



## Velkommen til en kommunal korttidsplads på Samsø Sundheds- og Akuthus

*Korttidspladsopholdet bruges som en hjælp til selvhjælp, som også kaldes for hverdagsrehabilitering. Alderen spiller ingen rolle for tildeling af plads.*

### **En korttidsplads bliver tildelt (visiteret) af visitator fra Samsø Kommune:**

- hvis du har brug for tid og støtte efter sygehusophold, før du kan vende tilbage til hverdagen i eget hjem
- hvis du har brug for genoptræning for at genvinde daglige færdigheder efter en operation
- hvis der er sket en forværring i din fysiske eller psykiske situation i hjemmet, og du har behov for et ophold, hvor du kan få den rette vejledning og støtte til at komme til kræfter
- hvis du er kronisk syg, f.eks. efter en hjerneblødning, og har brug for genoptræning
- hvis du plejes af nær pårørende og denne har brug for aflastning i form af korttidspladsophold til dig
- hvis du har brug for hjælp til daglige færdigheder, som f.eks. træning i at klæde dig på eller spise, og dette skal genoplæres, indarbejdes og styrkes med vejledning i din dagligdag

Måske gør du dig tanker om, hvordan din hverdag og dit liv kommer til at blive fremover. Det er helt normalt, at det tager tid at finde sig tilrette med, at der er ting, som du tidligere klarede selv, men nu har brug for hjælp til.

Som sundhedspersonale ved Samsø Sundheds- og Akuthuset er vi uddannede til at hjælpe dig og evt. din familie med at finde ud af, hvordan du (evt. i samarbejde med dine pårørende) bedst forbereder dig på den nye hverdag. Det er meget vigtigt for os, at opholdet bliver tilrettelagt, så det bedst muligt imødekommer dine ønsker og behov.

## Hvad vil du gerne have ud af opholdet?

Du vil blive mødt af sundhedsfagligt personale, som har erfaring med at hjælpe personer i din situation. Men det er også væsentligt for et vellykket ophold, at dine ønsker og personlige mål er styrende for opholdets formål og indhold. Vi vil derfor løbende tale med dig om, hvad der er vigtigt for dig, og så vidt muligt tilrettelægge dit ophold herefter.

Det kan for eksempel være, at det er meget vigtigt for dig, at du igen selv kan gå på toilettet. Vi vil sammen tale om, hvad det vil kræve og hvordan vi bedst kan hjælpe og vejlede dig med at genoptræne de nødvendige funktioner. Har du pårørende, er de meget velkomne til at følge og at deltage i forløbet.

## Hvad kan vi tilbyde dig?

Vi vil gerne hjælpe dig til, at lære nye rutiner og måske nye måder at bruge din krop på. Du vil måske have brug for hjælpemidler, som du vil få træning i at bruge. Det kan også være, at du fremover vil have brug for hjælp til personlig hygiejne. Det kan opleves grænseoverskridende i starten. Vi vil derfor tale med dig om, hvordan for eksempel personlig hygiejne/pleje kan foregå. Så vil du på sigt kunne instruere andre i at hjælpe dig. Du vil med tiden opleve, at du vænner dig til de nye rutiner, og at du selv styrer, hvordan personlig pleje skal foregå.

Tværfagligt samarbejde mellem Samsø Kommune og Samsø Sundheds- og Akuthus byder på muligheden for at tale og blive vejledt af en række fagpersoner. Vi vil gerne tale med dig om, hvordan vi i fællesskab bedst tilrettelægger dit forløb, så du får mest muligt ud af det.

## Tilbud som du kan benytte dig af

- træning til alle daglige gøremål (bad, påklædning, personlig pleje, måltider mv.)
- træning af muskler og led (fx gåture i sansehaven, Møllebakken og stolecykel eller kondicykel)
- tæt samarbejde med demenskoordinator/hjerneskadekoordinator
- sociale aktiviteter på Kildemosen (fx sang, fællestræning, cykling, bingo, aktivitetscafé)
- tilbud fra sundhedsafdelingen i huset:
  - rygestopvejledning
  - ernæringsvejledning
  - motionsvejledning

## Kontakt visitator

Hvis du eller dine pårørende vil vide mere om enkelte tilbud, kontakt Samsø Kommunens visitator:

*Visitation til pleje, omsorg, boliger og hjælpemidler*

*Hverdage mellem kl. 08.00 og kl. 09.00*

*Dorit Engly, telefon: 87 92 24 15*

*Christina L. Rasmussen, telefon: 87 92 24 16*

*Anette Starkner, telefon.: 87 92 24 63*

## Praktisk information

Korttidspladsophold er IKKE et sygehusophold. Du er tilknyttet din egen læge under opholdet, som du kan kontakte i lægernes telefontid.

