

At flytte i plejebolig

Information til dig og dine pårørende



Lemvig Kommune

Indhold

Indledning.....	2
Om at være en del af et plejecenter	2
Når du bliver tilbudt en plejebolig	3
Fremvisning	3
Lejekontrakt	3
Indskud	4
Boligstøtte og varmetillæg	4
Forbrugsafgifter.....	4
TV og internet.....	5
Telefon.....	5
Indflytning i plejebolig.....	5
Din bolig er også en arbejdsplads.....	6
Værdigenstande	6
Praktiske opgaver i forbindelse med flytningen.....	6
Indflytningssamtale og eventuelt opfølgende samtale.....	7
Hverdagen på plejecenteret.....	7
Mad og servicepakker	7
Rengøring af din bolig	8
Tøjvask.....	8
Indkøb og ledsagelse	8
Husdyr	9
Rygning	9
Til pårørende	9
Hverdagen	9
Højtider.....	10
Den sidste tid og fraflytning	10
Kontaktinformation	11

Indledning

Nu hvor du tilbydes en plejebolig, ser vi frem til at byde dig velkommen og lære dig at kende. Vi har forsøgt at samle en række af de mange informationer, som du kan få brug for, i denne pjece. Vi håber den kan hjælpe dig og dine pårørende med at forberede jer så flytningen bliver så smidig som muligt.

I pjecen finder du praktiske informationer om at bo i en plejebolig, såsom indflytning, husleje, lejekontrakt og indretning af boligen. Vi har også inkluderet en lille huskeliste med ting, der kan være gode at have styr på inden indflytningen.

Derudover indeholder pjecen informationer om hverdagen her på plejecentret, såsom rengøring, indkøb og ”hverdagens gang” i huset. Vi håber, at disse oplysninger vil være nyttige og give dig en god start i dit nye hjem.

Om at være en del af et plejecenter

Når du bor i en plejebolig, har du din egen lejlighed samtidig med, at du er en del af et plejecenter med naboer, fællesarealer og personale.

Livet og aktiviteterne på plejecentrene vil i størst muligt omfang svare til de dagligdags aktiviteter, som du kender fra dit eget hjem. Der er rolige ”dagligdags” omgivelser, og der er mulighed for at deltage i forskellige arrangementer, som personale, beboere og pårørende planlægger og afholder sammen.

Vi ved, at familie og pårørende er vigtige både for dig og for os som samarbejdspartnere. Vi tager afsæt i, at det er dit eget hjem, hvor der også skal være rart for familie og venner at komme og tage del i hverdagen. Det vil altid være muligt for pårørende at tale med personalet, for at høre om dagligdagen og deres kære. Som familie og pårørende er det nemmest at komme i kontakt med personalet efter kl. 10.30, hvor den travleste del af morgenen er ovre.

Når du bliver tilbudt en plejebolig

Fremvisning

Når du bliver tilbudt en plejebolig, kan du aftale en fremvisning af boligen med plejecenteret. Telefonnummeret du skal bruge, fremgår af tilbuds brevet, du har modtaget. I respekt for de øvrige beboere, er det ikke muligt at få fremvist boligen uden forudgående aftale. Fremvisning foregår på hverdage. Da du bliver lejer af en plejebolig, skal du og/eller en pårørende også deltage i et indflytningssyn af boligen sammen med en teknisk servicemedarbejder. Dennes telefonnummer fremgår også af tilbuds brevet.

Lejekontrakt

En plejebolig er en lejebolig, og du skal betale husleje, indskud og forbrug, på lige fod med andre lejeboliger.

Det er Lemvig Kommunes Direktionssekretariat, som står for lejekontrakten. Derfor skal du kontakte Direktionssekretariatet på telefon: 9663 1206 eller 9663 1214, hvis du har spørgsmål til lejekontrakt eller andet, som vedrører dig som lejer af boligen.

