AF NÆRTSTÅENDE

Er du handicappet eller alvorligt syg, og har du behov for omfattende hjælp og pleje, kan en pårørende i en afgrænset periode blive ansat af kommunen til at passe dig hjemme. Ansættelsesperioden vil som hovedregel kunne vare op til 6 måneder – eventuelt fordelt på flere perioder. Det er en betingelse for ansættelse, at din pårørende i forvejen har tilknytning til arbejdsmarkedet. Løn for fuldtidsansættelse udgør fra 1. januar 2017 22.020 kr.

### HANDICAPKØRSEL

Hvis du er svært bevægelseshæmmet, har en demenssygdom eller erhvervet hjerneskade, 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 fritidsformål. Hvis du får en bevilling, bliver du optaget i Movia Flextrafik.

### BOLIGSTØTTE

#### *Boligindskudslån, boligydelse og personligt tillæg*

Hvis du flytter i en almen bolig (herunder ældre eller plejebolig), kan du søge om boligindskudslån og boligydelse. Du kan som folkepensionist også søge om personligt tillæg til fx flyttehjælp. Læs mere på [www.kk.dk/boligstotte](http://www.kk.dk/boligstotte) eller ring på 3366 3366.

## PRAKTISK INFORMATION

Tilbud	Sådan søger du
Handicapkørsel	Ønsker du at søge om handicapkørsel, skal du henvende dig til din lokale visitation. Se s. 63.
Plejevederlag til pasning af døende i hjemmet	For at søge om plejeorlov skal du kontakte din lokale visitation. Læs mere under afsnittet Praktiske oplysninger, på side 64.
Pasning af nærtstående	For at søge om pasning af nærtstående skal du kontakte din lokale visitation. Læs mere på side 64.
Beboerindskudslån	For at søge om beboerindskudslån skal du henvende dig til Borgerservice på 3366 3366. Se kontaktoplysninger og åbningstider bagerst i kataloget. Du kan også anvende en selvbetjeningsløsning på borgerservice.kk.dk
Boligyldelse	For at søge boligydelse skal du henvende dig til Udbetaling Danmark på 7012 8063. Du kan også anvende en selvbetjeningsløsning på borger.dk
Personligt tillæg	Hvis du er folkepensionist, kan du søge om personligt tillæg til nødvendige og rimelige udgifter, som du ikke selv har mulighed for at betale, eksempelvis til flyttehjælp. For at søge om personligt tillæg skal du henvende dig til Borgerservice Tillæg 65+ på telefon 3366 3366. Se kontaktoplysninger og åbningstider bagerst i kataloget.
Helbredstillæg	Hvis du er folkepensionist kan du søge om helbredstillæg til dine udgifter til fx tandlæge, høreapparat, fysioterapi og medicin (er medicinen uden tilskud og ordineret af din læge, skal du dog søge om personligt tillæg).  For at søge om helbredstillæg skal du først søge om et helbredskort. Dette kan du søge om på borger.dk eller du kan få hjælp ved at henvende dig til Borgerservice Tillæg 65+ på telefon 3366 3366.

## IT OG DIGITAL KONTAKT TIL DET OFFENTLIGE

Fra 1. november 2014 fik alle, der ikke aktivt er blevet fritaget, en digital postkasse, hvor post fra det offentlige bliver sendt til. Det er dit ansvar at tjekke, om der er post i den, ligesom du gør med din fysiske postkasse. Hvis du gerne vil lære mere om it eller eventuelt have hjælp til den digitale postkasse, NemID eller andet, findes der forskellige muligheder i Københavns Kommune.

Det er muligt at få hjælp til digital selvbetjening i Borgerservice. På kommunens biblioteker er det muligt at deltage i gratis it-kurser, som findes under

overskriften 'Digital Københavner'. Læs mere på [kk.dk/seniorit](http://kk.dk/seniorit). På de fleste af kommunens aktivitetscentre for ældre over 65 år er der etableret it-caféer, hvor det er muligt at få hjælp og støtte til at betjene en computer. Kontakt dit lokale aktivitetscenter for at høre nærmere. Kontaktoplysninger findes på side 63.

Hvis du vil søge om fritagelse for at have en digital postkasse, skal du henvende dig til Borgerservice. Se kontaktoplysninger bagerst i kataloget. Her kan du få oplyst kriterier for fritagelse fra digital post. Du kan også læse mere om kriterierne på [borger.dk](http://borger.dk).





---

## PLEJETESTAMENTE

Hvis du bliver ramt af demens eller anden sygdom, kan der komme et tidspunkt, hvor andre bliver nødt til at tage stilling til helt almindelige hverdagsting for dig.

I sådan en situation er det en tryghed for dig og dine pårørende og det personale, som skal pleje dig, hvis du forinden i et plejetestamente har givet udtryk for dine interesser og ønsker til pleje og omsorg.

### HVAD ER ET PLEJETESTAMENTE?

Et plejetestamente er et dokument, hvor du kan skrive dine fremtidige ønsker til fx 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 kommunens hjemmeside, [www.kk.dk/plejetestamente](http://www.kk.dk/plejetestamente). Du kan også kontakte dit lokalområdekantor. Se mere side 58. Det originale plejetestamente opbevares hos dig, og du kan altid ændre det. Du kan læse mere om plejetestamente på [www.borger.dk/aeldre](http://www.borger.dk/aeldre) under hjemmehjælp og ældrepleje- plejeplan og plejetestamente.

