



Välkommen till
Riddargården

Välkommen till Riddargården!

Riddargårdens vård- och omsorgsboende riktar sig till Dig som har en demenssjukdom eller som av fysiska skäl är i behov av vård- och omsorg dygnet runt.

Hos oss får Du ett tryggt och trivsamt boende, en god vård och omsorg och alla de hjälpinsatser som du behöver i det dagliga livet.

Tillsammans med Dig skapar vi en hemlik miljö med goda möjligheter till stimulerande aktiviteter, ute och inne, vardagar och helger.

Riddargården ligger centralt på Norrtullsgatan 12 L, ett stenkast från Odenplan. Det är nära till buss och T-bana. Boendet rymmer 45 lägenheter fördelade på fem våningar. Vi har även parboende. Två lägenheter på varje våning är tvårumslägenheter. Fyra våningar har demensinriktning och en våning har somatisk inriktning.

Alla lägenheter har balkong och kök. På varje våning finns ett hemtrevligt, gemensamt utrymme med kök, matsal och vardagsrum i en öppen planlösning.

Boendet drivs sedan den 1 november 2009 av Stockholms Äldreboende AB.

Vår verksamhetsidé är att ge Dig som äldre en värdig äldreomsorg av hög kvalitet, där Du så långt som möjligt får behålla Dina vanor och vara den Du är.

Innehållsförteckning

- A** Aktiviteter, Arbetsterapeut, Avgifter
- B** Besök, Blommor
- D** Djur
- F** Fotvård, Frisör
- G** Genomförandeplan
- H** Hemförsäkring, Hygien, Högtider
- I** Inflytande och självbestämmande, Inflyttning
- K** Kläder, Kontaktman, Kultur, Kyrka
- L** Läkare
- M** Medicin, MAS (Medicinskt ansvarig sjuksköterska), Måltider
- N** Närstående/anhöriga
- P** Personal, Post
- R** Radio och TV
- S** Sjukgymnast, Sjuksköterska, Städning, Synpunkter
- T** Tandvård, Telefon, Tystnadsplikt
- U** Utevistelse, Utflyttning
- V** Värdesaker och pengar

Aktiviteter



Med stöd av Din personliga kontaktman har Du möjlighet att delta i olika aktiviteter utifrån intresse och förmåga. Det är alltid Du som väljer vad Du vill göra och när. Vi sätter vardagsaktiviteterna i fokus. Vardagsaktiviteter handlar i stor utsträckning om ”det stora i det lilla”, t ex om att samlas i köket bara för att samtala och dricka kaffe eller delta i skötsel av blommor och växter, inne och ute, dukning vid måltider eller följa med till tvättstugan.

Gruppgymnastiken och dansen är mycket uppskattade aktiviteter. Exempel på andra aktiviteter är promenader, utflykter, bingo och damklubb. Tillsammans med Dig förbereder och genomför vi olika aktiviteter för att uppmärksamma och fira de större helgerna och andra särskilda dagar/traditioner, som Nyår, Fettisdagen, Alla Hjärtans dag, Påsk, Valborg, Midsommar, kräftor, surströmming, Allhelgonahelgen, Advent, Lucia och Jul. Och givetvis firar vi också Din födelsedag. Då vädret tillåter firar vi helger och traditioner på innergården. Dina närstående är alltid välkomna att delta i firandet.

Aktiviteterna genomförs med hjälp av ordinarie personal och beroende på tema tillsammans med frivilligorganisationer och inbjudna musiker.

Vi har en aktivitetsledare i verksamheten för att säkerställa både kvalitet och kontinuitet i aktiviteterna.

Arbetsterapeut

Arbetsterapeuten har ansvar för att prova ut och ordinera de hjälpmedel Du kan behöva samt erbjuda träning och behandling vid behov. Arbetsterapeuten har vidare ansvar för att utbilda och handleda omvårdnadspersonalen i rehabiliterande arbetssätt och i hur hjälpmedlen ska användas.

Avgifter

Avgiften består av två delar; en del för hyra, en del för mat och omsorgsavgift. Omsorgsavgiften inkomstprövas av kommunens biståndshandläggare. Du kan även ansöka om bostadsbidrag.

Besök



Din lägenhet på Riddargården är Ditt hem. Det betyder att Du kan ta emot besök när Du vill.

Blommor

Då Du får eller köper blommor är det viktigt att tänka på att vissa blommor är allergiframkallande eller giftiga. Fråga personalen till råds om Du är osäker.

