

Velkommen til Center Lindegården Holme



Holme



Stubberupgård



Lindegårdshusene

Information til beboere og deres pårørende

Center Lindegården

Bostederne Holme, Lindegårdshusene og Stubberupgård

Indhold

Velkommen til Center Lindegården	4
Forord	4
Værdigrundlag	5
Fagligt grundlag, herunder kontaktperson, samarbejde mm.	5
Centeret	6
Brugerindflydelse og -inddragelse	6
Aktindsigt	6
Husmøde	6
Beboerrådene	6
Pårørende	6
Centerråd – samarbejde mellem beboere, pårørende og personale	6
Brugerundersøgelse	7
Værd at vide om alt muligt	7
”Bedre Liv”	7
Betaling	8
”Grib Livet” Støtteforeningen	8
Fodterapeut	8
Indflytning	8
Informationsmappe	8
Jobmuligheder på bostederne	9
Job uden for Center Lindegården	9
Klager	9
Kost	9
Kunstforening	10
Kæledyr på Center Lindegården	10
Læge	10
Medicin	10
Miljø	10
NADA - akupunktur	10
Politiet	11
Psykiater	11
Psykolog	11
Rusmiddelpolitik	11
Rygning	11
Smagsdommerpanelet	11

Center Lindegården

Bostederne Holme, Lindegårdshusene og Stubberupgård

Sundhedsnetværket	12
Tandlæge	12
Telefon	12
Transport	12
TV	12
Vask	12
Vedligeholdelse	12
Værdigenstande	13
Holme	13
Beboerrådet	13
Boliger og beliggenhed	13
Fritiden på Holme	14
Job på Holme	14
Forsikring	14
Kost	14
Kæledyr	15
TV	15
Vask	15
Telefonnumre, adresser mv.	16

Center Lindegården

Bostederne Holme, Lindegårdshusene og Stubberupgård



Velkommen til Center Lindegården

Denne brochure handler om, hvordan livet former sig på Center Lindegården.

Det tager naturligvis tid at lære et nyt sted at kende, men vi håber, at brochuren vil lette overgangen for dig som ny beboer, så du hurtigere kommer til at føle dig hjemme.

Da der altid vil være ubesvarede spørgsmål, er du meget velkommen til at henvende dig til enten personalet, lederen eller undertegnede.

Relevante telefonnumre mv. finder du på bagsiden af brochuren.

Vi ser frem til at lære dig at kende.

Velkommen

*Birger Jacobsen
Centerchef*

Forord

Center Lindegården er et botilbud under Servicelovens § 108 til voksne mennesker med en sindslidelse. Når du flytter ind i en af centerets boliger, sker det med henblik på, at du eventuelt senere bliver i stand til at flytte til en anden, mere selvstændig bolig.

Center Lindegården omfatter Bostedet Holme i Sengeløse, Lindegårdshusene i Roskilde samt Stubberupgård i Stubberup ved Borup.

Fælles for alle, der bor på Center Lindegården, er, at de har behov for at bo et sted, hvor der er mulighed for at få støtte og hjælp døgnet rundt.

Dagligdagen på bostederne er meget forskellig. Fælles for alle bostederne er, at du har mulighed for at få indflydelse på din dagligdag. Som beboer på Center Lindegården vil du opleve, at vi bidrager til, at du lever dit liv så selvstændigt som overhovedet muligt. Vi hjælper og støtter dig efter behov ud fra princippet "hjælp til selvhjælp", og vi stiller spørgsmål og fører samtaler med dig om, hvordan du får et godt og mere selvstændigt liv.

Centerets personale vil sammen med dig og de øvrige beboere være med til at skabe trygge rammer.

Center Lindegården

Bostederne Holme, Lindegårdshusene og Stubberupgård

Der er mange muligheder for at påvirke dagligdagen på centeret. Vi lægger stor vægt på, at du deltager i aktiviteter, udvalg og arrangementer og dermed også sætter dit præg på Center Lindegården.

