

VELKOMMEN INDENFOR PÅ PLEJEBOLIGCENTER FÆLLEDGÅRDEN

Kære beboer,

Først og fremmest vil vi som ansatte på Fælledgården gerne have lov til at byde dig og din familie *hjertelig* velkommen. Fælledgården er et stort hus med 193 moderne boliger fordelt på fem etager og to bygninger forbundet med en mellemgang, hvilket i skrivende stund gør det til Danmarks største plejeboligcenter. I 2013 åbnede Fælledgården dørene for nye beboere med en klar vision: Fælledgården skal være rollemodel for fremtidens plejeboligcentre, hvor det trygge, varme og aktive hverdagsliv, er i fokus.

På de næste sider finder du relevant information vedrørende:

- Livet på Fælledgården (se side 2)
- Praktisk information (se side 4)
- Madordning på Fælledgården (se side 6)
- Faciliteter på Fælledgården (se side 7)
- Fælledgårdens Plejehjemsfond (se side 9)
- Kontaktoplysninger (se side 10)

Velkommen,

Med venlig hilsen,

Anne Birgitte Østergaard
Centerchef



LIVET PÅ FÆLLEDGÅRDEN

Vi er overbeviste om, at det gode hverdagsliv er noget, vi skaber sammen, men også at det ikke opstår af sig selv. Hverdagslivet på Fælledgården er dermed et tæt sammenspil mellem beboere, medarbejdere, pårørende, frivillige og naboer. Vi mener, at du som beboere skal have mulighed for at have en hverdag og dyrke interesserne fra før, du flyttede ind. Det er det, vi mener, karakteriserer fremtidens plejeboligcenter.

Dagligdagen på Fælledgården

Fælledgården har en aktivitetsgruppe, der i samarbejde med beboere, pårørende og vores omkringliggende naboer er med til at skabe en bred vifte af muligheder for udfoldelse i dagligdagen. Fælledgården har en række kerneaktiviteter, der understøtter vores holdning om musik, bevægelse og kreativitet i dagligdagen.

Demokrati og mangfoldighed

På Fælledgården betyder demokrati, at beboere, pårørende og medarbejdere bliver inddraget i en lang række af beslutningsprocesserne. Det er ikke altid den hurtigste vej, men vi mener, det er den rigtige. Vi mener, at demokrati først og fremmest handler om din selvbestemmelse, og det forpligter os til at skabe et fællesskab, hvor der er plads til alle, og man kan høre til på mange forskellige måder.

En del af lokalområdet

Vores naturlige omgivelser er Østerbro og Fælledparken. Vi er en aktiv del af lokalmiljøet, og holder døren åben for naboer, som ønsker nylavet mad fra cafeen, synge i nabokoret, holde foredrag, køre rickshaw-cykel med vores beboere eller på anden måde være en del af Fælledgårdens hverdag. I hjertet af Fælledgården finder du vores gårdhave, der tillader ro i den travle by, som også rummer moderne træredskaber til træning. Indenfor finder du blandt andet vores motionsrum, minibiograf, frisør, tandlæge, sysselrum, sanserum og meget mere – alt sammen let tilgængeligt med elevatorer.

Fysiske rammer og grøn energi

På Fælledgården udfolder hverdagen sig i moderne og æstetisk smukke rammer. Vi bestræber os på at skabe en sammenhængende hverdag for de mennesker, som bor her, og lægger vægt på, at al pleje og omsorg er nærværende og af høj sundhedsfaglig kvalitet. Fælledgården er et bæredygtigt plejeboligcenter. Vi genererer selv en del af den strøm, vi bruger, fra solceller på taget og opsamler regnvand i tanke under sansehaven i gården og på vores grønne tage.

Fælledgårdens Nyhedsbrev

På Fælledgårdens hjemmeside (www.Fælledgården.dk) har du mulighed for at tilmelde dig vores nyhedsbrev i elektronisk format, hvad enten du er beboer, pårørende eller noget helt tredje. Nyhedsbrevet udkommer i starten af hver måned. Her kan du læse om udvalgte arrangementer fra den forgangne måned, små historier fra hverdagen og praktisk information (aktivitetsskema, mad-



plan mm.). Vi opfordrer alle som har interesse i Fælledgården til at tilmelde sig dette via vores hjemmeside. Alle beboere får nyhedsbrevet leveret hver måned i papirform. Det er også muligt at modtage nyhedsbrevet indtalt på CD, hvis man har behov for det, ved at henvende sig i receptionen.

Mad: Fra gryde til bord

Fælledgårdens køkken serverer hjemmelavet og altid nytillavet mad, som du kan nyde på de forskellige etager eller i cafeen i stueetagen. Cafeen danner rammen om et hyggeligt hverdagsliv og om vores større fællesarrangementer, der følger årets gang. Vores tilgang til mad er præget af vores ønske om økologi, og vi arbejder derfor på sigt på at fremme andelen af økologiske råvarer i maden, vi serverer.

Videnscenter for demens

Fælledgården er et af Københavns Kommunes fem videnscentre for demens med tilknyttet demensrådgiver og videnspersoner i demens. Derudover er Plejeboligcenter Fælledgården også hjemsted for et aktivitetscenter, hvor vi alle ugens hverdage tilbyder ti personer med demens, som stadig er hjemmeboende, samvær og aktiviteter.



PRAKTISK INFORMATION

Når du flytter i en ny bolig er der selvfølgelig mange ting, som du skal forholde dig til. På de næste sider finder du en samling af praktiske informationer, der retter sig mod din første tid på Fælledgården, din bolig, madordning og faciliteter på Fælledgården.