Djur



Om Dina besökare önskar ta med husdjur vill vi gärna att Du pratar med oss först. Någon av våra boende eller personal på våningen kan vara allergisk mot pälsdjur. Du kan under vissa förhållanden få ta med Ditt husdjur till Ditt nya boende. Men det är inte alltid det går. Det är en fråga som Du får ta upp med verksamhetschefen.

Fotvård



Du kan boka fotvård enligt överenskommelse. Behandlingen sker i Ditt rum. Personalen hjälper till med tidsbeställning. Du betalar själv kostnaden via faktura.

Frisör

Du kan boka frisör enligt överenskommelse. Personalen hjälper till med tidsbeställning. Du betalar själv kostnaden via faktura.

Genomförandeplan



Vi har skyldighet enligt Socialtjänstlagen att föra social dokumentation, vilket bland annat innefattar en genomförandeplan för att säkerställa att Du får den omsorg du har rätt till. Din kontaktman upprättar genomförandeplanen tillsammans med Dig och/eller Dina närstående.

Hemförsäkring



Du har möjlighet att teckna hemförsäkring via Moderna Försäkringar som Stockholms Stad har avtal med. Du tecknar hemförsäkringen själv och betalar premien direkt till försäkringsbolaget. Läs mer om Moderna Försäkringar på www.modernaforsakringar.se.

Hygien

Du köper själv Dina hygienartiklar som tandborste, tandkräm, dusch- och hudkräm, rakvatten, deodorant och hårschampo. Om Du inte har någon närstående som kan hjälpa Dig med Dina inköp kan Din kontaktman hjälpa Dig.

Högtider

Vi firar årets storhelger och andra högtider enligt svensk tradition, som Jul- och Nyår, Påsk, Valborgsmässoafton, Kristi Himmelfärd, Pingst, Sveriges Nationaldag och Midsommarafton, Alla helgons dag, Advent och Lucia. Beroende på säsong och väderlek är vi antingen på innergården eller i matsalen på din våning. Vi uppmärksammar och firar Din födelsedag.

Inflytande och självbestämmande

Vi är nogga med att utgå från Dina behov och önskemål vid utformningen och genomförandet av insatser och aktiviteter. Vi vill att Du så långt möjligt ska få vara den Du är, göra det Du vill, på det sätt Du vill och kan.

Du bestämmer själv när Du vill stiga upp på morgonen och när Du vill gå och lägga Dig på kvällen. Vi har inga generella morgon- eller kvällstider. Vill Du vara uppe sent så får Du det. Vill Du ha en nattsmörgås med kaffe så får Du det. Vi frågar vad Du vill äta till frukost och var du vill inta frukosten. Som exempel kan frukosten intas på sängen eller vid bordet i den egna lägenheten, i den gemensamma matsalen, eller om årstiden tillåter på balkongen eller på innergården. Du väljer själv vilka aktiviteter Du vill delta i.

Inflyttning

Du som flyttar in till oss på Riddargården får en egen lägenhet. I lägenheten finns en höj- och sänkbar säng, resten får Du möblera med egna möbler och efter eget önskemål. Ta med personliga tillhörigheter som kläder, bäddutrustning (täckes, kudde, lakan), foton, minnessaker, gardiner, tavlor, eventuellt TV och radio, hygienartiklar, tvättkorg, duschskrapa, individuella hjälpmedel etc.

Det är viktigt med god belysning, exempelvis en ordentlig golvlampa, som lätt kan flyttas. En nattlampa kan också vara bra. Undvik mattor med hänsyn till fallrisken; diskutera gärna med arbetsterapeut eller sjukgymnast först.

I samband med inflyttningen välkomnas Du av din personal på din våning. Tillsammans med Dig och Dina anhöriga går vi igenom de vanligaste rutinerna och visar Dig runt.

Kläder



När Du flyttar hit tar Du med Dina egna kläder - allt som Du behöver för att trivas och känna Dig välklädd inne och ute. Det är viktigt att Dina kläder är märkta med namn, detta för att minska risken att kläder kommer bort. Din kontaktman sköter tvätt som kan tvättas i maskin. När det gäller handtvätt och kemtvätt svarar Du och Dina närstående för detta. Kläder som är lätta att tvätta (40-60 grader) och sköta är en fördel, men Du bestämmer själv. Vi tvättar även Dina lakan och övriga sängkläder.