Værdigrundlag

På Center Lindegården arbejder vi ud fra Københavns Kommunes værdigrundlag for socialpsykiatriske bosteder/bocentre.

1. Borgerens rettigheder
2. Værdighed: Respekt og omsorg
3. Samarbejde og høj kvalitet i indsatsen

Center Lindegården ser det som sin opgave at styrke beboernes evne til at tage vare på eget liv og evnen til at være sammen med andre mennesker.

På Center Lindegården arbejdes recoveryorienteret, forstået på den måde, at recovery er din individuelle udviklingsproces.

Den faglige indsats betragtes overordnet som en støtte til rehabilitering og det teoretiske afsæt er kognitiv miljøterapi.

Der gøres brug af forskellige metoder styret af dine ønsker om hjælp og støtte. Dvs. at målet med indsatsen er udgangspunktet for valg af metode/hjælp.

Fagligt grundlag, herunder kontaktperson, samarbejde mm.

Når du flytter ind i din bolig, får du tilknyttet en kontaktperson/et kontaktteam som har til opgave at støtte og hjælpe dig til at leve det liv, du gerne vil.

Med udgangspunkt i den sociale handleplan udarbejder du således i samarbejde med din kontaktperson/kontaktteam din pædagogiske handleplan.

På den måde sørger du for sammen at få planlagt, hvad det er, du gerne vil have hjælp til, og på hvilken måde personalet kan støtte din udvikling og trivsel.

Det er lovkrav, at der skal laves handleplan, men samtidig er det også din og personalets samarbejdsaftale. Det er vigtigt, at det er dine drømme og tanker, der danner baggrund for handleplanen. Formålet med handleplanen er bl.a., at du støttes i at tage ansvaret for dit eget liv og dagligdagen så du kan leve et tilfredsstillende liv på egne præmisser. Samtidig er de samtaler, du har med din kontaktperson om handleplanen med til, at du får den støtte og hjælp, som du har brug for.

Center Lindegården

Bostederne Holme, Lindegårdshusene og Stubberupgård

Centeret

Center Lindegården er arbejdsplads for ca. 200 medarbejdere, primært med en sundhedsfaglig eller pædagogisk uddannelse.

De 3 bosteder har alle personaledekning om natten.

Brugerindflydelse og –inddragelse

Aktindsigt

Som beboer har du ret til at få aktindsigt i den dokumentation, der vedrører dig.

Husmøde

Der afholdes husmøder min. 1 gang om måneden i alle områder. Beboere og personale mødes om forskellige emner, der udspringer af hverdagen – her er mulighed for at få indflydelse på lokale forhold i områderne.

Beboerrådene

Beboerrådene behandler emner i relation til dagligdagen på bostederne. Beboerne repræsenteres af beboerrådsrepræsentanter fra de forskellige områder og via repræsentanterne er der mulighed for at få indflydelse på fælles forhold på Center Lindegården.

Pårørende

På de enkelte bosteder samarbejdes der med de pårørende. Som beboer beslutter du selv, hvilken pårørendekontakt du ønsker.

Københavns Kommune har udarbejdet en pårørendepolitik med det formål at styrke forholdet mellem beboerne, deres familie, venner og medarbejderne.

Du kan finde pårørendepolitikken på Københavns Kommunes hjemmeside: www.kk.dk

En folder med nyttige oplysninger til pårørende udleveres på det enkelte bosted.

Centerråd – samarbejde mellem beboere, pårørende og personale

En del af samarbejdet med pårørende foregår i Centerrådet. Centerrådet udgøres af beboere, pårørende, medarbejdere samt centerchef.

Formanden for Centerrådet er en beboerrepræsentant, næstformanden er en pårørenderepræsentant.

Center Lindegården

Bostederne Holme, Lindegårdshusene og Stubberupgård

Der afholdes 4 møder pr. år, og der kan indkaldes til ekstraordinære møder ved behov. Tidspunktet reguleres, så det passer de aktuelle rådsmedlemmer. Ved møderne orienterer formanden om aktuelle sager, og rådet drøfter emner omkring dagligdagen på bostedet og generelt i socialpsykiatrien.

