

Rehabiliteringscenter Hegnsgården

Døgnrehabilitering



Velkommen

Velkommen til Rehabiliteringscenter Hegnsgården i Rudersdal Kommune.

Hegnsgården er et døgnrehabiliteringsafsnit bestående af 30 midlertidige pladser, der ligger i flotte omgivelser i nærheden af en park og en lille sø.

Hegnsgården har desuden et produktionskøkken, en træningsafdeling og et vaskeri.

Ved ankomst til Hegnsgården, vil du blive modtaget af Hegnsgårdens personale, der viser dig til rette på din stue.

Hegnsgården er bestående hovedsageligt af enestuer. Det kan dog blive nødvendigt at dele stue med en anden borger grundet pladsmangel.

Formålet med dit rehabiliteringsophold er at styrke og/eller opnå færdigheder, som du aktivt kan bruge i din hverdag – også efter endt ophold på Hegnsgården.

Hegnsgårdens personale arbejder ud fra en rehabiliterende tankegang, hvilket indebærer at personalet vil understøtte dig i at selvstændigt klare dine meningsfulde aktiviteter så meget som muligt. Du vil derfor træne og øve dig i de aktiviteter, som er vigtige for dig, således du kan klare dig selvstændigt bedst muligt.

Rehabiliteringsopholdet vil blive tilrettelagt ud fra dine individuelle behov, ønsker og mål. Derfor er ingen rehabiliteringsforløb ens.



Kontaktpersoner

Under dit rehabiliteringsophold vil du blive tilknyttet kontaktpersoner fra plejepersonalet og træning, der i samarbejde med dig, dine pårørende og øvrigt personale ønsker at sikre dig et trygt og tilrettelagt ophold.

Rehabiliteringsopholdet

Under dit ophold vil du blive tilknyttet en eller flere kontaktpersoner fra plejepersonalet og en fysio- og ergoterapeut, der i samarbejde med dig, dine pårørende og det øvrige personale vil planlægge og tilrettelægge et godt rehabiliteringsophold for dig. Din rehabilitering - også kaldt din genoptræning - kan bestå af individuel træning og/eller holdtræning, hvilket din fysio- og ergoterapeut vurderer individuelt.

Det er vigtigt, at du er så aktiv og selvstændig som muligt igennem hele døgnet, således du får mest ud af dit rehabiliteringsophold – og dermed øger dit funktionsniveau mest muligt.

Din rehabilitering foregår derfor ikke kun når dine terapeuter er sammen med dig, men især også med plejepersonalet og dine pårørende. Terapeuterne er her i hverdagene.

Din rehabilitering består derfor ligeledes af at gå til/fra din seng – herunder selv komme ind/ud af din seng, gå til/fra dit toilet, gå til/fra dagligstuen i forbindelse med måltider - eventuelt med og/eller uden ledsagelse samt selv udføre dit udleverede selvtræningsprogram og udføre helt almindelige dagligdagsaktiviteter. Dette kan eksempelvis være at tage bad, af- og påklæde sig, rede din seng og holde orden på din stue.

Det er derfor vigtigt, at du er så aktiv som muligt i dine vågne timer, således du får mest ud af dit rehabiliteringsophold.



Planmøde

Efter din ankomst til Hegnsgården vil der afholdes et planmøde, hvor der efter dine individuelle behov og ønsker, udarbejdes en plan – og herunder mål - for dit rehabiliteringsophold på Hegnsgården i samarbejde med din kontaktperson og dine terapeuter. Hertil er hensigten at indbyrdes at forventningsafstemme i forhold til dit rehabiliteringsophold. Det planmøde afholdes cirka indenfor 3 hverdage. Dette møde afholdes som udgangspunkt på din stue, og dine pårørende er meget velkomne til at deltage.

Forud for planmødet, vil dit funktionsniveau været blevet vurderet af din fysio- og/eller ergoterapeut.