Direktionssekretariatet laver en lejekontrakt. Det er ikke sikkert, at lejekontrakten er klar på indflytningsdagen, men så kommer den hurtigst muligt derefter. Det er ikke en betingelse, at du har underskrevet lejekontrakten før, at du flytter ind.

Når du flytter ind i en plejebolig, modtager du fortsat pension. Du modtager en faktura med en huslejeopkrævning, som kan tilmeldes betalingsservice. Du betaler aconto for nogle forbrugsudgifter via huslejen. Hvis du skal have penge tilbage for forudbetalt forbrug, betales dette tilbage til din NemKonto. Du betaler husleje og forbrug fra den dato, du har rådighed over boligen.

Hvis din husleje stiger, får du besked med 3 måneders varsel. Direktionssekretariatet giver besked til Udbetaling Danmark om huslejestigninger, så din eventuelle boligstøtte bliver rettet.

Indskud

Jf. lejeleven skal der betales et indskud. Indskuddet er på 2 % af udgifterne til byggeriet, da boligen blev bygget. Der er derfor forskel på indskuddets størrelse på de forskellige plejeboliger. Har du brug for hjælp til at betale indskud, kan du søge om indskudslån hos Lemvig Kommunes Borgerservice. Det er dog en forudsætning, at du ikke selv har pengene. Hvis du har mere end 20.000 kr. + indskuddets størrelse, kan du ikke få et lån.

Direktionssekretariatet kan hjælpe dig med at lave og sende en ansøgning om indskudslån. Du kan kontakte Direktionssekretariatet på telefon: 9663 1206 eller 9663 1214.

Boligstøtte og varmetillæg

Du kan søge boligstøtte, når du bor i en plejebolig. Boligstøtte kan søges hos Udbetaling Danmark på hjemmesiden www.borger.dk. Har du problemer med ansøgningen, kan du kontakte Udbetaling Danmark på telefon: 7012 8063. Hvis du vil have boligstøtte fra den dag, du flytter ind, skal ansøgningen sendes til Udbetaling Danmark senest en måned efter indflytning.

Som pensionist kan man også søge om varmetillæg. Tillægget dækker ikke alle dine varmeudgifter, og du vil derfor stadig selv skulle betale en del af dem. Der er et maksimum for, hvor stor en varmeudgift, der kan ydes varmetillæg til. Hvis du vil søge varmetillæg, kan du kontakte Lemvig Kommunes Borgerservice på telefon: 9663 1200.

Forbrugsafgifter

Det fremgår af din lejekontrakt, om du betaler forbrugsafgifter (varme, el og vand) til forsyningsselskabet eller til kommunen. Du vil hvert år modtage et regnskab, når forbrugsåret er overstået. Regnskabet kan enten komme fra forsyningsselskabet eller kommunen.

Vi tilmelder el til forsyningspligt-leverandøren, som p.t. er Jysk Energi (tidligere NOE). Hvis du som lejer ønsker at gøre brug af din ret til at købe el på det frie marked, kan du kontakte Jysk Energi og få flyttet din tilmelding til en anden leverandør. Der er aflæst el inden du flytter ind.

TV og internet

Har du et tv, sørger vi for, at du kan se DR's gratiskanaler. Hvis du ønsker at se andre kanaler, fx TV2, skal du selv bestille og betale det. Det kan ske ved flere udbydere, fx Norlys og YouSee. På Hav-Fjord er der kabel-tv fra YouSee. Her betaler du selv for den pakke, du vælger ved indflytning.

Vil du have internet i din lejlighed, skal du selv bestille det hos en udbyder.

Telefon

Der er telefonstik i alle lejligheder, men du skal selv sørge for at få telefonen tilmeldt/flyttet via telefonselskabet.