Centerrådet udfærdiger desuden indstillinger som svar på spørgsmål fra forvaltningen. Når rådet foreslår initiativer mv., bliver det naturligvis taget med som input i den løbende udvikling af centeret.

Der udsendes en dagsorden, efter et samarbejde mellem formanden, næstformanden og centerlederen, her medtages faste - samt indkomne punkter. Centeret stiller sekretærbistand til rådighed på møderne og sørger for udsendelse af relevant information til rådets medlemmer.

Du er som pårørende altid velkommen til at kontakte Centerrådets pårørende-repræsentanter. Spørg venligst på bostedet hvem der er pårørenderepræsentanter.

Brugerundersøgelse

En gang årligt måles beboernes oplevelse af indflydelse vha. et spørgeskema.

Værd at vide om alt muligt

"Bedre Liv"

"Bedre Liv" er et kognitivt kursustilbud rettet til mennesker, der ønsker at foretage forandringer i deres liv.

Et kursusforløb tager et år, og gruppen består af max. 6 deltagere. Undervisningen består af 4 færdighedsområder, hvor der arbejdes med 2 områder på et halvt år.

Færdighedsområderne er:

- Grundlæggende kommunikationsfærdigheder
- Selvhævdelse – at mestre vanskelige situationer
- Modstå "pres og trang"
- Fritid og venner

Under færdighedsområderne arbejdes også med kropssprog, selvtillid, motivation, at holde aftaler, fritidsinteresser, at kende sine personlige rettigheder, at få venner og bevare venskaber.

Der udleveres et diplom for gennemført kursus.

Center Lindegården

Bostederne Holme, Lindegårdshusene og Stubberupgård

Betaling

Husleje, el og varme trækkes fra pensionen, før den udbetales. Derudover trækker centeret betaling for toiletartikler, indboforsikring og kost og evt. vask.

"Grib Livet" Støtteforeningen

"Grib Livet" er Center Lindegårdens støtteforening, som kan yde tilskud til sport/motion, udflugter, kulturelle tilbud osv.

"Grib Livet" er med ved alle større arrangementer på Lindegårdshusene, hvor de med tombola, loppebod mm. indsamler midler til foreningens arbejde.

"Grib Livet" ansøger legater og fonde om tilskud til konkrete projekter og modtager gerne bidrag, fx via arv.

Bestyrelsen for "Grib Livet" består af beboere, pårørende og personale, der alle arbejder ulønnet.

Ønsker du at kontakte "Grib Livet" kan du henvende dig til Job og Fritid på Lindegårdshusene..

Fodterapeut

På Center Lindegården har en selvstændig fodterapeut et par gange om ugen lejet sig ind i lokaler på Lindegårdshusene/cafégangen. Du kan ringe eller komme forbi og bestille en tid.

Indflytning

Når du flytter ind i din bolig, sørger centerets tekniske afdeling for, at boligen er istandsat. Du kan få hjælp til at få indrettet din bolig af personalet.

Du får ved indflytningen udleveret en nøgle til din egen bolig, og personalet har kun adgang til boligen med din accept eller i nødsituationer.

Informationsmappe

I alle boenheder på Center Lindegården står en hvid Informationsmappe til beboere og pårørende. I den findes forskellige skrivelser, informationer mm., der er relevant for dig. Mappen opdateres løbende.

Center Lindegården

Bostederne Holme, Lindegårdshusene og Stubberupgård

Jobmuligheder på bostederne

På bostederne er der forskellige muligheder for job. Mulighederne kan variere fra bosted til bosted (se under det enkelte bosted). For arbejdet modtager du honorarløn (p.t. ca. 20 kr. pr. time), og der oprettes en kontrakt med beskrivelse af arbejdsopgaver og arbejdstid.