### Gratis WI-FI

Der er gratis WI-FI i hele huset, som kan tilgås via egen mobil, tablet eller bærbar computer.

- Vælg netværket »RegionMIDT-Gæst«
- Gå til siden hotspot.rm.dk
- Log ind med enten Cpr.nr., NemID eller sms

Retningslinjer for brug af trådløst net kan du finde på [www.wifi.rm.dk](http://www.wifi.rm.dk)

### Transport

Kørsel til og fra korttidsophold (fra hjemmet) betales af borgeren selv, og transport bestilles så vidt muligt af borgeren selv eller pårørende.

Vær opmærksom på at liggende transport (fra og til hjemmet) koster omkring 1600 kr., selvom du måske i forvejen har abonnement ved Falck.

### Servicekontrakt

Samsø Kommune opkræver betaling for mad og vask af sengetøj, beskrevet i servicekontrakten, som medarbejder ved Samsø Sundheds- og Akuthus vil præsentere ved ankomst i korttidsplads.

Mad leveres fra Samsø Kommunes Køkken.

### Huskeliste

Husk!	Medbragt	Hentes af	Bemærkning
<b>Sygesikringskort</b>			
<b>Medicin</b> Evt. doseringsæsker			
<b>Toiletartikler</b> Mild sæbe/creme, evt bleer			
<b>Personlig beklædning</b> (undertøj, nattøj, træningstøj, sandaler eller evt. snøresko)			
<b>Personlige hjælpemidler</b> (gangstativ, kørestol, høreapparat, strømpepåtager til støttestrømper mv.)			Du er selv ansvarlig for at relevante hjælpemidler medbringes
<b>Evt. egen dyne og pude</b>			
<b>Evt. mobiltelefon, bøger, radio, husnøgler mv.</b>			

## Træning og genoptræning

### Træning af færdigheder

Træning af færdigheder er en naturlig del af opholdet.

Det vil sige, at du – så vidt muligt – skal være aktiv i de daglige gøremål som for eksempel er personlig pleje og påklædning.

Det er vigtigt at du under opholdet benytter dig af muligheden for at være aktiv i trygge rammer: Gå ture inde og ude, selv at gå i bad, spise og også opholde dig udenfor stuen, fx i dagligstuen eller i godt vejr på terrassen.

Der tilbydes individuel træning for alle borgere under vejledning af plejepersonalet.

Tiltag, aktiviteter og beskeder kan noteres med tusch på tavlen i borgerstuen.

Måltider må gerne indtages i dagligstuen.

### Genoptræning

Genoptræning efter genoptræningsplan (efter sygehusindlæggelse) og genoptræning efter faldende funktionsniveau (skal visiteres) foretages af fysioterapeut og ergoterapeut fra den kommunale sundhedsafdeling. Det vil typisk finde sted 2 gange om ugen. Du skal selv træne de andre dage, og det kan evt. planlægges via et personligt skema i samråd med personalet.

Den kommunale sundhedsafdeling tilbyder udover visiteret genoptræning gratis rygestop rådgivning og vejledning omkring ernæring, alkohol misbrug og motion via de lokale sundhedskonsulenter i huset.

### Modtagelse og evaluering

Der afholdes en modtagelsessamtale sammen med din kontaktperson (efter dit ønske også med dine nærmeste pårørende) i de første dage efter ankomsten til korttidsplads. Der afholdes en evalueringssamtale sidst ved opholdet, hvis du er interesseret i at deltage.

Inddragelse af dig og evt. dine pårørende tilstræbes så vidt som muligt.

*Vi ønsker dig et godt ophold og håber, at vi i et godt samarbejde kan være med til at øge din livskvalitet.*

### Vigtige telefonnumre

#### Personale ved Samsø Sundheds- og Akuthus (døgnbemandet)

Tlf.: 30 46 36 89

#### Borgertelefon ved korttidsplads

Tlf.: 21 26 77 98

#### Træning, Samsø Kommune Sundhedsafdelingen

Tlf.: 97 92 19 67

#### Rygestopinstruktør, Samsø Kommune Sundhedsafdelingen

Tlf.: 30 95 40 96

#### Samsø Kommune

Mandag til torsdag kl. 09.00-12.00 og kl. 13.00-15.00,

Tlf.: 87 92 22 00

#### Præst på Samsø

Tlf.: 86 59 60 01