## KØBENHAVNS ÆLDRERÅD

Københavns Ældreråd består af 25 folkevalgte medlemmer fra hele byen. Ældrerådet rådgiver Københavns Kommune om kommunens tilbud til ældre og bliver hørt om politiske beslutninger, der vedrører ældre borgere i København.

Som borger i København kan du kontakte Ældrerådet, hvis du har en sag af principiel karakter, der vedrører byens ældre, eller hvis du ønsker at give din holdning til kende i en konkret hørings sag.

Du kan finde høringerne på Ældrerådets hjemmeside.

### KONTAKTOPLYSNINGER

Ældrerådets Sekretariat  
Sjællandsgade 40, 2200 København N  
Mail: [aldreraadet@suf.kk.dk](mailto:aldreraadet@suf.kk.dk)  
[www.aeldreraadet.kk.dk](http://www.aeldreraadet.kk.dk)



---

## 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?

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

### KLAGE OVER AFGØRELSEN ELLER SAGSBEHANDLINGEN

Er du ikke enig i den afgørelse, kommunen har truffet, skal du følge den klagevejledning, der fremgår af afgørelsen. Typisk skal du sende klagen til den kommunale enhed, der har truffet afgørelsen. Kommunen vil på baggrund af din klage foretage en ny vurdering. Hvis kommunen herefter fastholder afgørelsen, vil kommunen sende klagen videre til Ankestyrelsen.

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

### KLAGE OVER SAGSBEHANDLINGSTIDEN ELLER SAGSBEHANDLEREN

Er du utilfreds med sagsbehandlingen eller sagsbehandlingstiden, kan du klage til dit lokale myndighed. Se side 62 for kontaktoplysninger.

### Klage over din hjælp?

Er du utilfreds med måden, hjælpen udføres på, med personalets optræden, eller får du ikke den hjælp, du er blevet tildelt, kan du klage til kommunen. Du kan klage til den enhed, der leverer hjælpen, fx plejecentret eller hjemmeplejen, eller til din lokale myndighed.

### KLAGE OVER SYGEPLEJE, TANDPLEJE ELLER GENOPTRÆNING

Er du utilfreds med den sygeplejebehandling, du modtager fra kommunen, Omsorgstandplejen eller Center for Genoptræning, kan du klage til Styrelsen for Patientsikkerhed.

Du kan læse mere på [www.stps.dk](http://www.stps.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/borgerrådgiveren](http://www.kk.dk/borgerrådgiveren).

---

## HER FINDER DU KLAGEINSTANSER

### Borgerrådgiveren

Vester Voldgade 2A  
1552 København V  
Telefon: 3366 1400  
[borgerraadgiveren@kk.dk](mailto:borgerraadgiveren@kk.dk)  
[www.kk.dk/borgerrådgiveren](http://www.kk.dk/borgerrådgiveren)

### Patientombuddet

Styrelsen for Patientsikkerhed  
Finsensvej 15  
2000 Frederiksberg  
Telefon: 7228 6600  
[www.stps.dk](http://www.stps.dk)

---



LÆS MERE  
Find lovgivningen og  
søg i love og regler på  
[www.retsinformation.dk](http://www.retsinformation.dk)

# LOVGRUNDLAG

---

Tilbuddene i dette katalog tager udgangspunkt i Lov om Social Service (serviceloven) og Sundhedsloven. Lov om almene boliger er grundlaget for ældreboliger samt de moderniserede plejeboliger. Dette afsnit medtager de dele af de tre love, som er gældende for de forskellige indsatser. Derudover omfatter dette afsnit information om Persondataloven, som beskriver dine rettigheder til at se oplysninger, som kommunen har registreret elektronisk om dig.

## SERVICELOVEN

### Formål

§1. Formålet med denne lov er

1. At tilbyde rådgivning og støtte for at forebygge sociale problemer,
2. At tilbyde en række almene serviceydelser, der også kan have forebyggende sigte, og
3. At tilgodese behov, der følger af nedsat fysisk og 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.

### Brugerindflydelse

§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.

### Aktivitetstilbud

§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.

### Forebyggende hjemmebesøg

§79a. Kommunalbestyrelsen skal tilbyde mindst et årligt forebyggende hjemmebesøg til alle borgere, der er fyldt 80 år, og som bor i kommunen, jf. dog stk. 2 og 3.

Stk. 2. Kommunalbestyrelsen skal tilbyde et forebyggende hjemmebesøg til alle borgere, som bor i kommunen, i deres fyldte 75. år.

Stk. 3. Kommunalbestyrelsen skal tilbyde forebyggende hjemmebesøg efter behov til borgere i alderen 65 år til 79 år, som er i særlig risiko for at få nedsat social, psykisk eller fysisk funktionsevne, og som bor i kommunen.

Stk. 4. Kommunalbestyrelsen tilrettelægger besøgene efter behov, jf. dog stk. 1 og 2.

Stk. 5. Kommunalbestyrelsen kan vælge at undtage de borgere, som modtager både personlig pleje og praktisk hjælp efter §83, fra ordningen om forebyggende hjemmebesøg.