Kontaktman

Som boende har Du en egen kontaktman. Kontaktmannen ansvarar för att Dina önskemål och behov blir tillgodosedda så långt det är möjligt. Kontaktmannen tillsätts innan Du flyttar in men Du har möjlighet att byta kontaktman om Du önskar det av någon anledning.

Kultur

Under hela året anordnas daglig gemensam underhållning. Den sker antingen på Din våning, i samlings salen eller på innergården. Information om kommande aktiviteter hittar Du i hissen eller på anslagstavlan på Din våning.

Kyrkan

Svenska Kyrkan firar gudstjänst i Vasaträffen, som ligger i huset, torsdagar jämna veckor.

Läkare



Landstinget tillhandahåller läkare och läkartid. Det kommer en geriatriker till oss en gång i veckan och som i övrigt finns tillgänglig alla vardagar. Övrig tid finns jourläkare att tillgå. Vill Du ha någon annan husläkare går det bra, men vi kan inte garantera lika snabb hjälp då. Du kan nå ansvarig läkare via sjuksköterskan.

Medicin



Eventuell medicin betalar Du själv. Högkostnadsskydd gäller. Medicinen levereras till Ditt rum i så kallade Apo-dos-påsar. I samband med att Du flyttar in är det lämpligt att Du tar med Dig Dina recept och eventuella mediciner.

Medicinskt ansvarig sjuksköterska

Det finns en medicinskt ansvarig sjuksköterska (MAS) som har ansvar för att det finns riktlinjer och rutiner för en säker hälso- och sjukvård samt för uppföljning av hur dessa rutiner tillämpas och fungerar.

Måltider

Du erbjuds tre huvudmål per dag; frukost, lunch och middag. Därutöver erbjuds Du mellanmål tre gånger om dagen samt om Du behöver eller önskar det ett nattmål. Du kan dagligen välja mellan två maträtter vid huvudmålen samt vegetariska och andra alternativ.

Alla måltider serveras gemensamt i matsalen på Din våning. Men önskar Du äta Dina måltider på rummet går det bra. Vi strävar alltid efter en lugn måltidsmiljö. Om Du vill äta ute när vädret är fint, på innergården eller på Din balkong, går det också bra.

Vid helger, inte minst vid storhelger samt vid födelsedagar och andra speciella tillfällen, gör vi det extra festligt tillsammans med Dig. Vill Du ha ett glas vin till maten så går det bra.

Närstående/anhöriga



Kontakten med Dig som närstående eller god man är viktig för oss för att vi ska kunna ge den boende en så bra vård och omsorg som möjligt. Du är viktig inte minst vid inflyttningen, då vi samtalar om den boendes levnadshistoria, levnadsvanor, behov, intressen och önskemål. Samtalet är viktigt för att vi ska få en bra grund att stå på då vi upprättar den individuella genomförandeplanen, d v s planerar den boendes aktiviteter, vård- och omsorgsinsatser.

Som närstående eller god man är Du alltid välkommen till Riddargården, vi har inga särskilda besökstider. I brev, på anslagstavlan och vid särskilda möten som du bjuds in till under året, informerar vi om verksamheten. Vi uppmuntrar till dialog om hur den boende upplever boendet; t ex bemötandet, miljön, utevistelsen, maten och aktiviteterna.

Kontakta oss så fort Du har synpunkter på eller frågor om verksamheten och den boendes situation. Anhörigmöten anordnas regelbundet, minst 2 ggr per år och vid behov. Vi har ett anhörigråd som träffas minst 4 gånger per år.

Personal



Vår bemanning och organisation med platsbunden personal på Riddargården ger goda förutsättningar för både stimulerande aktiviteter och kontinuitet i omvårdnadsarbetet. Vi har många kompetenser.

På Riddargården finns förutom omvårdnadspersonal alla dygnets timmar sjuksköterska alla dagar mellan klockan 07.30-16.30. Under kvällar och nätter ansvarar ett mobilt sjukskötersketeam för hälso- och sjukvårdsinsatserna. Vidare finns arbetsterapeut, sjukgymnast, aktivitetsledare, verksamhetschef och biträdande verksamhetschef på plats dagtid måndag till fredag.

Post

Post delas ut varje vardag.