Indflytning i plejebolig

Plejeboligen er en 1- eller 2-værelses lejlighed med eget toilet og bad samt et lille køkken med køleskab. Lejlighederne er forskelligt indrettet, men er alle mellem 50-81 kvm. Det vil for mange betyde, at der ikke er plads til alle dine møbler i den nye bolig. Ved at bruge møbler fra din tidligere bolig, som du kender og holder af, kan du gøre din bolig mere hjemlig og genkendelig, men du skal være forberedt på at skulle prioritere, hvad du ønsker at have med.

Du og dine pårørende står for indflytning samt indretning af din bolig. I boligen er der dog allerede skabe samt en plejeseng. Udover en seng har de fleste plejeboliger plads til en lille sofa, lænestol og et sofabord, og et lille spisebord.

Udover møbler vil du typisk have brug for:

- Gardiner. Som udgangspunkt skal man selv have gardiner med, men spørg på plejehjemmet, om der er mulighed for leje eller overtagelse af nuværende gardiner.
- Lamper
- Billeder og andre pynteting
- Dyne og hovedpude, evt. sengetæppe
- Sengelinned

- Tøj
- Toiletsager
- Medicin og doseringsæsker
- Papirkurv og affaldsspand
- Håndklæder og vaskeklude
- Karklude og viskestykker til dit tekøkken

Din bolig er også en arbejdsplads

Din bolig bliver også en arbejdsplads for plejepersonalet, der skal hjælpe dig i dagligdagen. Det er derfor vigtigt, at indretningen giver den nødvendige plads, så vi bedst muligt kan hjælpe dig. Det kan typisk også betyde behov for hjælpemidler. Derfor er der visse hensyn, I skal tage i betragtning i indretningen:

- Undgå løse tæpper, da de er nemme for dig at falde over, og kan være svære at køre hen over med f.eks. rollator eller andre hjælpemidler.
- Alt efter dit behov for hjælp, kan det være nødvendigt at plejesengen står frit ud fra væggen, så du kan hjælpes fra begge sider. Det optager mere plads i din bolig, som der også skal tages hensyn til i den øvrige indretning.

Værdigenstande

Det er en god ide at vurdere, hvor mange smykker og lignende du har behov for. Du kan få graveret navn i briller, ure og smykker, og eventuelt investere i en aflåst boks, som kun du selv og/eller dine pårørende har adgang til.

Vi anbefaler ligeledes at du ikke har kontanter liggende fremme i plejeboligen.

Praktiske opgaver i forbindelse med flytningen

I forbindelse med flytningen er der en række praktiske ting, som du og dine pårørende skal huske:

- **Melde flytning:** Du skal melde flytning til Folkeregistret. Det sker på www.borger.dk. Husk også at melde flytning ved apoteket og lignende.

- **Flytte forsikringer:** Som beboer på plejecenter skal du selv sørge for indboforsikring. Vær opmærksom på, at indboforsikringen kan ændres til en speciel plejehjemsforsikring.
- **Sætte mærker i tøj og på andre genstande:** Der skal sættes mærker i tøjet, så det kommer tilbage til den rette ejermand efter vask. Personalet vil fortælle, hvordan tøjet skal mærkes. Det kan også være en god ide at sætte mærker på andre genstande i boligen.

Indflytningssamtale og eventuelt opfølgende samtale

Enten før eller kort tid efter, du er flyttet ind, tilbydes en indflytningssamtale med dig og dine pårørende. Til mødet aftaler I, sammen med personalet, de praktiske ting omkring din nye hverdag, og snakker om dine interesser, ønsker, behov og livshistorie. Hvis der er behov for en opfølgning på indflytningssamtalen efter nogle måneder, kan det aftales med lederen eller personalet.

Hverdagen på plejecenteret

Mad og servicepakker

Uanset hvilket plejecenter du flytter ind på, vil personalet stå for mad til alle måltider. Prisen på maden er en politisk fastsat takst og er den samme på alle plejecentre. Prisen kan ses på kommunens hjemmeside. Beløbet trækkes over din pension.