Stk. 6. Sundheds- og ældreministeren kan fastsætte regler om de kommunale forpligtelser efter stk. 1-5, herunder om samordning med andre generelle kommunale forebyggende og aktiverende foranstaltninger og om andre måder at gennemføre det forebyggende hjemmebesøg på end ved besøg i hjemmet.



Praktisk og personlig hjælp og støtte  
§83. Kommunalbestyrelsen skal tilbyde

1. personlig hjælp og pleje,
2. hjælp eller støtte til nødvendige praktiske opgaver i hjemmet
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 (plejetestamente).

§83A. 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.

#### **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.

#### **Genoptræning og vedligeholdende 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 mv. 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. Genoptrænings tilbud 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.

### **Afgørelser**

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

### **Tilrettelæggelse og levering af hjælp**

§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 derefter 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, som 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.

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

Stk. 2. En person med betydelig og varigt nedsat fysisk og 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 ugentlig, 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.

Stk. 4. Det er en betingelse for tilskud til ansættelse af hjælpere 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, en forening eller en privat virksomhed om, at tilskuddet overføres til den nærtstående, foreningen eller den private virksomhed, der herefter er arbejdsgiver for

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

Stk. 5. I de situationer, hvor tilskudsmodtageren er arbejdsgiver, skal kommunalbestyrelsen tilbyde at varetage lønudbetalinger m.v.

### Hjælpe midler

§112. stk. 1 Kommunalbestyrelsen skal yde støtte til hjælpemidler til personer med varigt nedsat fysisk eller psykisk funktionsevne, når hjælpemidler

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 nødvendige for, at den pågældende kan udøve et erhverv.

### Økonomisk støtte til forbrugsgoder

§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.

### Hjælp til indretning af bolig ved behov

§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.

### Befordring

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

### Pasning af nærtstående

§118. En person med tilknytning til arbejdsmarkedet, der ønsker at passe nærtstående med betydelig og varigt nedsat fysisk eller psykisk funktionsevne eller indgribende kronisk eller langvarig, herunder uhelbredelig, lidelse i hjemmet, skal ansættes af

kommunalbestyrelsen, når

1. alternativet til pasning i hjemmet er døgnophold uden for hjemmet, eller plejebehovet svarer til et fuldtidsarbejde,
2. der er enighed mellem parterne om etablering af pasningsforholdet og
3. kommunalbestyrelsen vurderer, at der ikke er afgørende hensyn, der taler imod, at det er den pågældende person, der passer den nærtstående.

Stk. 2. Personen skal ansættes af den kommune, hvor den nærtstående bor. Lønnen udgør 16.556 kr. om måneden. Der betales pensionsbidrag med i alt 12 pct., hvoraf de 4 pct. tilbageholdes i lønnen, mens arbejdsgiveren betaler 8 pct. af lønnen.

Stk. 3. Personen kan ansættes i indtil 6 måneder med henblik på at passe den nærtstående.

Pasningsperioden kan forlænges med indtil 3 måneder, hvis særlige forhold taler herfor. Pasningen kan opdeles i perioder af hele måneder. Efter aftale med den arbejdsgiver, som har givet orlov til pasning af en nærtstående, kan pasningen opdeles i kortere perioder. Pasningen kan deles af flere personer, hvis de alle opfylder betingelserne for ansættelse efter stk. 1.

Stk. 4. Hvis to eller flere personer deles om pasningsordningen, kan den samlede aflønning ikke overstige den aflønning, der nævnes i stk. 2. Lønnen udbetales forholdsmæssigt i forhold til delingen af pasningsordningen.

Stk. 5. Der kan ydes én pasningsordning til ét sammenhængende sygdomsforløb eller handicap. Samme nærtstående kan dog blive omfattet af pasningsordningen igen, hvis der tilstøder den pågældende en anden lidelse eller funktionsevnenedsættelse som anført i stk. 1, og hvis betingelserne i øvrigt er opfyldt.

Stk. 6. Der indgås en ansættelsesaftale mellem personen og kommunalbestyrelsen, hvor de nærmere vilkår i forbindelse med ansættelsesforholdet beskrives, herunder angivelse af, hvem den nærtstående er, periodens længde, arbejdsopgaverne, opsigelsesvarsler m.v. Hvis ansættelsen på grund af undskyldelige omstændigheder afbrydes i ansættelsesperioden, udbetaler

kommunen løn til den ansatte i 1 måned efter udgangen af den måned, hvor ophøret finder sted. Såfremt personen får et andet forsørgelsesgrundlag inden for denne periode, bortfalder kommunens forpligtelse.

### **Pasning af døende**

§119. Personer, som passer en nærtstående, der ønsker at dø i eget hjem, er efter ansøgning berettiget til plejevederlag som nævnt i §120. Det er en betingelse for at yde plejevederlag, at hospitalsbehandling efter en lægelig vurdering må anses for udsigtsløs, og at den syges tilstand ikke i øvrigt nødvendiggør indlæggelse eller forbliven på sygehus eller ophold i plejehjem, plejebolig el. lign. Det er endvidere en betingelse, at den syge er indforstået med etableringen af plejeforholdet.

Stk. 2. En arbejdsgiver, der yder løn til en ansat under dennes fravær fra arbejdet i forbindelse med pasning af en nærtstående efter stk. 1, således at den ansatte ikke har en tabt arbejdsindtægt, er berettiget til at få udbetalt det beløb, som den ansatte ellers ville være berettiget til i plejevederlag efter § 120, stk. 1.