Radio och TV



I det gemensamma vardagsrummet finns det TV. Du kan även ha en egen TV och radio på rummet. Boendet har en TV-licens som gäller för samtliga TV-apparater. Du behöver därför inte ha någon egen TV-licens. De vanligaste kanalerna finns att tillgå.

Sjukgymnast



Sjukgymnasten ansvarar för att Du får den träning och den behandling som Du anses vara i behov av. Sjukgymnasten erbjuder olika typer av gymnastik- och rörelsegrupper samt ansvarar för förflyttnings-/gånghjälpmedel.

Sjuksköterska

Sjuksköterskan har hälso- och sjukvårdsansvaret. Det finns en omvårdnadsansvarig sjuksköterska på varje våning som ansvarar för att Du får rätt omvårdnad och medicinsk vård. Sjuksköterskan har även ansvar för att en vårdplan upprättas utifrån Ditt behov av hälso- och sjukvårdsinsatser. Sjuksköterskan ansvarar för läkarkontakter.

Städning

Personalen på avdelningen ansvarar för att städning utförs i Din lägenhet. Vill Du ha eget städmaterial går det bra.

Synpunkter

Vi vill ständigt utveckla och förbättra vår verksamhet. Dina synpunkter har stor betydelse för vår utveckling. Vi vill att Du ska vara nöjd med det vi gör. Vänd Dig till vår verksamhetschef om det är något du inte är nöjd med, så ska vi på bästa sätt rätta till brister och felaktigheter som uppstått. Du kan även skriva ner Dina synpunkter på en blankett, som Du hittar på anhörigtavlan i anslutning till enheten.

Tandvård



Landstinget har avtal med en tandvårdsenhet för uppsökande bedömning av munhälsa och nödvändig tandvård. Tandhygienist kommer till Riddargården årligen. Du får då en kostnadsfri bedömning av Din munhälsa och Ditt behov av nödvändig vård av tandläkare och/eller tandhygienist. Du har rätt till tandvårdsintyg som berättigar till högkostnadsskydd vid besök hos tandläkare och tandhygienist. Tandvårdsintyget skrivs ut av sjuksköterskan. Du har även rätt att välja Din egen tandläkare. Tandvårdsenheten ordnar Dina transporter till och från enheten.

Telefon

Ditt rum har telefonjack. Du ansvarar själv för att kontakta teleoperatör samt för kostnaderna för telefonabonnemanget.

Tystnadsplikt

All personal har tystnadsplikt enligt Socialtjänstlagen.

Utevistelse



Vi tar till vara Riddargårdens förutsättningar för utevistelse och naturupplevelser på olika sätt beroende på den boendes intresse och möjligheter samt årstid och väder. Vi tar promenader i närområdet, köper glass och går på kafé. Vi besöker någon av de närbelägna butikerna för att handla något till den boende eller till verksamheten.

Boendet har en innergård med träd, blommor och andra växter som utnyttjas för social gemenskap och olika aktiviteter samt

för rofyllda stunder. På sommarhalvåret utnyttjar vi innergården flitigt i samband med morgon- och förmiddagskaffet, lunchen, eftermiddagskaffet och under vackra kvällar. Varje försommar firar vi med fest, sång och musik att vårt magnoliaträd blommar. Trädgården ger goda möjligheter till meningsfulla aktiviteter kopplade till årstiderna.

Under 2010 har arbetet med att utveckla innergården till en terapeutisk trädgård ("sinnenas trädgård") för vardaglig rehabilitering och behandling inletts.

Utflyttning

När Du flyttar ansvarar Du för att lägenheten lämnas i det skick den var vid Din inflyttning. Flyttstädning görs av anhöriga/närstående.

Värdesaker och pengar



Vi råder Dig att inte ta med alltför ömtåliga eller värdefulla föremål som smycken etc., då vi saknar möjlighet att förvara dessa. Vi ansvarar ej för medhavda värdesaker. Värdeföremål måste dock listas.

Om Du inte själv vill ta hand om Din ekonomi, ser vi helst att en närstående eller god man sköter Dina pengar och räkningar. Om Du så önskar kan en summa pengar deponeras hos oss för att användas till inköp av olika slag. Det är enklast för oss alla om en summa sätts in regelbundet i de fall vi skall sköta inköp m.m. Pengarna förvaras inlåsta i lägenhetens medicinskåp i ett värdefack. Kontaktmannen har nyckel och ansvarar för att redovisa inköp och kvitton. Försök undvika att ha större summor kontanter på rummet.