Derudover er der en servicepakke på 300 kr. pr. måned, som også trækkes over pensionen, og som dækker udgifter til:

- Rengøringsmidler og -artikler fx toiletbørste, toilettrens, kalkfjerner, gulvsæbe, gulvmoppe, støvsugerposer.
- Plejeartikler fx toiletpapir, håndklædeark, skumvaskeklude, håndsæbe, desinfektionsmiddel.
- Tøjvask fx vaskepulver og skyllemiddel.
- Vinduesvask – indvendig og udvendig i egen bolig.
- Neonrør/elpære til fastmonterede lamper i egen bolig.
- Tilskud til bårebuketter á 150 kr. pr. buket.

Rengøring af din bolig

Personalet står for rengøringen af badeværelse og stuen. Der gøres rent hver 14. dag jf. kommunens serviceniveau.

Rengøringen indebærer gulvvask, aftørring af flader, rengøring af kumme, spejl og håndvask på badeværelset, skift af sengelinned, evt. rengøring af div. Hjælpemidler og tømning af affald efter behov. Vi er opmærksomme på, at dette ikke altid opleves som tilstrækkeligt, du og dine pårørende er derfor velkomne til selv at fortage ekstra rengøring, hvis I ønsker dette, uden det påvirker det kommunale serviceniveau.

Tøjvask

Personalet står for vask af alt vasketøj. Alt vaskes i vaskemaskiner, og dit tøj skal derfor kunne tåle maskinvask. Har du tøj, som ikke tåler maskinvask, vil vi bede din pårørende om at stå for vask af dette. Der kan ikke rulles sengetøj.

Indkøb og ledsagelse

Mens plejecenteret står for indkøb af alt til fællesarealer og madlavning, så skal du og dine pårørende selv indkøbe følgende ting:

- Toiletsager til personlig pleje og hygiejne, såsom cremer, tandbørste og tandpasta, sæbe og lignende.
- Medicin. I kan eventuelt lave en leveringsaftale med apoteket, som ofte allerede leverer medicin til plejehjemmet.
- Tøj og andre personlige ting, som du mangler.
- I skal også selv sørge for at få ordnet briller, ure osv., hvis det skal repareres.

Når du skal til lægen, til tandlæge eller har andre aftaler udenfor plejecenteret, er det dine pårørende, der skal ledsage dig og stå for transport. Plejecentrene har tilknyttet frisører og fodplejer, som kommer til plejecenteret efter aftale. Ønsker du at bruge en anden frisør eller fodplejer, skal dine pårørende ligeledes stå for transporten. Det er også dig eller dine pårørende, der skal tømme din postkasse, hvis ikke andet er aftalt.

Husdyr

Husdyr er desværre ikke tilladt på plejecentrene. Dyr kan komme på besøg, men kun sammen med gæster og kun i egen plejebolig.

Rygning

Det er ikke tilladt at ryge på plejecentrenes fællesarealer. Dog er det tilladt at ryge i sin egen plejebolig, men der er en række forholdsregler, som vi beder både beboere og besøgende tage hensyn til. Hvis du er ryger, anbefaler vi, at der ryges udenfor. Undtagelsesvis kan rygning foregå i din egen bolig. Da personalet også kommer i din bolig, skal der tages hensyn til, at de ikke udsættes for passiv rygning. Derfor skal du, hvis du ryger:

- købe og bruge en luftrenser
- lufte ud før personalet skal hjælpe dig
- holde pause med rygning, mens personalet er i din bolig

Til pårørende

Som pårørende kan det være en stor beslutning og omvæltning, når ens kære flytter på plejecenter. Det tager tid at falde til et nyt sted med en ændret hverdag, både for jer som pårørende og for jeres familiemedlem. Vi vil som plejepersonale støtte jer alle, og for at vi kan gøre det bedst muligt, er det vigtigt, at vi kender vores kommende beboers livshistorie.

Giv derfor gerne personalet information om jeres familiemedlem, så de hurtigere kan lære ham/hende at kende. Det kan for eksempel være information om daglige vaner, yndlingsmusik eller yndlingsbeskæftigelse.