§122. Kommunalbestyrelsen kan, såfremt udgiften ikke dækkes på anden vis, yde hjælp til sygeplejeartikler og lign., når,

1. nærtstående i forbindelse med et etableret plejeforhold, jf. §119, passer en døende,
2. kommunen varetager plejen helt eller delvis eller kommunalbestyrelsen yder tilskud efter § 95 til hjælp, som familien selv antager, eller
3. et hospice varetager plejen.

Stk. 2. Hjælpen ydes uden hensyn til den pågældendes eller familiens økonomiske forhold.

### **Plejeboliger og beskyttede boliger**

§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 mv. som følge af plejehjemsopholdet. Ældreministeren fastsætter i en bekendtgørelse regler herom, herunder regler, der er tilnærmet reglerne for ældreboliger og plejeboliger efter lov om almene boliger mv., 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 mv., 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 mv.

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

## SUNDHEDSLOVEN

### Formål

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

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

1. Let og lige adgang til sundhedsvæsenet
2. Behandling af høj kvalitet
3. Sammenhæng mellem ydelserne
4. Valgfrihed
5. Let adgang til information
6. Et gennemsigtigt sundhedsvæsen og
7. Kort ventetid på behandling

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

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

### Forebyggelse

§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 mv. samt rådgivning mv. i forhold til kommunernes indsats efter stk. 1 og 2.

### Genoptræningsplan

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

### Voksentandpleje

§131. Kommunalbestyrelsen tilbyder forebyggende og behandlende tandpleje til personer, der på grund af nedsat førighed eller vidtgående fysisk eller psykisk handicap kun vanskeligt kan udnytte de almindelige tandplejetilbud.

Stk. 2. Kommunalbestyrelsen kan indgå aftale med regionsrådet om, at regionsrådet varetager omsorgstandpleje for de af stk. 1 omfattede personer.

Stk. 3. Kommunalbestyrelsen kan indgå aftale med regionsrådet om, at regionsrådet varetager omsorgstandpleje for de af stk. 1 omfattede personer.

### Hjemmesygepleje

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

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

### 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 mv. 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. Sundheds- og ældreministeren fastsætter nærmere regler om patienternes mulighed for at vælge mellem genoptræningstilbud.



## ALMENBOLIGLOVEN

### Ældreboliger og plejeboliger

§58a. 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.

### Frit valg

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.

## PERSONDATALOVEN

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

Ifølge Persondataloven har klager og andre registre-rede 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).



LÆS MERE  
Find lovgivningen og  
søg i love og regler på  
[www.retsinformation.dk](http://www.retsinformation.dk)

## SUNDHEDSTILBUD

- 1 Sundhedshus Amager  
Hans Bogbinders Allé 3, opg. 7  
2300 København S
- 2 Sundhedshus Indre By/Østerbro  
Randersgade 60, 4. sal  
2100 København Ø
- 3 Sundhedshus Nørrebro  
Mimersgade 41  
2200 København N
- 4 Sundhedshus  
Vesterbro  
Vesterbrogade 121  
1620 København V
- 5 Sundhedshus Vanløse  
Indertofte 10  
2720 Vanløse

## AKTIVITETSCENTER

- 6 Aktivitetscenter Bomi-Parken  
Gyldenrisvej 4  
2300 København S
- 7 Aktivitetscenter Peder Lykke  
Peder Lykkesvej 65  
2300 København S
- 8 Aktivitets- og Demenscenter  
Højdevang Sogn  
Sundbyvestervej 97  
2300 København S
- 9 Aktivitetscenter Hørgården  
Brydes Allé 32  
2300 København S
- 10 Aktivitetscenter Indre By  
Rosengade 1  
1309 København K
- 11 Aktivitetscenter Randersgade  
Randersgade 60, 1. sal  
2100 København Ø
- 12 Aktivitetscenter Østerbro  
Strandvejen 119  
2900 Hellerup
- 13 Aktivitets- og Demenscenter  
Fælledgården  
Drejøgade 3  
2100 København Ø
- 14 Aktivitetscenter Midtpunkt  
Ryesgade 20  
2200 København N
- 15 Aktivitetscenter Thorsgade  
(for borgere med syns- eller  
hørehandicap)  
Thorsgade 59  
2200 København N
- 16 Aktivitetscenter Baldersgade  
Baldersgade 3C  
2200 København N
- 17 Aktivitetscenter Huset  
(for yngre borgere med demens)  
Agnes Henningsensvej 4  
2200 København N

- 18 Aktivitetscenter Bispebjerg  
Frederiksborgvej 77  
2400 København NV
- 19 Aktivitetscenter Rundskuedagen  
Dannebrogsgade 44  
1660 København V
- 20 Aktivitetscenter Sundhedshuset  
Vesterbrogade 121, 3. sal  
1652 København V
- 21 Aktivitetscenter Langgade  
Valby Langgade 97 stuen  
2500 Valby
- 22 Aktivitetscenter Vigerslev  
Vigerslevvej 180  
2500 Valby
- 23 Aktivitets- og Demenscenter  
Aalholmshjemmet  
Maribovej 41  
2500 Valby
- 24 Aktivitetscenter Vanløse  
Afdeling Damsøgård  
Hanstholmvej 34  
2720 Vanløse
- 25 Aktivitetscenter Vanløse  
Afdeling Bonderupgård  
Randbølvej 61  
2720 Vanløse
- 26 Aktivitetscenter  
Brønshøj  
Bystævneparken 1  
2700 Brønshøj
- 27 Aktivitets- og Demenscenter  
Pilehuset  
Bystævneparken 25  
2700 Brønshøj