Statusmøde

Efter cirka 10 dages rehabiliteringsophold vil der afholdes et statusmøde, hvor der evalueres på den plan og tilhørende mål, der blev sat ud fra dine individuelle behov og ønsker på forrige møde. Ligeledes vurderes et eventuelt behov for justeringer af dine individuelle behov og ønsker samt en eventuelt forventet udskrivningsplan fra Hegnsgården. Hvis dine individuelle behov og ønsker ændrer sig i løbet af dit rehabiliteringsophold, tages der stilling til andet i samarbejde med dig og eventuelt dine pårørende.

Dette møde afholdes ligeledes som udgangspunkt på din stue, og ligeledes er dine pårørende velkomne.

Hjemmebesøg

Undervejs i dit rehabiliteringsophold, kan der vurderes et behov for et hjemmebesøg for at vurdere din færden og hvorvidt der er behov for eventuelle boligændringer, hjælpemidler og hjælp i dit hjem før du udskrives fra dit rehabiliteringsophold på Hegnsgården.

Dette hjemmebesøg foretages i samarbejde med din(-e) terapeuter, hvor de efter behov inviterer en rehabiliterede terapeut, en sagsbehandlende terapeut, en medarbejder fra hjemmeplejen m.fl.



Udskrivningsmøde

Før din forventede udskrivelse fra Hegnsgården vil der afholdes et udskrivningsmøde, hvor du og eventuelt dine pårørende samt din kommunale visitator, kontaktperson og ved behov dine terapeuter deltager.

På dette møde italesættes hvilken hjælp du har behov for at modtage i hjemmet af hjemmeplejen, et eventuelt yderligere behov for videre træningstilbud samt en dato for din udskrivelse fra Hegnsgården.

Udskrivelsesdatoen

Når du skal udskrives fra dit rehabiliteringsophold på Hegnsgården, skal du selv sørge for din transport til dit eget hjem eller til anden bolig.

På udskrivningsdagen beder vi dig om at forlade din stue senest kl. 10:00, således at stuen kan klargøres til den kommende borger.

Du er dog meget velkommen til at opholde dig på fællesarealerne efter kl. 10:00 ved behov for dette.

Du og dine pårørende bedes selv sørge for pakke dine ejendele sammen.

Aktiviteter der understøtter din rehabilitering og genoptræning

Under dit ophold på Hegnsgården, er det vigtigt at du i størst muligt omfang bruger dine vågne timer aktivt.

Disse aktiviteter kan foregå inde- og udenfor omkring Hegnsgården.

- At deltage så aktivt som muligt i dine egne praktiske gøremål i løbet af dagen – eksempelvis holde orden på din egen stue, rede din egen seng.
- At deltage og gå til/fra alle måltider, som foregår i den fælles dagligstue – evt. med støtte fra personalet ved aftalt.
- At deltage på tilbudt holdtræning 2 gange om ugen
- At udføre dit udleverede selvtræningsprogram – og hvis lyst gerne udføre det med dine pårørende.



Måltider

Måltiderne er en del af træningsaktiviteterne og indtages som udgangspunkt i dagligstuen i tidspunkterne:

Morgenmad: kl. 8.00 - 10.00

Frokost: kl. 12.30 - 13.30

Aftensmad kl. 18.00 - 19.00

Der er mulighed for at opbevare egne mad- og drikkevarer i et fælles køleskab på eget ansvar, som er i den fælles dagligstue.

Hvis dine pårørende ønsker at spise med, er der mulighed for at bestille mad mod betaling. Bestilling skal foretages senest dagen før, og I bedes indtage måltidet inde på din stue.

Desuden er der mulighed for at dine pårørende kan købe eftermiddags- og aften- kaffe/the.

Besøg

Dine pårørende er meget velkomne her på Hegnsgården.

Vi opfordrer dog til at dine pårørende planlægger besøgene uden for træning og måltiderne.

Dine pårørende opfordres til at støtte op om dine mål for dit rehabiliteringsophold eksempelvis ved at udføre dit selvtræningsprogram sammen med dig, gå ture - både inde og udenfor eller udføre andre aktiviteter sammen med dig.

