

**OVERSIGT**

# Tilbud om personlig pleje og praktisk hjælp



**ROSKILDE  
KOMMUNE**

**#ALLE TIDERS ÆLDRELIV**

# Hvilken hjælp kan du få som borger i Roskilde Kommune?

Roskilde Kommune har fokus på hverdagsliv, borgerinddragelse og sundhedsfremme i den hjælp, vi tilbyder. Det er Roskilde Kommunes mål at tilbyde hjælp og støtte på en måde, der giver dig størst mulig selv- og medbestemmelse over eget liv. Det gøres bedst ved at inddrage dine egne ressourcer, både de fysiske, sociale og mentale. Den hjælp, som du modtager, har derfor som mål at gøre dig så uafhængig af hjælp som muligt.

## FRIT VALG

Din hjælp vil normalt altid begynde med et intensivt og tidsbegrænset rehabiliterende forløb udført af Roskilde Kommune. Har du herefter fortsat brug for personlig pleje og/eller praktisk hjælp, kan du selv vælge, hvilken godkendt leverandør, der skal levere hjælpen. Hjælpen vil fortsat blive leveret med udgangspunkt i hjælp til selvhjælp. Læs mere på [www.roskilde.dk/leverandører](http://www.roskilde.dk/leverandører).

## PERSONLIG PLEJE

Du kan søge om at få hjælp til personlig pleje, hvis du har behov for hjælp til f.eks. at vaske dig, at komme i bad og/eller at gå på toilettet. Typisk vil du få hjælp til personlig pleje dagligt.

**Hjælp til personlig pleje omfatter f.eks.:**

- » Hjælp til at blive vasket eller komme i bad.
- » Hjælp til at få vasket og friseret hår.
- » Hjælp til at komme på toilet.
- » Hjælp til at tage tøj på og af.
- » Hjælp til at tage proteser på og af.
- » Hjælp til tilberedning, anretning, og/eller indtagelse af mad og drikke.

## PRAKTISK HJÆLP

Du kan søge om praktisk hjælp, hvis du for eksempel har meget vanskeligt ved at gøre rent, vaske tøj, få mad eller købe ind.

### **Hjælp til rengøring omfatter f.eks.:**

- » Hjælp til at støvsuge.
- » Hjælp til at tørre støv af.
- » Hjælp til at vaske gulv.
- » Hjælp til at gøre rent i køkken og på badeværelse.
- » Hjælp til at skifte linned mindst hver 14. dag eller efter behov.
- » Hjælp til at rengøre hjælpemidler.

### **Hjælp til tøjvask omfatter f.eks.:**

- » Vask og tørring af tøj på centralt vaskeri.
- » Hjælp til at pakke vasketøj til afhentning.
- » Hjælp til at hænge tøj til tørre.
- » Hjælp til at lægge tøj på plads.

### **Hjælp til indkøb omfatter f.eks.:**

- » Hjælp til at skrive en indkøbsliste.
- » Hjælp til at købe dagligvarer via indkøbsordning.
- » Hjælp til at sætte varer på plads.

### **Mad og måltider omfatter f.eks.:**

- » Udbringning af kølemad eller opvarmet mad.
- » Tilberedning af morgenmad og kold mad inkl. mellemmåltider.
- » Opvarmning af tilberedt mad i mikrobølgeovn.
- » Hjælp til indtagelse af måltider.

## **SYGEPLEJE**

Du kan få sygepleje, hvis du har behov for pleje og behandling ved akut eller kronisk sygdom, eller hvis du har et vanskeligt sygdomsforløb.

### **Du kan få sygepleje til f.eks.:**

- » Pleje og behandling i forbindelse med akut eller kronisk sygdom eller i forbindelse med livets afslutning.
- » Koordinering og udførsel af den lægeordnede behandling samt observation af behandlingens effekt.
- » Råd, vejledning og oplæring til at håndtere en ny livssituation, hvis du er blevet syg.
- » Hjælp til at bestille og ophælde medicin eller introduktion til dosispakket medicin.

## **TRÆNING**

Du kan søge om træning, hvis du har mistet en del af din funktionsevne som følge af sygdom.

**Selve træningen kan bestå af:**

- » Træning i daglige færdigheder og funktioner.
- » Instruktion i selvtræning.
- » Træning af styrke, udholdenhed og bevægelse.

## **AKTIVITETSTILBUD VIA SENIORHØJSKOLEN**

Du kan få bevilget et aktivitetstilbud på Seniorhøjskolen, hvis du har behov for hjælp og støtte til at have et aktivt liv sammen med andre. Eksempler på tilbud i Seniorhøjskolen:

- » Besøg på Roskilde Museum
- » Vandretur og bålhygge i Boserup
- » Musikcafé på Musicon
- » Højtlæsning på biblioteket
- » Gudstjeneste og rundvisning i Roskilde Domkirke
- » Tur til Zoologisk Have
- » Deltagelse i fysisk aktivitet som f.eks. boldspil og Zumba.
- » Deltagelse i aktiviteter som højtlæsning, spil, håndarbejde, bading, gå-, cykel-, eller køreture, sang, film og foredrag.