## TRÆNING

- 28 Træningscenter  
Bispebjerg/Nørrebro  
Frederiksborgvej 77  
2400 København NV

## HJÆLPEMIDLER

- 29 Hjælpemiddelcentret  
Hans Knudsens Plads 3  
2100 København Ø

## SPISETILBUD

- 30 Højdevang Sogns Plejehjem  
Sundbyvestervej 97  
2300 København S
- 31 Aktivitetstilbud Bomi-Parken  
Gyldenrisvej 4  
2300 København S
- 32 Aktivitetscenter Hørgården  
Brydes Allé 32  
2300 København S
- 33 Café Peder Lykke  
Peder Lykkesvej 65  
2300 København S

- 34 Rosenborgcenter  
Rosengade 1  
1309 København K

- 35 Nybodergården  
Kronprinsessegade 61  
1306 København K

- 36 Aktivitetshuset Randersgade  
Randersgade 60, 2. sal  
2100 København Ø

- 37 Omsorgscenteret Fælledgården  
Drejøgade 3  
2100 København Ø

- 38 Kildevæld Sogns Plejehjem  
Helsingborggade 16  
2100 København Ø

- 39 Plejecenter Sølund  
(Café "Madam Blå")  
Ryesgade 20  
2200 København N

- 40 Bispebjergghjemmet  
Tagensvej 186  
2400 København NV

- 41 Håndværkerforeningen  
Håndværkerhaven 49  
2400 København NV

- 42 Aktivitetscenter Rundskuedagen  
Dannebrogsgade 44  
1660 København V

- 43 Verdishave  
Tartinsvej 31  
2450 København SV

- 44 Vigerslevhus Café  
Vigerslevvej 180  
2500 Valby

- 45 Kirsebærhavens Plejehjem  
Kirsebærhaven 20  
2500 Valby

- 46 Aktivitetscenter Vanløse  
(Bonderupgård)  
Randbølvej 61  
2720 Vanløse

- 47 Damsøgård  
Hanstholmvej 34  
2720 Vanløse

- 48 Aktivitetscenter  
Brønshøj  
Bystævneparken 2-3  
2700 Brønshøj

- 49 Restaurant Stævnemødet  
Bystævneparken 2-3  
2700 Brønshøj

## SYGEPLEJE

- 50 Hjemmeplejen Amager Sundparken  
Amager Øst Sygeplejeklinik  
Sundparken 17  
2300 København S
- 51 Amager Sygeplejeklinik  
Hans Bogbinders Allé 3  
2300 København S

- 52 Hjemmeplejen Amager  
Hans Bogbinders Allé 3  
2300 København S

- 53 Sygeplejeklinikken Indre By  
Rosenborgcenteret  
Rosengade 1  
1309 København K

- 54 Hjemmeplejen Indre by/Østerbro  
Østbanegade 119  
2100 København Ø

- 55 Hjemmeplejen Nørrebro  
Fensmarksgade 65-67 kld.-2. sal  
2200 København N

- 56 Sygeplejeklinik Nørrebro  
Nørrebro Sundhedshus  
Mimersgade 41, 1.  
220 København N

- 57 Bispebjerg Sygeplejeklinik  
Hjemmeplejen Bispebjerg  
Frederiksborgvej 77, 2. sal  
2400 København NV

- 58 Vesterbro/Kgs. Enghave  
Sygeplejeklinik  
Vesterbrogade 121  
1620 København V

- 59 Hjemmeplejen Vesterbro/  
Kgs. Enghave  
Krumtappen 2, 2. sal  
2500 Valby

- 60 Hjemmeplejen Valby  
Krumtappen 2, 2. sal  
2500 Valby

- 61 Sygeplejeklinik VBH  
Sundhedshus Vanløse  
Indertofte 10  
2720 Vanløse

- 62 Sygeplejen Vanløse  
Indertofte 10  
2720 Vanløse

- 63 Valby Sygeplejeklinik  
Valby Langgade 97  
2500 Valby

- 64 Sygeplejen Brønshøj/Husum  
Husum Vænge 9, stuen  
2700 Brønshøj

- 65 Hjemmeplejen Brønshøj/Husum  
Husumvænge 9  
2700 Brønshøj

- 66 Hjemmeplejen Vanløse  
Jydeholmen 15  
2720 Vanløse  
og Kirkebjerg Allé 63  
2720 Vanløse

- 67 Den mobile sygeplejeklinik  
Bystævneparken 1  
2700 Brønshøj

## TILBUD TIL BORGERE MED DEMENS

- 68 Demenscenter Amager/  
Højdevang Sogns Plejehjem  
Sundbyvestervej 97  
2300 København S

