

GILDIN OKKAR

Heiðarleiki
Tillitsemi
Gleði
Virðing
Stundvísi



Finndu okkur á:

www.vigdisarholt.is
vigdisarholt@vigdisarholt.is
+354 - 560 4100

SUNNUHLÍÐ

Hluti af Vigdisarholti



Áherslur í hjúkrun og umönnun

Hjúkrunin miðast að því að efla og styrkja heimilismenn til sjálfshjálpar en aðstoða þar sem getu sleppir. Við mætum hverjum íbúa þar sem hann er staddur og virðum sjálfræði hans. Við leggjum áherslu á heimilislegt andrúmsloft með vellíðan og öryggi allra að leiðarljósi. Til að auðvelda aðlögunarferlið er lögð áhersla á samvinnu við íbúann og aðstandendur hans. Innan þriggja mánaða eftir flutning er haldin fjölskyldufundur og saman farið yfir öll helstu mál. Þegar lífslok nálgast er það hlutverk umönnunaraðila að veita líknandi meðferð og meðferð við lífslok til að einstaklingurinn geti haldið reisu sinni og átt friðsælt andlát. Þjónustan byggir á einstaklingsbundnu mati á heilsufars- og félagslegum þörfum íbúans. Farvegur fyrir ábendingar og kvartanir varðandi aðbúnað og umönnun berast til framkvæmdastjóra hjúkrunar.

MARKMIÐ SUNNUHLÍÐAR

Markmið hjúkrunarheimilisins Sunnuhlíðar er að vera ávallt í fremstu röð hjúkrunarheimila í landinu hvað varðar þjónustu við heimilismenn, aðbúnað þeirra og starfsfólks. Áhersla er lögð á góða samvinnu, opin og jákvæð samskipti og gagnkvæmt traust.

Heimasíðan

Heimasíða Sunnuhlíðar er www.vigdisarholt.is. Facebook síða er til fyrir aðstandendur þar sem settar eru helstu tilkynningar og myndir. Heitir síðan Sunnuhlíð - aðstandendur.



Lundur

Á Lundi búa um 30 heimilismenn í einbýlum sem eru ýmist með eða án sér baðherbergi.

Deildarstjóri er *Bjarnheiður M. Ingimundaróttir* og er hún við flesta virka daga á milli 8 - 16.

Netfang: bjarnheidur@sunnuhlid.is og s. 560 4180.

[Vaktsími: 694 8232 / 897 3857](tel:6948232)

Sunnuhlíð

Starfsemin

Á hjúkrunarheimilinu eru 50 hjúkrunarrými. Heimilinu er skipt upp í 3 deildir; Lundur, Hvammur/Þinghóll og Álfhóll. Unnið er að endurbótum á Sunnuhlíð um þessar mundir

Hugmyndafræðin Þjónandi leiðsögn er höfð að leiðarljósi í okkar starfi.

Framkvæmdarstjóri hjúkrunar er Svanlaug Guðnadóttir; svana@sunnuhlid.is

Álfhóll

Deildin er á tveimur hæðum Á efri hæðinni búa 20 manns og á neðri hæðinni búa 7.

Deildarstjóri er Jóhanna Kristjánsdóttir og er hún við flesta virka daga á milli 8 -16.

Netfang: johannak@sunnuhlid.is og s. 894 4247.

Sími vaktstjóra er 894 4123

Við erum hér fyrir þig og þína



Sjúkráþjálfun

Sjúkráþjálfun er staðsett á jarðhæð, austurálmú. Þar eða í sínum herbergjum fá þeir sjúkráþjálfun sem það þurfa og geta nýtt sér. Hópleikfimi er í boði. Markmið sjúkráþjálfunar er að örva og viðhalda líkamlegri færni heimilismanna, endurhæfa eftir sjúkdóma og brot, vinna að forvörnum, útvega hjálpartæki, veita fræðslu til heimilismanna, aðstandenda og starfsfólks.