Du kan få hjælp til toiletbesøg i løbet af dit ophold. Personalet kan hjælpe dig med din lægeordnede medicin når du er i Seniorhøjskolen.

Du har som ældre borger i Roskilde Kommune ligeledes mulighed for at deltage i tilbud i Seniorhøjskolen uden, at det er bevilget. Deltager du i Seniorhøjskolen uden, at det er bevilget, skal du være selvhjulpent. Du kan få mere at vide, ved at ringe eller komme forbi til en snak på Seniorhøjskolen.

## **OMSORGSTANDPLEJE**

Formålet er at fremme din samlede sundhed og trivsel, hvis du på grund af dit fysiske eller mentale helbred ikke er i stand til at komme til en almindelig tandplejeklinik. Tandplejen giver kun behandlinger, som du kan overkomme. Valget vedrørende tandpleje hviler derfor på et fagligt grundlag samt på dine ønsker.

### **Omsorgstandpleje omfatter:**

- » Forebyggelse af sygdomssymptomer og sygdomstilstande i tænder, mund og kæber, eller aktiviteter, der begrænser udbredelsen af sygdomstilstande, der allerede er opstået.
- » Regelmæssige undersøgelser.
- » Behandling af symptomer, sygdomme og funktionsforstyrrelser i tænder, mund og kæber, herunder nødvendige tandprotetiske behandlinger.

## **BOLIGER**

Roskilde Kommune har en række boligtilbud til dig, der ikke længere kan klare dig i din nuværende bolig og har behov for en bolig, der er særligt egnet til personer med en fysisk eller psykisk funktionsnedsættelse.

### **Boligtyper:**

- » Plejeboliger.
- » Ældre- og handicapegnede boliger.
- » Handicapegnede boliger.
- » Midlertidige boliger.

## **HVIS DU ØNSKER AT KLAGE**

Hvis du er utilfreds med Roskilde Kommunes afgørelse om hjælp, har du mulighed for at klage til Ankestyrelsen. Du skal rette klagen mundtligt eller skriftligt til Myndighedsservice. Du skal klage inden for fire uger efter, at du har modtaget afgørelsen. Du kan se adresse og telefonnummer til Myndighedsservice på bagsiden. Klager over omsorgstandpleje og sygeplejens faglige behandling skal rettes til Sundhedsvæsenets Patientombud (se bagsiden).

Som udgangspunkt er det kun den borger, der modtager hjælpen, som har ret til at klage. Hvis dine pårørende ønsker at klage over afgørelsen eller den hjælp, du modtager, skal de derfor have en fuldmagt fra dig.

## ADRESSER

### MYNDIGHEDSSERVICE

Rådhusbuen 1, 4000 Roskilde

Telefon: 46 31 30 00 (Telefontid på hverdage mellem kl. 8.30-9.30)

Email: myndighedsservice@roskilde.dk

### VOKSENSERVICE

Rådhusbuen 1, 4000 Roskilde

Telefon: 46 31 54 09

Email: voksservice@roskilde.dk

### ROSKILDE KOMMUNES BORGERRÅDGIVER

Rådhusbuen 1

4000 Roskilde

Telefon: 46 31 31 43

For mail til borgerrådgiver se yderligere oplysninger under: <http://roskilde.dk/borgerraadgiver>

### ANKESTYRELSEN AALBORG

7998 Statsservice

Telefon: 33 41 12 00 (Telefontid hverdage kl. 9-15)

Email: ast@ast.dk / Sikker mail: sikkermail@ast.dk

### STYRELSEN FOR PATIENTKLAGER

Olof Palmes Allé 18 H

8200 Aarhus N

Tlf: 72 33 05 00

E-mail: stpk@stpk.dk

### STYRELSEN FOR PATIENTSIKKERHED, TILSYN OG RÅDGIVNING ØST

Islands Brygge 67, 2300 København S

Telefon: 72 22 74 50 (telefontid hverdage 8-15)

E-mail: seost@sst.dk

Du kan læse mere om Roskilde Kommunes tilbud om hjælp og om at klage i publikationen Kvalitetsstandarder for Roskilde Kommune. Kvalitetsstandarderne kan rekvireres ved henvendelse til Myndighedsservice eller læses på [www.roskilde.dk/kvalitetsstandarder](http://www.roskilde.dk/kvalitetsstandarder).



**ROSKILDE  
KOMMUNE**