69 Demenscenter Fælledgården  
Drejøgade 3  
2100 København Ø

72 Pleje- og Demenscenter Klarahus  
Alléen 4  
2200 København N

73 Demenscenter Ålholmshjemmet  
Maribovej 41  
2500 Valby

74 Bonderupgård  
Randbølvej 61  
2720 Vanløse

75 Bryggergården  
Alsgade 15  
1764 København V

76 Rundskuedagens Plejehjem  
Dannebrogsgade 44  
1660 København V

77 Demenscenter Pilehuset  
Bystævneparken 24-25  
2700 Brønshøj

## VOKSENTANDPLEJEN

78 Voksensandplejen  
Tietgensgade 31B, 2. sal  
1704 København V

## ÆLDREBOLIG

79 Livornoparken  
Livornovej 14-128  
2300 København S

80 Sundparken  
Sundparken, 1-46  
2300 København S

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

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

83 Leifsgade/Halvdansgade/  
Snorresgade  
Snorresgade 21  
Halvdansgade 18-20  
2300 København S

84 Voldboligerne  
Christianshavns Voldgade 1-9/  
Bådsmansstræde  
1426 København K

85 Nansensgade  
Nansensgade 25  
1366 København K

86 Willemoesgård  
Willemoesgade 93 A-B  
2100 København Ø

87 Wallenbergboligerne  
Nygårdsvej 14 A-D  
2100 København Ø

88 Nørrebrogade  
Nørrebrogade 11  
2200 København N

89 Nørre Søpark  
Ryesgade 15-17  
2200 København N

90 Thorsgade  
Thorsgade 48-52  
2200 København N

91 Guldbærgave  
Guldbærgs Have 1-35  
2200 København N

92 Nørrebro Vænge  
Nørrebro Vænge 1-16  
2200 København N

93 Fogedgården  
Fogedgården 1-17  
2400 København NV

94 Hothers Plads  
Hothers Plads 4-16  
2200 København N

95 Dommerparken Frimestervej  
Bogtrykkervej 5. sal  
2400 København NV

96 Utterslevgård  
Utterslevgård 1-20  
2400 København NV

97 Ringergården  
Ringergården 3,  
5, 9 og 11  
2400 København NV

98 Bjergvænget  
Bjergvænget 1-25  
2400 København NV

99 Istedgade  
Istedgade 40B  
1650 København V

100 Oehlschlægersgade  
Oehlschlægersgade 15  
1663 København V

101 Viktoriagade  
Viktoriagade 18A-18B  
1655 København V

102 Engholmen Nord  
Borgmester Christiansens  
Gade 1-13 og  
P. Knudsens Gade 41-55  
2450 København S

103 Engholmen Syd  
Straussvej 22-26  
og Engholmen 4-64  
2450 København SV

104 Tranehavegård  
Tranehavegård 1-39  
2450 København SV

105 Bærhaven/Elmehaven  
Urtehaven 93-95 og  
Gl. Køge Landevej 192, st.  
2500 Valby

106 Vinhaven  
Vinhaven 32-46  
2500 Valby

107 Sjelør Boulevard  
Sjelør Boulevard 167-181  
2500 Valby

108 Poppelvænget  
August Wimmers Vej 12-16  
2500 Valby

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

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

111 Bogholder Allé  
Bogholder Allé 70-72  
2720 Vanløse

112 Kirkebjerg  
Kirkebjerg Allé 51-63  
2720 Vanløse

113 Vanløse Allé  
Clausholmvej 2  
2720 Vanløse

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

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

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

117 Frederikssundsvej  
Frederikssundsvej 269A  
og 269B  
2700 Brønshøj

118 Gadelandet/Storegårdsvej  
Storegårdsvej 24-32  
2700 Brønshøj

119 Husumgård  
Gadelandet 4-16  
2700 Brønshøj