Vi beder om at dine pårørende forlader Hegnsgården senest kl. 22.00, således vi kan sørge for ro samt en god nattesøvn mellem kl. 22.00 og kl. 08.00, da en god nattesøvn ligeledes er vigtigt i dit rehabiliteringsophold.

Ved særlige behov, bedes i aftale dette med en afdelingsleder.



Vi ligger vægt på, at besøgende bidrager til en behagelig og god stemning for alle borgere på Hegnsgården.

Praktiske oplysninger

Du bedes medbringe praktisk tøj til cirka 2 uges forbrug og gode fastsiddende sko til både indendørs og udendørs brug samt overtøj og dine toiletsager.

Huskeliste

- Praktisk tøj (Evt. joggingtøj/træningstøj)
- Fodtøj, der sidder fast på fod og hæl samt er skridsikre
- Overtøj
- Nattøj
- Strømper
- Tandbørste / protesebørste
- Tandpasta / proteseklæber
- Kam / børste
- Føntørrer
- Badesæbe (Evt. Shampoo)
- Sæbe
- Creme
- Deodorant
- Neglesaks/neglefil
- Barbermaskine /skraber
- Plaid
- Personlige hjælpemidler
- Medicin



Nødkald

Ved ankomst til Hegnsgården tildes du et nødkald, som er tilknyttet til dig og din stue. Denne kan du trykke på hvis du har behov for hjælp fra Hegnsgårdens personale. Du bedes være opmærksom på, at nødkaldet alarmerer hvis du forlader Hegnsgården.

Alkohol

På Hegnsgården harmonerer rehabilitering (træning) og alkohol meget dårligt. Derfor er der ingen mulighed for indtagelse af alkohol under dit rehabiliteringsophold.

Hjælpemidler

Hjælpemidler, som du har lånt af kommunens Hjælpemiddeldepot eller selv har indkøbt, opfordres du til at medbringe, således du kan anvende disse under dit rehabiliteringsophold. Dette kan eksempelvis være din rollator, din kørestol og ved behov din specialmadras, pude og lignende.

Læge/medicin

Der er desværre ikke tilknyttet en læge på Hegnsgården. Vi ønsker derfor at samarbejde med din egen privatpraktiserende læge efter samtykke fra dig.

Hegnsgårdens personale har desværre ikke mulighed for at ledsage dig til aftaler i forbindelse med hospitals-, læge-, tandlæge-besøg eller lignende. Hegnsgårdens personale hjælper dig dog gerne med at bestille transport i forbindelse med et hospitalsbesøg.

Vi opfordrer til at medbringe al din medicin hjemmefra i originalemballage. Hvis medicin er dosispakket fra apoteket, er denne emballage lige så gyldig som originalemballage.

Hegnsgårdens personale hjælper gerne med at administrere din medicin efter samtykke fra dig. Yderligere hjælper Hegnsgården



personale med at bestille medicin fra Nærum Apotek i samråd med dig, og du får tilsendt en regning fra apoteket til din privat-adresse.

Transport

Hvis du har en undersøgelse eller en behandling på et hospital under dit rehabiliteringsophold på Hegnsgården, er Hegnsgårdens personale behjælpelige med at informere hospitalet om dit ophold på Hegnsgården. Således arrangeres og betales transporten til/fra hospitalet af hospitalet (Regionen). Hvis du har behov for anden transport end til hospitalet, bedes du selv eller dine pårørende være behjælpelige med at arrangere transport. Transport har egenbetaling.

Rygning/levende lys

Rygning på egen stue og alle indendørs fællesarealer er forbudt. Der må dog gerne ryges på udendørsarealerne.

Vi beder om at der ikke brændes levende lys på egen stue eller på fællesarealerne af hensyn til brandfare.

Vaskeri

Hegnsgården stiller sengetøj og håndklæder til rådighed under dit rehabiliteringsophold.

Yderligere er der mulighed for at få vasket dit personlige tøj på Hegnsgården, som sorteres i net-poser á 40 eller 60 grader. Dit tøj vaskes i disse net-poser og tørres i en tørretumbler i husets vaskeri mod betaling.