Job uden for Center Lindegården

Vi forsøger løbende at udvikle og forbedre viften af jobmuligheder således, at vi kan tilbyde et job, som passer dig, hvis du vil søge nye udfordringer og har lyst til at afprøve din arbejdsevne på arbejdsmarkedet. Her forsøger vi, i samarbejde med dig, at etablere en praktikplads et sted i lokalområdet med henblik på lønnet arbejde.

Praktikaftalen etableres ud fra dine egne ønsker og behov, sådan at der skabes kontakt til arbejdspladser.

Klager

Pårørende og beboere er velkomne til at henvende sig til kontaktpersonen, lederen eller centerchefen med klager.

Desuden har Socialforvaltningen i Københavns Kommune en hotline-funktion, som man kan ringe til, hvis man har klager over forhold på bostederne. Denne hotline er placeret under Borgerrådgiveren, som kan kontaktes mandag – fredag kl. 10 – 15 på tlf. 33 66 14 00.

Uden for telefontiden er der telefonsvarer på, og der er desuden mulighed for kontakt via mail: borgerraadgiveren@kk.dk

Borgerrådgiverens adresse er:

Vester Voldgade 2 A
1552 København V.

Kost

Bostedernes kostplaner tilrettelægges ud fra at sikre en sund og varieret kost, som opfylder Sundhedsstyrelsens kostråd.

Alle måltider betales månedsvis forud, og refusion af afbestilte måltider vil ske følgende måned.

Center Lindegården

Bostederne Holme, Lindegårdshusene og Stubberupgård

Kunstforening

Center Lindegårdens Kunstforening blev etableret i 2008.

Bestyrelsen består af beboere og medarbejdere, men i foreningen er der også pårørende og andre, der er interesseret i kunst. Kunstforeningen arrangerer udstillinger på administrationsgangen (i tilknytning til Lindegårdshusene) samt et par årlige ture til et kunstmuseum. Kunstforeningens ture og arrangementer er åbne for alle.

Der udloddes billeder blandt Kunstforeningens medlemmer en gang årligt til Foreningens Generalforsamling.

Kunstmalere fra centeret udstiller i gallerier, virksomheder og caféer. Har du lyst til at male, eller vil du melde dig ind i foreningen, kan du henvende dig til kunstforeningens bestyrelse.

Kæledyr på Center Lindegården

Der tages udgangspunkt i "Retningslinjer for husdyr på Center Lindegården".

Læge

Der vælges praktiserende læge efter gældende regler.

Medicin

Medicin opbevares i beboerens medicinboks. Du får tilskud til medicin efter de almindelige regler for tilskud.

Miljø

På Center Lindegården har vi fokus på miljøet. Det betyder, at vi sparer på el, vand og varme. Og at vi har fokus på affaldssortering, hvor vi bl.a. sorterer i glas, pap, papir, elektronik og batterier.

Derudover har vi fokus på miljørigtige indkøb f.eks. i forbindelse med indkøb af nyt fjernsyn, køleskab etc. og maden, vi spiser, er i stort omfang økologisk. Spørg personalet, hvis du er i tvivl. Hvis du har gode ideer til miljøforbedringer, kan du også kontakte personalet.

NADA - akupunktur

NADA-akupunktur er et supplerende, målrettet tilbud til beboere i forbindelse med behandling af misbrug, abstinenssymptomer og psykiske problemer.

En del af centerets medarbejdere har taget en uddannelse til NADA-akupunktører.

Der er NADA-akupunktører på alle tre bosteder.

Center Lindegården

Bostederne Holme, Lindegårdshusene og Stubberupgård

Politiet

Vi samarbejder med den lokale politimyndighed. Retningslinjer for politianmeldelse findes i informationsmappen.

Psykiater

Der er tilknyttet psykiater til alle tre bosteder i Center Lindegården.

Psykolog

Ved behov for psykologsamtaler skal du tale med din kontaktperson/psykiater/egen læge, der vil hjælpe dig videre.