## PLEJEBOLIG

120 Ørestad Plejecenter  
Asger Jorns Allé 5  
2300 København S

121 Højdevang Sogns Plejehjem  
Sundbyvestervej 97  
2300 København S

122 Rosenborgcentret  
Rosengade 1  
1309 København K

123 Bomi-Parken  
Gyldenrisvej 4  
2300 København S

124 Peder Lykke Centret  
Peder Lykkesvej 65  
2300 København S

125 Nybodergården  
Kronprinsessegade 61  
1306 København K

126 Plejecentret Hørgården  
Brydes Alle 30-32  
2300 København S

127 Plejecentret Kærbo  
Rothesgade 12  
2100 København Ø

128 Deborah Centret  
Bryggergade 1  
2100 København Ø

129 Omsorgscentret Fælledgården  
Drejøgade 3  
2100 København Ø

130 Kildevæld Sogns Plejehjem  
Helsingborggade 16  
2100 København Ø

131 Ryholtgård  
Rymarksvej 23  
2900 Hellerup

132 Plejecentret Sølund  
Ryesgade 20  
2200 København N

133 Kastanjehusene  
Alléen 2-6  
2200 København N

134 Møllehuset  
Edith Rodes Vej 11  
2400 København NV

135 Plejecenter Klarahus  
Agnes Henningsensvej 1-3  
2200 København N

136 Slottet  
Agnes Henningsens Vej 7  
2200 København N

137 Plejecentret Aften sol  
Lundtoftegade 3-7  
2200 København N

138 Bispebjergshjemmet  
Tagensvej 186  
2400 København NV

139 Håndværkerforeningens Plejehjem  
Håndværkerhaven 49  
2400 København NV

140 Absalonhus  
Absalonsgade 35  
1658 København V

141 Rundskuedagens  
Plejehjem  
Dannebrogsgade 44  
1660 København V

142 Bryggergården  
Alsgade 15  
1764 København V

143 Verdishave  
Tartinisvej 31  
2400 København SV

144 Dr. Ingrid's Hjem  
Carl Jacobsensvej 8  
2500 Valby



- 145** Kirsebærhavens Plejehjem  
Kirsebærhaven 20  
2500 Valby
- 146** Demenscenter Ålholmhjemmet  
Maribovej 41  
2500 Valby
- 147** Solgavehjemmet  
Vigerslev Allé 117  
2500 Valby
- 148** Plejecentret Solterasserne  
Johan Krohns Vej 8  
2500 Valby
- 149** Langgadehus  
Valby Langgade 97  
2500 Valby
- 150** Damsøgård  
Hanstholmvej 34  
2720 Vanløse
- 151** Bonderupgård  
Randbølvej 61  
2720 Vanløse
- 152** Skjulhøjgård  
Ålekistevej 226  
2720 Vanløse
- 153** Johannesgården  
Fuglsang Allé 103  
2700 Brønshøj
- 154** Louise Marie Hjemmet  
Svenskelejren 1  
2700 Brønshøj
- 155** Demenscenter Pilehuset  
Bystævneparken 24-25  
2700 Brønshøj
- 156** Egebo  
Bystævneparken 21-22  
2700 Brønshøj
- 157** Plejecentret Poppelbo  
Bystævneparken 29  
2700 Brønshøj
- 158** Plejecentret Lærkebo  
Bystævneparken 31  
2700 Brønshøj
- 159** Tingbjerghjemmet  
Midtfløjene 1  
2700 Brønshøj
- 160** Omsorgscentret Hjortespring  
Sennepshaven 4  
2730 Herlev

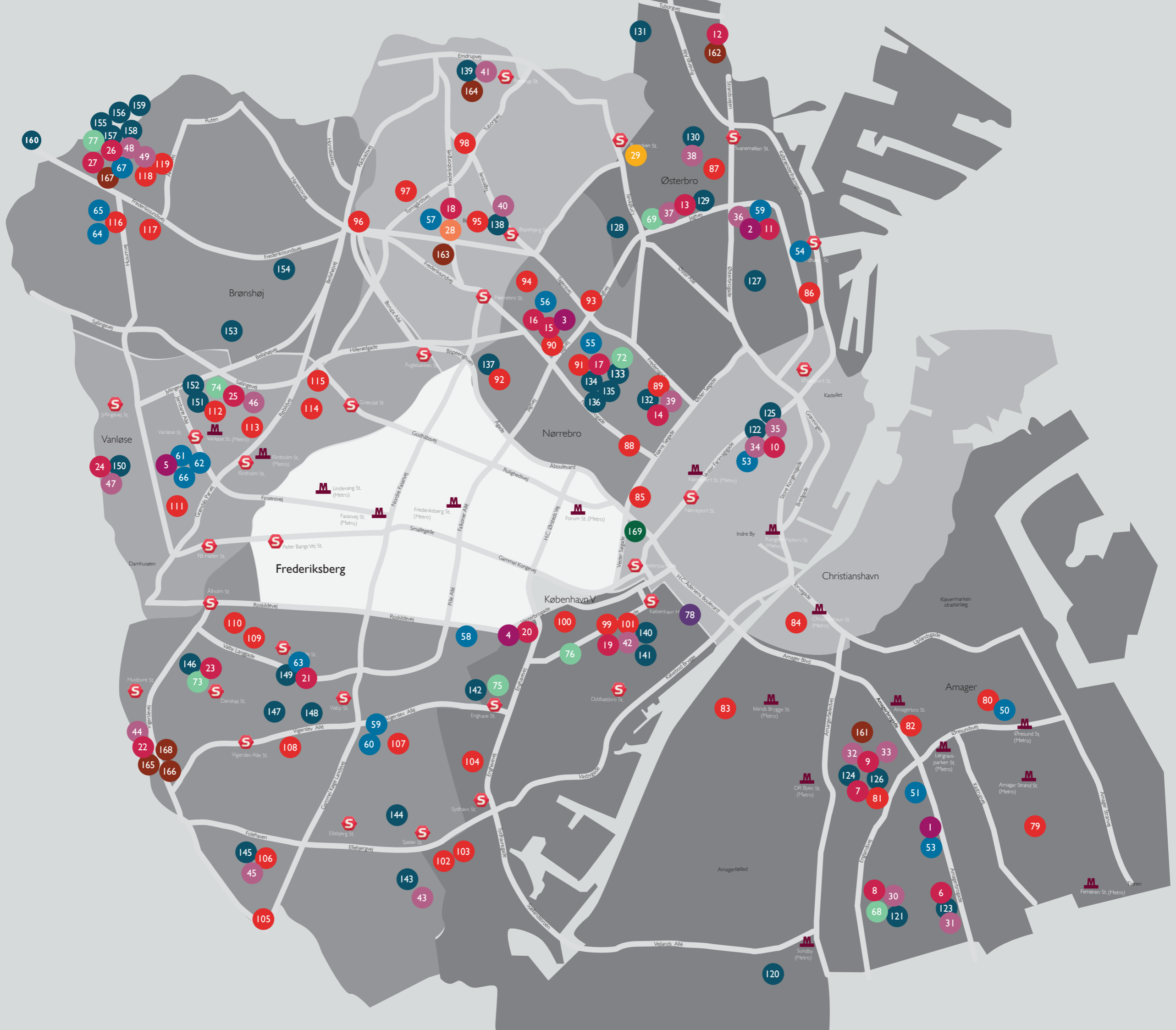
- 163** Rehabiliteringscenter  
Bispebjerg/Nørrebro  
Frederiksborgvej 77  
2400 København NV
- 164** Rehabiliteringscenter Emdrup  
Håndværkerhaven 49  
2400 København NV
- 165** Palliativ Afdeling Vigerslevhus  
Vigerslevvej 180 1. sal  
2500 Valby
- 166** Akutplejeenhed København (akutplejeophold)  
Vigerslevvej 180, st. og 1. sal  
2500 Valby
- 167** Hjernesgade- og Rehabiliteringscentret  
Bystævneparken 17-18  
2700 Brønshøj
- 168** Rehabiliteringscenter  
Vesterbro/Kgs. Enghave/Valby  
Vigerslevvej 180  
2500 Valby