Har du tøj, der skal vaskes på 30 grader eller håndvaskes, bedes du eller dine pårørende tage hånd om dette, da dette ikke foretages af vaskeriet.

Vi gemmer glemt tøj i op til 3 måneder. Du bedes dog være opmærksom på at Hegnsgården ikke erstatter bortkommet tøj.



Værdigenstande & kontanter

Hegnsgården kan desværre ikke påtage sig ansvaret for dine værdigenstande og kontanter, og du opfordres derfor i videst muligt omfang ikke til at medbringe disse på dit rehabiliteringsophold. Du har derfor selv ansvar for dine værdigenstande og dine kontanter ved at medbringe disse.

Hvis du har behov for kontanter, opfordres du til at have et mindre beløb liggende på egen stue. Der er en værdiboks placeret på din stue, som vi opfordrer dig til at anvende.

Hvis du oplever at miste dine værdigenstande, er det egen forsikring, der dækker dette. Dette gælder også for høreapparater, proteser, smykker, briller, TV, PC'er, Ipad, telefoner og lignende.

Aviser

Hvis du selv holder en avis i eget hjem, er du meget velkommen til at omdressere denne til din stue på Hegnsgården under dit rehabiliteringsophold.

Blomster

Grundet allergier er følgende blomster ikke tilladt:

Påskeliljer, pinseliljer, liljer, fresaer, Tazetter og hyacinter

Husdyr

Du må gerne få besøg af dine egne eller dine pårørendes husdyr, men disse bedes ikke være til gene for andre samt bedes altid være i snor.

Frisør/fodterapeut

Der er mulighed for at bestille en frisør, en fodterapeut og lignende udefra mod betaling ved hver behandling.

Hegnsgårdens personale er behjælpelige med at kontakte disse ved behov.

Foto

Du bedes tage hensyn til de øvrige borgere, pårørende og Hegnsgårdens personale ved et ønske/behov om at tage billeder på fællesarealer.

TV/internet

Der er et TV i fællesarealet, hvor alle er velkomne.

Hvis du ønsker et TV, en radio eller en computer på egen stue, er du velkommen til at medbringe dette til eget forbrug.

Du bedes dog være opmærksom på at TV'et højst må være 5 år gammelt for at kunne modtage de nye signaler. Der er et antenne-stik og et trådløst netværk på stuen.

Fri WiFi

Log-in foregår som følgende

1. **Indstillinger**
2. **WiFi**
3. **Vælg Borgernet**
4. **Log in --> Acceptér**
5. **OK**

Spørgsmål vedrørende dit rehabiliteringsophold

Skulle der være spørgsmål, skal du eller dine pårørende være meget velkomne til at kontakte en os – vi vil med glæde hjælpe dig!

Kontaktoplysninger til Hegnsgårdens centerleder og vores afdelingsledere findes på bagsiden af denne pjece.

Evaluering af dit rehabiliteringsophold

Hegnsgården ønsker at forbedre kvaliteten for de kommende borgere, så vi håber du har lyst til at hjælpe os med at blive bedre ved at udfylde vores evalueringsskemaer, som udleveres til dig inden du tager hjem.

Kontaktoplysninger

Rehabiliteringscenter

Hegnsgården

Alléen 7

2850 Nærum

Tlf. 4611 5120

Mail: [pleje-](mailto:pleje-@rudersdal.dk)

hegnsgaarden@rudersdal.dk

www.hegnsgaarden.rudersdal.dk

Sekretær

Helene Veiglin

Tlf. 4611 5122

Mail heve@rudersdal.dk

Team 1 – 2 tlf. 72 68 51 29

Team 3 – 4 tlf. 72 68 51 27

Centerleder

Lars Weinholt-Ludvigsen

Tlf. 72685121

Mail law@rudersdal.dk

Driftschef

Marianne Dideriksen

Tlf. 72685143

Mail madi@rudersdal.dk

Afdelingsleder

Maria Rathmann

Tlf. 7268 5126

Mail marat@rudersdal.dk

Leder af træning

Mette Zimmer

Tlf. 7268 5155

Mail metz@rudersdal.dk