Sjúkráþjálfun er í samstarfi við iðjubjálfa að útvega íbúum hjálpartæki. Sé íbúi með tæki heima má hann kom með þau með sér. Annars er sótt um til Hjálpartækjamiðstöðvarinnar hjá Sjúkratryggingum Íslands.

Iðjubjálfun og félagsstarf

Iðjubjálfi er starfandi á Sunnuhlíð og stýrir hann félagsstarfi, samverum og Iðjubóli.

Fjölbreytt samvera er í boði alla daga vikunnar milli kl. 10 -12. Þar er lesið, spilað, spjallað, unnin handavinna, bíósýningar, málað, litað, tekið á móti barnakórum og margt fleira. Alla mánudaga eftir hádegi er söngstund með píanóleik og á fimmtudögum er messa þar sem prestar Kópavogs skiptast á að koma í heimsókn til okkar ásamt organista. Margt annað er í boði eftir hádegi eins og tónleikar, boccia, kóraheimsóknir, böll, dansýningar og fleira tilfallandi. Á sumrin er boðið upp garðyrkju þar sem ræktuð eru jarðaber, gulrætur og fleira. Í samstarfi við sjúkráþjálfun er boðið upp á léttu göngutúra á sumrin. Við höfum einnig tekið þátt í Kvinnahlaupinu og nýtum hvert tækifæri til að gleðjast saman hér í Sunnuhlíð. Verkefnið „Hjólað óháð aldri“ hefur glatt marga hér í Sunnuhlíð, en þá kemur sjálfboðaliði sem fer í hjólatúr með íbúunum.





Gjafasjóður

Minningarkort Sunnuhlíðar eru seld á skrifstofu íbúða Sunnuhlíðarsamtakanna. Til að kaupa kort má annað hvort hringja í s. 560 4101 á mán., miðv. og fimd. kl. 9-12. Einnig er það hægt á heimasíðunni. Allur ágóði af sölu minningarkortanna rennur til styrktar hjúkrunarheimilinu til kaupa á tækjum eða öðru heimilismönnum og starfsfólki til góða.

Læknisþjónusta

Samningur um læknisþjónustu er við Heilsuvernd. Ákveðinn læknir sinnir heimilismönnum á dagvinnutíma virka daga og kemur í húsið þrisvar í viku. Heilsuvernd sinnir einnig vaktþjónustu utan dagvinnutíma.

Við flutning á hjúkrunarheimili flyst öll umsjón og ábyrgð læknisþjónustu yfir á lækni heimilisins.

Ef heimilismaður fer til sérfræðings eða pantar lyf án milligöngu lækna heimilisins ber honum að greiða fyrir þá þjónustu sjálfur.

Sunnuhlíð greiðir ekki fyrir tannlæknaþjónustu.

Lyf

Lyf eru afgreidd vélskömmtuð fyrir hvern heimilismann frá Lyfjaveri.

Lín - þvottþjónusta

Þvottahúsið Fönn sér um allan þvott fyrir Sunnuhlíð og því mikilvægt að fatnaður íbúa þoli allan þvott og þurrkun í vél.

Heimilismenn og þeirra aðstandendur hafa val um að þvo sjálfir einkafatnað heimilismanna eða láta Fönn þvo þvottinn (án ábyrgðar). Þvottahúsið Fönn sér um að merkja einkafatnaðinn.

Þvott sem þarf að handþvo eða hreinsa sjá heimilismenn eða þeirra aðstandendur sjálfir um og einnig viðhald og endurnýjun fatnaðar.