#### BORGERSERVICE

- 169** Borgerservice Indre By  
Nyropsgade 1  
1602 København V

#### MIDLERTIDIGE DØGNOPHOLD

- 161** Rehabiliteringscenter Amager  
Brydes Allé 28-30  
2300 København S
- 162** Rehabiliteringscenter  
Indre By/Østerbro/Christianshavn  
Strandvejen 119  
2900 Hellerup



# KØBENHAVNS BORGERSERVICE

---

## Selvbetjening på [www.kk.dk](http://www.kk.dk)

Selvbetjening er den nemme indgang til de mest almindelige offentlige ydelser, og du kan ordne meget fra din computer. Du kan også læse om krav og regler og finde information om kommunens ydelser.

## Spørg Borgerservice

Hvis du har brug for hjælp, fordi du er i tvivl om, hvor du skal henvende dig, og hvem du skal tale med, eller du har brug for hjælp til at finde information på [www.kk.dk](http://www.kk.dk) eller til selvbetjeningsløsninger, så kan du ringe til os på 33 66 33 66. Du kan ringe fra kl. 8.00-21.00 mandag-torsdag og fredag kl. 8-18.

## Få personlig rådgivning i Borgerservice Indre By

I Borgerservice kan du få vejledning og hjælp til mere komplicerede sager og offentlige ydelser. Husk så vidt muligt at medbringe dit NemID ved personligt fremmøde i Borgerservice. Du kan også få udstedt NemID, hvis du husker at medbringe gyldig billedlegitimation.

## Borgerservice Indre By

Indre By

Nyropsgade 7

1602 København V

Mandag-onsdag kl. 10-17, torsdag kl. 9-18, fredag kl. 10-15

## Borgerservice på biblioteker

Du kan undgå køen i Borgerservice og besøge din lokale Borgerservice på dit lokale bibliotek. Her kan du få hurtig betjening til følgende opgaver:

- Pas
- Kørekort (*undtagen: Generhvervelse af fradømt kørekort samt ombytningen af udenlandsk kørekort*)
- ID-kort
- Ansøgninger om nedsat licens
- Trangslegater
- Fritagelse for Digital Post
- Medbetjening på f.eks. Skat, NemID, Pension, Boligstøtte, Sygedagpenge
- Udstedelse af NemID
- Folkeregisteropgaver som f.eks. Flytning, Bopælsattester, Adresseforespørgsel, Navne- og Adressebeskyttelse, Befordringsgodtgørelse og Gruppe 2-regninger
- Sygesikringskort
- Ansøgning om Helbredstillæg

*Der ydes hjælp til obligatoriske selvbetjeningsopgaver, hvis borgeren ikke har NemID.*

# KØBENHAVNS BORGERSERVICE

---

## BORGERSERVICE PÅ BIBLIOTEKER – ADRESSER OG ÅBNINGSTIDER

### Hovedbiblioteket

Krystalgade 15  
1172 København K

Mandag-onsdag 11-17  
Torsdag 11-18  
Fredag 11-17  
Lørdag 11-15  
Søndag Lukket

### Øbro Jagtvej Bibliotek

Jagtvej 227  
2100 København Ø

Mandag-fredag 11-17  
Lørdag-søndag Lukket

### Bibliotek Rentemestervej

Rentemestervej 76  
2400 København NV

Mandag-fredag 10-16  
Lørdag-søndag Lukket

### Valby Bibliotek

Annexstræde 2  
2500 Valby

Mandag-torsdag 11-17  
Fredag 11-16  
Lørdag 11-14  
Søndag Lukket

### Kulturstation Vanløse

Jernbane Allé 38  
2720 Vanløse

Mandag-fredag 11-17  
Lørdag 10-14  
Søndag Lukket

### Brønshøj Bibliotek

Krabbesholmvej 3  
2700 Brønshøj

Mandag-fredag 12-16  
Lørdag-søndag Lukket

### Sundby Bibliotek

Jemtelandsgade 3  
2300 København S

Mandag-fredag 10-16  
Lørdag-søndag Lukket