Rusmiddelpolitik

For at sikre et godt, trygt og sundt miljø arbejder vi aktivt med afhængighedsproblemer.

Besiddelse af og handel med ulovlige stoffer meldes til politiet.

I hvert hus er der, sammen med beboerne, udarbejdet en alkoholpolitik, som skal respekteres af alle.

Har du et misbrug, vil du blive tilbudt hjælp og støtte til at stoppe misbruget, bl.a. kan du deltage i kursusforløbet "Bedre Liv" (se ovenfor).

Center Lindegården tilbyder misbrugsfrie boliger, disse er beliggende på Lindegårdshusene.

Rusmiddelpolitikken forefindes i Informationsmappen.

Rygning

Centeret har en rygepolitik, som giver beboerne mulighed for at ryge indendørs i egen bolig og i udvalgte lokaler.

På Center Lindegården understreger vi, at hverken ansatte eller andre beboere skal udsættes for passiv rygning.

Smagsdommerpanelet

Består af repræsentanter for beboere og medarbejdere på Center Lindegården. Fungerer som sparring for Madhuset.

Center Lindegården

Bostederne Holme, Lindegårdshusene og Stubberupgård

Sundhedsnetværket

Center Lindegården har et Sundhedsnetværk, der er sammensat af en medarbejder valgt i hvert hus, en medarbejder fra aktivitetsområdet og beboerrepræsentanter.

Sundhedsnetværket er åbent for alle beboere/medarbejdere på Center Lindegården.

Er du interesseret i at deltage aktivt i Sundhedsnetværket, er du velkommen til at henvende dig i Job & Fritid.

Tandlæge

Beboerne benytter de praktiserende tandlæger. Betaling finder sted efter de almindeligt gældende regler.

Telefon

Der er mønttelefon.

Telefon og internet kan installeres i boligen for egen regning.

Transport

Center Lindegårdens biler, kan benyttes af personalet til forskellige beboerrelaterede gøremål. Som beboere betaler man for kørslen efter gældende takst.

TV

Flertallet af boligerne boliger er forsynet med stik til fjernsyn og radio.

Ønsker du fjernsyn i egen bolig, skal du betale licens.

Vask

Vaskemaskiner og tørretumbler i huset kan benyttes mod betaling.

Vedligeholdelse

Boligerne bliver malet hvert femte år.

Hvis du ønsker en anden vægfarve end standardfarven hvid, betaler du en merpris for malerarbejdet. Alt malerarbejde udføres af professionelle malere.

Såfremt det ønskes, kan boligen males hyppigere. Der vil i så fald være en egenbetaling for dette.

Center Lindegården

Bostederne Holme, Lindegårdshusene og Stubberupgård

Værdigenstande

Beboerne opbevarer selv værdigenstande og har selv ansvaret for disse.



Holme

Beboerrådet

Alle Holmes beboere er medlemmer af rådet, som mødes med bostedslederen og en personalerepræsentant ca. 10 gange om året.

Boliger og beliggenhed

Holme ligger i smukke landlige omgivelser i landsbyen Sengeløse ved Tåstrup. I Sengeløse er der bibliotek, DagligBrugs mm.

Der er busforbindelse fra Høje Tåstrup Station til Sengeløse. Såfremt det er muligt at passe ind i planlægningen, kan der aftales transport fra Sengeløse til Holme.

I stuerne er der højt til loftet med stuk; i den ene stue er der pejs. På 2. sal er der et mindre køkken, der benyttes af de beboere, der selv ønsker at lave deres mad.

Boligerne på Holme er fordelt på tre etager. Værelserne har forskellige størrelser, fra 9 m² til 32 m². Køkken, badeværelser og toiletter er fælles for beboerne.

Smukke grønne omgivelser med parklignende have danner rammen om mange timer i det fri - både med hygge, afslapning og arbejde.

På Holme har vi et lille drivhus og nogle højbede, hvor beboere og personale dyrker grøntsager. Desuden er der en stor græsplæne, som vi samarbejder om at få slået sommeren igennem.

