
Vigdísarholt
Sunnuhlíð – Seltjörn – Skjólgarður

Seltjörn



www.vigdisarholt.is

**Upplýsingar til heimilismanna og
aðstandenda þeirra.**

Seltjörn—hjúkrunarheimili

Markmið Seltjarnar er að vera ávallt í fremstu röð hjúkrunarheimila í landinu hvað varðar þjónustu við heimilismenn, aðbúnað þeirra og starfsfólks.

Starfsemi

Á hjúkrunarheimilinu eru 40 hjúkrunarrými og eru öll einbýli. Heimilinu er skipt í fjóra tíu manna íbúðarkjarna, **Nýabæ og Móakot** sem er talin sem ein deild og **Austurtún og Norðurtún** sem er talin sem önnur deild.

Framkvæmdarstjóri hjúkrunar er:
Svanlaug Guðnadóttir, netfang: svana@sunnuhlid.is

Nýibær/Móakot sími vaktstjóra er: **8520139**

Hjúkrunar deildarstjóri er *Jóhanna Davíðsdóttir* og er hún við flesta virka daga á milli 8–16.
Netfang: johanna@sunnuhlid.is.

Austurtún/Norðurtún sími vaktstjóra er **8520149**.

Hjúkrunardeildarstjóri er *Puríður Reynisdóttir* og er hún við flesta daga á milli kl. 8-16.
Netfang: thuridur@sunnuhlid.is.

Aðrir starfsmenn sem koma að hjúkrun og aðhlynningu heimilismanna eru hjúkrunarfræðingar, sjúkraliðar, félagsliðar og aðstoðarfólk við umönnun.



Gjafasjóður

Gjafasjóður Seltjarnar heldur utan um gjafir sem heimilinu eru gefnar. Hægt er að leggja inn á reikning sjóðsins **0322-26-005074**. Allur peningur rennur til styrktar heimilinu til kaupa á tækjum, skemmtunum eða öðru heimilismönnum og starfsfólki til góða.

Við óskum þess að þú eigir hér með okkur góða daga með kærleika og gleði í hjarta.



Greiðslur fyrir dvöl á hjúkrunarheimili.

Greiðslur fyrir dvöl á hjúkrunarheimili eru í formi daggjalda. Daggjöld eru ákveðin af Heilbrigðisráðuneytinu.

Greiðsluhluti íbúa er tekjutengdur og um útreikninga sér Tryggingastofnun ríkisins. Útreikningana má finna á *Mínar síður* á vef TR. Nánari upplýsingar á www.tr.is og sími 560-4400. Sunnuhlíð sér um innheimtu fyrir Tryggingastofnun ríkisins.

Ef til þátttöku í dvalarkostnaði kemur sendir Vigdísarholt mánaðarlega greiðsluseðla til heimilisfólks nema um annað sé beðið. Þeir sem nýta sér greiðsluþjónustu banka þurfa að láta sinn viðskipta-banka skrá greiðslurnar sérstaklega í greiðsluþjónustu en það gerist ekki sjálfkrafa.

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

Sjálfsgætt er að heimilismaður haldi eins og mögulegt er fjárhagslegu sjálfstæði sínu en ef heilsufarsástandur hamla því eða heimilismaður óskar þess er rétt að skipa fjárhaldsmann.

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



Áherslur í hjúkrun og umönnun

Öll hjúkrun miðast við að styrkja heimilismenn til sjálfshjálpar en þeir njóti aðstoðar þar sem getu sleppir, með áherslu á að virða sjálfræði einstaklingsins. Þannig er leitast við að mæta hverjum og einum þar sem hann er staddur.

Áhersla er lögð á að skapa heimilislegt andrúmsloft með vellíðan og öryggi hvers heimilismanns að leiðarljósi. Reynt er að auðvelda heimilismönnum að aðlagast breyttum aðstæðum með því m.a. að leggja áherslu á samvinnu og stuðning við fjölskyldur þeirra.

Innan þriggja mánaða eftir komu heimilismanns er haldinn fjölskyldufundur og síðan eftir þörfum,

Þegar lífslok nálgast er það einnig hlutverk okkar að veita líknandi meðferð til að einstaklingurinn geti haldið reisu sinni og átt friðsælt andlát. Þjónustan skal byggjast á einstaklingsbundnu mati á heilsufarslegum og félagslegum þörfum íbúans.

Farvegur fyrir ábendingar og kvartanir varðandi aðbúnað eða umönnun berist til viðkomandi deildarstjóra eða framkvæmdastjóra hjúkrunar.

Læknisþjónusta

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

Vaktþjónusta er frá Heilsuvernd utan dagvinnutíma.

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

Tannlæknaþjónusta er ekki innifalin og þurfa því heimilismenn sjálfir að greiða fyrir á þjónustu.

Lyf

Lyf eru afgreidd vélskömmtuð fyrir hvern heimilismann frá Lyfju.

Herbergi

Herbergi eru búin sjúkrarúmi, náttborði, fataskáp, ljósum og rúllu-gluggatjöldum. Einnig eru brautir fyrir gardínur. 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 skaffar 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.

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

Lín

Þvottahúsið Fönn sér um allan þvott fyrir Seltjörn 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.



Heimasíða.

Heimasíða Seltjarnar er www.vigdissarholtis.is. Þar eru helstu upplýsingar um starfsemina. Einnig erum við með hóp á facebook **Seltjörn-aðstandendur**.

