



ÆRØ  
KOMMUNE



VELKOMMEN TIL NYE BEBOERE  
PÅ MARSTAL ÆLDRECENTER



## Indhold

Velkommen.....	2
Marstal Ældrecenter.....	3
Aktiviteter.....	3
Beboerbladet.....	3
Bruger- og pårørenderåd.....	3
Fodterapeut, frisør, tandpleje m.m.....	4
Besøg på sygehus.....	4
Forsikringer.....	4
Frivillige.....	4
Gæster/pårørende.....	4
Husleje.....	5
Indkøb.....	5
Kæledyr.....	5
Licens.....	5
Måltider.....	5
Kald.....	5
Nøgler.....	6
Opbevaring af penge.....	6
Opholdsstuen/fællesrum.....	6
Post.....	6
Rengøring og tøjvask.....	6
Rygning.....	6
Tv/telefon og netadgang.....	7
Kontaktoplysninger.....	7

## Velkommen

På Marstal Ældrecenter ved vi, at det kan være et stort skridt at flytte i plejebolig. Derfor vil vi gøre vores bedste for at gøre overgangen så nem som mulig for vore nye beboere.

Med denne pjece får du nogle helt grundlæggende informationer om det at bo i plejebolig på Marstal Ældrecenter.

### **Alle har et potentiale**

På Marstal Ældrecenter arbejder vi, ligesom på de andre ærøske plejecentre, ud fra den grundholdning, at alle har et potentiale. Det gør vi, fordi vi synes, at du så længe som muligt skal have mulighed for at bevare ansvaret for dit eget liv, din døgnrytme og dine interesser.

Træning og hjælp til selvhjælp vil derfor være gennemgående - ikke kun i omsorgen og plejen, men i alt, hvad der samarbejdes om.

## Marstal Ældrecenter

På Marstal Ældrecenter er der i alt 44 selvstændige boliger, som er fordelt i 6 boenheder. Fra alle boligerne er der udgang til egen terrasse og desuden en fælles have. 6 af boligerne bruges til midlertidige ophold.

Som beboer har du mulighed for at deltage i en lang række af aktiviteter. Der er f.eks. gymnastik, træning i dagcentrets kondirum, kortspil, banko, fællessang eller ture ud af huset.

På Marstal Ældrecenter prioriterer vi hyggeligt, socialt samvær blandt beboere og personale højt – specielt omkring måltiderne. Derfor spiser beboere og personale sammen i boenhedens spisesstue, og plejecentret opfordrer alle beboere, som har lyst, til at være med.

Marstal Ældrecenter ligger tæt på Marstal havn og har udsigt til både vand og skov. Plejecentret ligger i udkanten af byen, men busstoppestedet er kun ca. 100 m væk. Der er desuden gode parkeringsmuligheder i området.

## Aktiviteter

På plejecentret er der mulighed for at få vedligeholdelsestræning, individuel træning og gymnastik i fællesstuen. Derudover har plejecentret arrangementer såsom bankospil, sangeftermiddag og udflugter ud af huset. De arrangementer, der bliver afholdt på plejecentret, er pårørende og frivillige altid velkomne til at deltage i sammen med deres nærmeste.

## Beboerbladet

Der udkommer et beboerblad en gang om måneden. Her omtales arrangementer på plejecentret, og beboernes fødselsdage oplyses samt, hvornår der afholdes gudstjenester. Redaktionsudvalget for beboerbladet består af plejecentrets leder, aktivitetsmedarbejder og en beboerrepræsentant.

## Bruger- og pårørenderåd

Plejecentret har et såkaldt bruger- og pårørenderåd. Her sidder repræsentanter for beboere og pårørende samt medarbejderrepræsentanter. Plejecenterets leder er sekretær for rådet, hvori der også sidder en politiker fra Kultur- og Socialudvalget.

I rådet varetages interesser for samtlige beboere i den enkelte plejeboligenhed i tæt samarbejde med ledelsen på centret.

Der er valg til bruger- og pårørenderåd hver 4 år. Formand og næstformand udpeges blandt beboer- og pårørenderepræsentanterne.

## Fodterapeut, frisør, tandpleje m.m.

Når du flytter ind på plejecentret, er det vigtigt, at kontakten til din sædvanlige fodterapeut, frisør eller tandplejer bibeholdes. Det er op til dig selv at fastholde kontakten – eventuelt i samarbejde med dine nærmeste, frivillige eller personale.

## Besøg på sygehus

Et besøg på sygehuset kan nogle gange klares på video. En videosamtale kan være relevant, hvis det blot er en justering af din medicin eller hvis der ikke skal foretages nogle undersøgelser i forbindelse med den ambulante kontrol. Det sparer transport og kræfter, samt minimerer ventetid.

Hvis dine pårørende har gavn af og interesse i, at et aftalt besøg på sygehuset er en videosamtale i stedet for et fysisk besøg, kan du eller plejehjemmet kontakte det ambulatorie, der har sendt indkaldelsen, for at høre, om det kan lade sig gøre.

Dine pårørende kan deltage ved at være fysisk på plejehjemmet eller ved at sidde ved deres egen skærm et tredje sted. At være med fra et tredje sted kræver, at det er aftalt med sygehuset på forhånd. Såfremt dine pårørende sidder et tredje sted, får de et link til samtalen i en mail for ud for aftalen. Når det er blevet tid til videosamtalen skal linket åbnes på en tablet eller PC med kamera og mikrofon.