Hverdagen

Selvom jeres familiemedlem nu bor på plejecenter, er plejeboligen stadig deres eget hjem. Det betyder, at vedkommende ikke behøver opgive deres daglige rutiner og interesser. Vi vil gerne have, at I fortsat er en stor del af jeres kæres liv og I er velkomne til at besøge vedkommende præcis som før. Hvis I ønsker at spise sammen, skal I dog selv medbringe jeres egen mad.

I kan fortsætte med at gøre de ting, I plejer at gøre sammen, hvad enten det er en gåtur, en kop kaffe eller en hyggelig snak. Hvis I før har hjulpet med lægebesøg og lignende, så fortsætter I bare med det.

Det er helt naturligt, at det kan kræve forventningsafstemning eller bare en snak om løst og fast. Lederen og personalet er altid åbne for dialog og gør deres bedste for både beboere og pårørende.

Ældre Sagen har lavet en bog specifikt til pårørende. Bogen kommer blandt andet med råd til det gode besøg, samarbejde med personale, og hvordan du kan passe på dig selv. [Der er gratis adgang til bogen på Ældre Sagens hjemmeside](#) (søg evt. på "300 gode råd").

Højtider

Det er naturligt, at I gerne vil være sammen med jeres kære til højtider. Selvom plejecentret serverer eks. julemiddag til beboerne, har stedet ikke kapacitet til at skulle lave mad til mange gæster eller plads i fællesrummet til, at mange kan spise med. Hvis I vil tilbringe højtiderne på plejecentret, er der mulighed for, at én person kan spise med mod betaling, hvis I snakker med personalet i god tid. Hvis I er flere gæster, skal I selv medbringe mad og spise i lejligheden.

Den sidste tid og fraflytning

Det kan være svært at forholde sig til, men vi har dog erfaret, at det kan være rart for de pårørende at kende til processen for fraflytning på forhånd.

Ved dødsfald vil personalet gerne imødekomme jeres ønsker. Tal med personalet ved lejlighed og få evt. ønsker skrevet ned. I kan forberede jer på denne samtale allerede inden den pårørende flytter i en plejebolig. På nettet findes der mange fine værktøjer, som kan hjælpe jer med at tage hul på nogle af disse samtaler. Herunder er der links til to eksempler:

- <https://livogdoed.dk/temaer/min-sidste-vilje/> – ønsker til begravelse
- <https://www.aeldresagen.dk/viden-og-raadgivning/penge-og-pension/arv-og-testamente/testamente/behandlings-og-livstestamente> – ønsker til behandling

Ved fraflytning eller dødsfald skal I sætte tid af til at tømme og rengøre lejligheden. Lederen og servicemedarbejderen vil kontakte jer i den forbindelse og vil vejlede jer i processen. Når lejligheden er tømt og rengjort, vil den blive synet af servicemedarbejderen sammen med jer, og indskuddet minus eventuel huslejerestance og mislighold af lejligheden tilbagebetales. Jo kortere tid denne proces tager, desto før kan en ny borger, med behov for en plejebolig, flytte ind.

Udbetalingen af pension og boligstøtte stopper samme dag, som din pårørende går bort, men der betales husleje i opsigelsesperioden (løbende måned +1 måned) eller til boligen bliver genudlejet.

Vi håber, at denne pjece har hjulpet jer på vej mod den nye hverdag. Har du/I spørgsmål, har vi samlet kontaktinformationer herunder:

Kontaktinformation

Spørgsmål ang. lejekontrakt, indskud, boligstøtte o.l.:

Direktionssekretariatet: Telefon: 9663 1206 eller 9663 1214

Plejecentrene:

Kontaktinformation til plejecentrene kan findes på [kommunens hjemmeside](http://kommunens.hjemmeside) www.lemvig.dk (søg evt. på "plejebolig").