Þjónustukjarni Seltjarnar.

Hársnyrtistofa er opin einu sinni í viku. Veitt er hárbjónusta fyrir bæði dömur og herra í samráði við íbúa og aðstandendur.

Fótaaðgerðastofa.

Fótaaðgerðarmeðferðir eru að jafnaði veittar á 5-10 vikna fresti í samráði við íbúa og aðstandendur.

Betri Stofan er stofa sem allir á heimilinu geta nýtt sér í samráði við iðjuþjálfun og dagdeildina Sæból. Auk þess býðst íbúum að nota hana til að taka á móti sínum gestum kjósi þér meira næði.

Dagdeildin Sæból er með starfsemi sína alla virka daga inn í þjónustukjarna á milli kl. 8 og 16.



Reykingar

Af öryggisástæðum er heimilismönnum ekki leyfilegt að reykja á herbergjum sínum.

Gestum og starfsmönnum er óheimilt að reykja á Seltjörn eða á lóð Seltjarnar í samræmi við lög

Lögheimili.

Samkvæmt lögum á lögheimili að vera sá staður sem einstaklingur hefur fasta búsetu á. Hægt er að nálgast flutningstilkynningu á vef Þjóðskrár Íslands. Hjón eru alltaf með sama lögheimili.

Ferðalög og akstur.

Sunnuhlið 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.



Ýmsar upplýsingar

- Heimsóknartími er frjálss og eru ættingjar og vinir heimilismanna hvattir til samskipta við sitt fólk. Bíltúrar, gönguferðir og heimsóknir til ættingja eru skemmtun og tilbreyting, en ávallt ber að láta starfsfólk vita ef heimilismenn fara út. Lengd slíkra ferða þarf líka að meta eftir því sem heilsa og aðstæður leyfa. Gott er líka ef aðstandendur geta tekið þátt í skemmtunum og ýmsum viðburðum með þeim einstaklingum 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 frjálss allra sinna ferða og getur dvalið að heiman í samráði við deildarstjóra. 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, rakahöld, rafhlöður í heyrnartæki og aðra persónulegar þarfir hvers og eins.
- Mikilvægt er að aðstandendur aðstoði heimilisfólk við að fylgjast með fatnaði þeirra og yfirfara reglulega, sérstaklega fyrir stórhátíðir.
- Seltjörn ber ekki ábyrgð á fjármunum eða persónulegum eignum heimilismanna s.s. heyrnartækjum, gleraugum, tanngómum (gervitönnum) eða tannpörtum, bókum, húsgögnum, málverkum, peningum og 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 lifadi kertum vegna eldhættu.
- Þegar heimilismönnum eru færð blóm er nauðsynlegt að hafa í huga að mörg blóm eru ofnæmisvaldar.

Iðjuþjálfun — félagsstarf

Iðjuþjálfari er starfandi á Seltjörnum og stýrir hann félagsstarfi og virkni.

Einnig heldur hann utan um Lífssögu íbúa.

Iðjuþjálfari, í samstarfi með sjúkraþjálfun, sér um að útvega þau hjálpartæki sem heimilismenn þurfa á að halda eins og hjólastóla.

Hjólastóll og/eða göngugrind eru einu hjálpartækin sem heimilismaður kemur með við flutning á heimilið.

Ef viðkomandi er með önnur hjálpartæki í eigu

Hjálpartækjamiðstöðvar Sjúkratrygginga Íslands, ber heimilismanni/ aðstandanda að skila þeim til Hjálpartækjamiðstöðvarinnar.

Fjölbreytt samvera er í boði alla daga vikunnar milli kl. 10 -15

Þar er starfandi sólskinsklúbbur, kvenna og karla kaffi, lesið, spjallað, unnin handavinna, bíósýningar, spilað boccia og annað sem til fellur.

Einnig koma hér harmonikkuleikari og píanóleikari og spila þeir fyrir okkur af og til.

Dagskrá félagsstarfs er auglýst á auglýsingatöflum og eru ættingjar hvattir til að kynna sér dagskrána.



Sjúkraþjálfun

Sjúkraþjálfun er staðsett við innganginn þar sem dagdvölin er.

Starfsemi sjúkraþjálfara fer mikið til inn á heimilunum

Markmið sjúkraþjálfunar 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.

Eldhús

Eldhús Sunnuhlíðar matreiðir hollan og fjölbreyttan mat. Allt sérfæði sem þörf er á er eldað á staðnum og leitast er við að maturinn henti sem flestum. Stuðst er við Handbók um mataræði aldraðra frá Embætti Landlæknis (Lýðheilsustöð).

Við skipulag máltíða er mikilvægt að hafðar séu í heiðri íslenskar venjur og siðir. Virða skal þá venju að hafa aðalmáltíð dagsins að kvöldi á aðfangadag og gamlársgang. Tekið skal tillit til almennra hátíðisdaga og merkisdaga í lífi íbúa.

Allar máltíðir eru snæddar í matsölum heimilisfólksins. Matur er eingöngu færður inn á herbergi í veikindatilfellum.

Matartímar heimilismanna er eftirfarandi:

Morgunmatur	kl. 08:30 - 10.00
Hádegismatur	kl.12:15
Kaffi	kl.15:00
Kvöldverður	kl.18:00
Kvöldkaffi	kl. 20:00

Prestþjónusta

Helgistund er fyrir heimilismenn og verður það auglýst á töflunni hvaða daga það er gert.