På plejehjemmet sørger personalet her som udgangspunkt for den praktiske opkobling.

## Forsikringer

Som beboer på Marstal Ældrecenter er du ikke forsikret af en fælles indbo- og ansvarsforsikring. Du er derfor selv ansvarlig for at tegne f.eks. indbo- og ulykkesforsikring.

## Frivillige

Til plejecentret er tilknyttet frivillige, som deltager ved arrangementer eller kommer som besøgsven. Det er meget forskelligt, hvad de frivillige bidrager med, men de udgør alle en stor støtte og glæde blandt plejecentrets beboere.

## Gæster/pårørende

På Marstal Ældrecenter er pårørende meget velkomne til at komme på besøg. Vi mener, at det styrker kontakten og forståelsen imellem beboeren, de pårørende og medarbejderne.

Derfor er det også helt naturligt at gæster/pårørende gerne må overnatte i plejeboligen. Huset har en gæsteseng, som kan benyttes. Der kan i øvrigt bestilles ekstra menuer ved Ærø Madservice, som er Ærø Kommunes køkken. Ærø Madservice kontaktes på tlf.: 63 52 55 72. Vær opmærksom på, at maden skal bestilles senest 5 hverdage inden ankomst.

## Husleje

Når du bor på et af de ærøske plejecentre, bor du på kontrakt med boligforeningen Det Ærøske Boligselskab. Boligforeningen udfærdiger den egentlige kontrakt og opkræver huslejen via Udbetaling Danmark.

## Indkøb

Du har mulighed for at oprette et kundenummer hos øens handlende. Det vil dine pårørende og vores medarbejdere være dig behjælpelig med, hvis du skulle have behovet.

## Kæledyr

Som udgangspunkt kan du ikke have dine egne kæledyr med på plejecentret.

## Licens

Du skal selv sørge for at betale licens, men fra 2022 vil licensen blive opkrævet via skattebilletten.

## Måltider

Måltiderne indtages som udgangspunkt i fællesopholdsstuen, men individuelle ønsker om at spise på egen stue tilgodeses også. Det samme er gældende for tidspunktet for måltidet. I samarbejde med beboeren kan vores medarbejdere vejlede med hensyn til faste spisetider, men det er som udgangspunkt beboerens egen beslutning.

## Kald

Der er tilknyttet et kald til hver stue, som man kan bære om halsen eller som armbånd.

Kaldet benyttes ved akut behov for hjælp. Personalet kommer så hurtigt som muligt, men man bør huske, at de kan være optaget hos en anden beboer.

Vi ønsker at minimere brugen af kald ved at aftale faste tider, hvor vi kommer ind til dig, så du er forberedt og det giver mening for dig.

## Nøgler

Når du bliver anvist en plejebolig, får du udleveret 3 nøgler. Disse nøgler er til din egen lejlighed, postkasse, medicinskab og værdiboks.

## Opbevaring af penge

Penge skal du selv, dine pårørende eller din værge administrere.

Opbevaring af kontanter sker på eget ansvar. Vi anbefaler, at penge opbevares i værdiskabet.

For at begrænse mængden af opbevarede penge, anbefales det, at der allerede ved indflytningen er oprettet en betalingservice til apotek, frisør, fodterapeut, tandpleje m.m.

## Opholdsstuen/fællesrum

På Marstal Ældrecenter er gæster meget velkomne – det er blot vigtigt, at der tages hensyn til de andre beboere og i særdeleshed beboere med særlige behov.

Besøg skal som udgangspunkt foregå på din egen stue. Er der særlige behov, kan du tale med personalet om det.

## Post

Posten bliver leveret til plejecentret og derefter delt ud af plejecentrets personale. Personalet åbner ikke din post, og posten er dit eget og dine pårørendes ansvar.

## Rengøring og tøjvask

Det kan være begrænset, hvad du som beboer kan bidrage med hvad angår rengøring og tøjvask, men som udgangspunkt foregår det i et samarbejde imellem beboere og medarbejdere. Pårørende er også meget velkomne til at bidrage.

## Rygning

Det er tilladt at ryge på din egen stue. Imidlertid må personalet på plejecentret ikke må udsættes for passiv rygning eller røg. Derfor skal du som beboer huske:

- at undlade at ryge, mens der er personale på stuen.
- at lufte ud i din bolig, før du får hjælp af personalet.
- at lufte ud på stuen, før din dør til gangen bliver åbnet.

Personalet kan hjælpe med udluftning ca. et kvarter før de skal ind på stuen, hvis du ikke selv kan åbne din terrassedør eller vindue.

Hvis du vil ryge på din stue, beder vi dig om at ryge for lukket dør til gangen og sørge for at lufte ud, inden personalet skal hjælpe dig.

Det er ikke tilladt at ryge på plejecentrets fællesområder.

## Tv/telefon og netadgang

Der er Tv, fastnets-telefon, og internetstik på alle stuer.

Boligforeningen har udvalgte Tv-programmer, du kan se. Ønsker du flere eller andre Tv-programmer, er det et tilkøb, du selv skal administrere.

Det er dig selv eller dine pårørende, som er ansvarlig for flytning af telefon.

## Kontaktoplysninger

### Leder på Marstal Ældrecenter

Susanne Grube

Telefonnummer: 63 52 55 76

Mail: [sgr@aeroekommune.dk](mailto:sgr@aeroekommune.dk)