Ýmsar upplýsingar

- Heimsóknartími er frjál og eru ættingjar og vinir heimilismanna hvattir til samskipta við sitt fólk. Bíltúrar, gönguferðir og heimsóknir til ættingja eru skemmtun og tilbreyting. Ávallt ber að láta starfsfólk vita ef heimilismenn fara út. Lengd slíkra ferða skal meta eftir því sem heilsa og aðstæður leyfa. Gott er líka ef aðstandendur geta tekið þátt í skemmtunum og ýmsum viðburðum með þeim íbúum sem ekki treysta sér til þess án aðstoðar.
- Nauðsynlegt er að aðstandendur tilkynni hjúkrunarfræðingi breytt símanúmer og heimilisföng. Ef aðstandandi fer í frí er mikilvægt að skilja eftir nafn og símanúmer þess sem leita má til.
- Heimilismaður er frjál allra sinna ferða og getur dvalið að heiman í lengri eða skemmri tíma. Af öryggisástæðum þarf að tilkynna um fjarveru hjá hjúkrunarfræðingi á vakt.
- Heimilismenn sjá sjálfir um útvegum þeirra persónulegu hluta sem þeir þurfa á að halda eins og snyrtivörur, hárfvottavörur, krem, rakáhöld, tannbursta og annað þess háttar.
- Mikilvægt er að aðstandendur aðstoði heimilisfólk við að fylgjast með fatnaði þeirra og yfirfara reglulega, sérstaklega fyrir stórhátíðir.
- Sunnuhlíð ber ekki ábyrgð á fjármunum eða persónulegum eignum heimilismanna s.s. *heyrnartækjum*, *gleraugum*, tanngómum (gervitönnum) eða tannpörtum, bókum, húsgögnum, málverkum, peningum né fatnaði og bætir ekki slíkar eigur tapist þær. Heimilismönnum er bent á að tryggja verðmæta muni. Eins að vera ekki með mikla peninga á staðnum.
- Ættingjum er bent á að gefa ekki kertaskreytingar með lifandi kertum vegna eldhættu.
- Þegar heimilismönnum eru færð blóm er nauðsynlegt að hafa í huga að mörg blóm eru ofnæmisvaldar.

Herbergin eru búin sjúkrarúmi, náttborði, fataskáp, ljósum rúllu- og gluggatjöldum. Tengingar eru fyrir sjónvarp og þurfa heimilismenn sjálfir að sjá um að tengja og kaupa þær áskriftir sem þeir kjósa. Ekki er leyfilegt að festa sjónvörp upp á vegg nema að ætlunin sé að þau verði ekki tekin niður aftur og þá í samráði við stjórnendur deildarinnar.

Hjúkrunarkallkerfi er á hverju herbergi. Heimilið útvegar rúmföt og handklæði. Að öðru leyti kemur hver með sinn húsbúnað í samráði við stjórnendur deildarinnar. Gott er að miða við að þrif og umönnun verði auðveld. Hver heimilismaður er beðinn um að koma með tvö teppi annað til að breiða yfir rúmið á daginn og hitt til að breiða yfir sig við hvíld á daginn.

Geta má þess að upp geta komið þær aðstæður að nauðsynlegt þykir að flytja heimilismann í annað herbergi eða á milli deilda.

Við andlát eða flutning af heimilinu þarf að rýma herbergið innan þriggja daga.



Þjónustukjarni Sunnuhlíðar

Hársnyrtistofa Sunnuhlíðar.

Hársnyrtistofan er opin alla daga vikunnar. Heimilisfólk greiðir sjálf fyrir þessa þjónustu.

Fótaaðgerðastofa Esterar

Fótaaðgerðastofan er opin alla daga vikunnar frá kl. 9 - 16. Íbúar greiða sjálfir fyrir þessa þjónustu.

Dagdvöl Sunnuhlíðar er staðsett í þjónustukjarnanum.

Hún er með starfsemi alla virka daga frá kl. 8 til 16.

Salur.

Hægt er að fá leigðan sal á 1.hæð þjónustukjarnans fyrir afmælisveislur íbúa ofl. Pantanir eru í s. 892-6836 eða á netfangi - eldhus@sunnuhlid.is.