Center Lindegården

Bostederne Holme, Lindegårdshusene og Stubberupgård

Fritiden på Holme

På Holme tager vi udgangspunkt i beboernes ønsker og behov. Nogle aktiviteter er i fast ugentligt forløb, andre er mere spontane eller sæsonprægede. Der er både indendørs og udendørs tilbud, male-/kreativt værksted, motion, spil og lege, fester og bankospil.

Desuden arrangerer vi lejlighedsvis foredrag med oplægsholdere udefra eller fra bostedet.

Præsten og organisten fra Sengeløse Kirke kommer en gang om måneden på Holme og holder en andagt.

Du kan også deltage i arrangementer i lokalsamfundet. Sengeløse Kirke og menighedsråd er således vært ved studiegrupper og kirkekaffe efter gudstjenesten, og Lokalforeningen inviterer til foredrag mv.

Job på Holme

På Holme er der rig mulighed for at deltage i det arbejde, der foregår i hus og have, og personalet vil meget gerne støtte beboerne i at søge arbejde uden for bostedet, fx beskyttet værksted - det kan være lokalt eller i Københavns kommune. På Holme er der desuden en lille beboerdrevet café.

Værd at vide om forskelligt

Forsikring

Den enkelte beboer tegner selv forsikringer, som dækker hans/hendes behov.

Kost

Der er ansat en køkkenmedarbejder 25 t./uge på Holme. Arbejdstid fra 7 til 12, mandag til fredag.

Køkkenmedarbejder tilbereder morgenmad og frokost. Til frokost deltager en beboer i tilberedningen.

Opvask – og oprydning i spisestuen efter morgenmad og frokost, foretages af det pædagogiske personale sammen med en beboer.

Mandag til torsdag er det en madgruppe, der tilbereder aftensmåltidet. Alle beboere er knyttet til en gruppe én af de fire dage. Madgruppen fordeler i fællesskab dagens opgaver, som er beskrevet på kort. Opgaverne er tilpasset den enkeltes formåen. Gruppen beslutter hvad den skal lave næste uge når den har maddag.

Center Lindegården

Bostederne Holme, Lindegårdshusene og Stubberupgård

Der er mulighed for selv at lave mad i det lille køkken, der findes i fællesrummet på 2.sal.

Alle beboere deltager 1 gang ugentligt i en madgruppe, der varetager arbejdsopgaverne omkring fremstilling af aftensmaden. Fre-, lør- og søndag leveres den varme mad fra Madhuset på Lindegårdshusene.

Kæledyr

På Holme tages der udgangspunkt i "Retningslinjer om husdyr på Center Lindegården". Enkelte beboere holder kæledyr som fugle/små gnavere, der kan opholde sig i et bur.

TV

På Holme er der en fællesantenne med 8 kanaler.

Vask

Vaskemaskiner og tørretumbler i huset kan benyttes mod betaling.

Center Lindegården

Bostederne Holme, Lindegårdshusene og Stubberupgård

Telefonnumre, adresser mv.

Centerets hjemmeside:

center-lindegarden.dk

Center Lindegården/Lindegårdshusene

Boserupvej 7
4000 Roskilde

Hovednummer

46 33 40 01

Centerchef Birger Jacobsen

46 33 40 09

Vicecenterchef Jeanet Carlsen

46 33 40 06

Center Lindegården/Lindegårdshusene,
e-mail:

lindegarden@sof.kk.dk

Holme

43 99 51 40

Cathrinebergvej 5
Sengeløse
2630 Taastrup

Bostedsleder Kirstin Fokdal

43 99 51 40

Holme, e-mail

bostedetholme@sof.kk.dk

Stubberupgård

57 56 16 61

Stubberupvej 4
4140 Borup

Bostedsleder Ulla Jørgensen

57 56 16 62

Stubberupgård, e-mail

Bostedet.Stubberupgaard@sof.kk.dk