Greiðslur fyrir dvöl á hjúkrunarheimili

Greiðslur fyrir dvöl á hjúkrunarheimili eru í formi hjúkrunardaggjalda og eru ákveðin af Heilbrigðisráðuneytinu. Greiðsluhlutinn er tekjutengdur og Tryggingastofnun ríkisins sér um útreikning þess. TR s. 560-4400 / <http://www.tr.is>. Vigdísarholt sér um innheimtu fyrir TR.

Ef íbúi þarf að taka þátt í hjúkrunardaggjaldinu sendist reikningur frá Vigdísarholti mánaðarlega. Hægt er að fá kröfu í heimabanka og reikninga þar undir rafræn skjöl eða sendan greiðsluseðil í bréfpósti. Njóti íbúinn greiðsluþjónustu bankans þá þarf hann sjálfur að koma því á þar sem Vigdísarholt hefur ekki heimild til þess. Við flutning er íbúinn beðinn um að koma á framfæri við Vigdísarholt hvernig hann vill fá reikningana senda.

Það er í s. 855-2303 eða vigdisarholt@vigdisarholt.is.

Við innlögn fellur niður ellilífeyrir. Hafi heimilismaður litlar eða engar tekjur getur hann átt rétt á vasapeningum (mánaðarlegt ráðstöfunarfé). Sótt er um vasapeninga á sérstökum eyðublöðum frá Tryggingastofnun - www.tr.is.

Sjálfsagt er að heimilismaður haldi eins og mögulegt er fjárhagslegu sjálfstæði sínu. Ef heilsufarsástæður hamla því eða heimilismaður óskar þess er rétt að skipa fjárhaldsmann.

Rekstraraðila eða starfsmönnum hans er óheimilt að hafa með höndum fjárvörslu fyrir íbúa.

Lögheimili

Samkvæmt lögum á lögheimili að vera sá staður sem einstaklingur hefur fasta búsetu. Hægt er að nálgast flutningstillkynningu á vef Þjóðskrár Íslands.



Reykingar

Af öryggisástæðum er heimilismönnum ekki leyfilegt að reykja á herbergjum sínum. Sérstakt reykingaherbergi er fyrir heimilismenn við aðalanddyri heimilisins.

Ferðalög og akstur

Sunnuhlíð greiðir fyrir akstur til og frá heimilinu ef um er að ræða tíma hjá sérfræðilæknum eða rannsóknir sem ávísað er af læknum heimilisins. Ekki er greitt fyrir akstur til tannlæknis eða til einkaerinda.

Ferðalög í einkaerindum utan heimilis innanlands og erlendis er alfarið á kostnað og ábyrgð íbúa.

Prestþjónusta

Helgistund er fyrir heimilismenn og aðstandendur þeirra alla fimmtudaga. Sóknarprestar í Kópavogi skiptast á um að sinna helgistundinni. Prestar sinna einnig vaktþjónustu ef andlát ber að garði.



Eldhús og matartímar

Eldhús Sunnuhlíðar matreiðir hollan og fjölbreyttan mat. Allt sérfæði er eldað á staðnum og leitast er við að maturinn henti sem flestum. Stuðst er við Handbók um mataræði aldraðra frá Embætti Landlæknis. Við skipulag máltíða er haft í heiðri íslenskar venjur og siðir og að aðalmáltíð dagsins á aðfanga- og gamlársgang er að kvöldi. Tekið er tillit til almennra hátíðisdaga og merkisdaga í lífi íbúa. Allar máltíðir eru snæddar í matsölum heimilismanna. Matur er eingöngu færður inn á herbergi í veikindatilfellum.

Matartímar heimilismanna eru eftirfarandi:

Morgunmatur kl. 08:30 - 10:00

Hádegismatur kl. 12:15

Kaffi kl. 15:00

Kvöldverður kl. 18:00

Kvöldkaffi kl. 20:00