Din første tid på Fælledgården

Indflytningssamtale og forventningsafstemning

Når du flytter ind på Fælledgården, har du i løbet af dine første 14 dage en indflytningssamtale, der fungerer som en forventningsafstemning mellem dig og din afdeling. Efter et par måneder har du en opfølgende evalueringssamtale med din afdelingsleder, hvor du og dine pårørende har mulighed for at få svar på jeres spørgsmål.

Din kontaktperson på afdelingen

Som beboer på Fælledgården har du en personlig kontaktperson fra din afdeling. Din kontaktperson kan hjælpe dig med at strukturere din dag ud fra dine behov og interesser samt hjælpe med en række gøremål og administrative opgaver, der blandt andet omfatter følgende:

- Almindelige daglige gøremål i forbindelse med personlig hygiejne/påklædning,
- Formidle kontakt til frisør, fodpleje, tandpleje, sygeplejerske, ambulatorier mm.
- Informere om Fælledgårdens aktiviteter, interessefællesskaber og arrangementer
- Hjælpe med at arrangere transport til/fra aktiviteter, læge mm.

Du har desuden mulighed for at få indsigt i din døgn- og ugeplan. Døgn- og ugeplan er med til at give et overblik over hvilke aftaler, der er indgået, og om der er særlige behov.

Praktisk information om din bolig

Husleje

Den månedlige husleje varierer afhængig af boligens størrelse. Boligstørrelsen ligger fra 62 m² til 98 m² inkl. dele af fællesarealer. Du finder vejledende huslejepriser på de enkelte boligtyper ved henvendelse til udlejningsmedarbejder Annette Søby fra KAB på tlf. 35 30 31 88. El og vinduespolering er inkluderet i huslejen. Indboforsikring er noget, som du selv skal afstemme med dit forsikringselskab.

Medicin- og værdiboks

I hver lejligheden findes der to aflåste bokse til henholdsvis medicin og værdier. Når du flytter ind, får du udleveret to nøgler til hver boks, hvoraf personalet kun har adgang til medicinskabet. Vi anbefaler, at du maksmalt opbevarer op til 1.500 kr. i værdiboksen i boligen. Vi anbefaler, at du tilmelder dig PBS, hvor det er muligt. Hvis noget forsvinder fra din værdiboks, er det en sag mellem dig og dit forsikringselskab/indboforsikring.



Post & avis:

I hverdage samt lørdag bliver post til beboere omdelt på etagerne. Søndag og helligdage er der ingen postomdeling. Du kan få egen postkasse, der vil være placeret ved mellemgangen på din afdeling. Har du ikke egen postkasse, afleveres din post i din afdelings fællespostkasse, der bliver tømt og omdelt af medarbejdere på alle hverdage. Ønsker du at holde avis, skal du kontakte den pågældende avis' distributør for at arrangere levering af avisen. Ønsker du at få avisen leveret på etagen, kan distributøren få udleveret en nøglebrik til huset ved henvendelse til driftsleder Flemming Eliassen fra KAB, som du finder på administrationsgangen.

Telefon, TV og internet

I alle boliger er der forbindelse til TV, telefon og internet, der leveres af IT-Lauget Parknet via fiberforbindelse. Som beboer vælger du selv, hvilken service du vil tilslutte dig. Ønsker du ingenting, koster det selvfølgelig ikke noget. Du finder bestillingssedler til tilslutning på driftskontoret på administrationsgangen, som du finder på Fælledgården stueetage. Du kan læse meget mere og se priser på www.Parknet.dk. Betaling af Danmarks Radios licens er et personligt anliggende, der *ikke* er inkluderet i huslejen.

Varme

Varmen betales a'conto hver måned. Den månedlige udgift er afhængig af boligens størrelse og udgør for en bolig på 67 m² pt. 419 kr. pr. måned.

Det er muligt at betale husleje, varme, tv, telefon, internet og andre serviceydelser via PBS.



MADORDNING PÅ FÆLLEDGÅRDEN

Mad & måltid

Du har mulighed for at tilmelde madordning hos vores køkken via servicepakken. Madordningen består af tre måltider:

- Morgenmad
- Frokost
- Aftensmad

Vi tilpasser din madordning således, at den indeholder præcis de måltider, du ønsker. Vi anbefaler, at man tilmelder sig fuld-kost-ordningen, da dette sikrer næringsrige måltider igennem hele dagen. Du har også mulighed for at tilpasse din madordning, så du selv vælger hvilke måltider, du ønsker. Det fremgår af aftaleskemaet, hvad du betaler for.

Du kan vælge af få morgenmaden serveret i din bolig eller i et af fælleskøkkenerne på din etage. Ligeledes kan du nyde din frokost og aftensmad inde hos dig selv, i fælleskøkkenerne eller i vores cafe på stueetagen. Du har desuden mulighed for at tilberede mindre måltider eller kaffe i dit eget the-køkken i boligen. Ved besøg eller socialt samvær i fælles afdelingskøkken, kan du selvfølgelig også byde på en kop kaffe.

Køkkenet tilbyder selskabsmenuer til enhver anledning

Vi tilbyder menuer lige fra kaffe og kage til stor middag, og du kan derfor bestille mad til dit arrangement, såfremt du bestiller til minimum otte personer. Herunder kan du også bestille opdækning, servicering og afrydning på Torvet eller Lille Torv på Fælledgården, så det eneste du skal koncentrere dig om, er dine gæster. Kontakt økonoma Annemarie Winther-Petersen på telefon 39 13 51 17 for at høre nærmere eller for at få et priskatalog og menuforslag.

Tilmelding/afmelding af måltider

Vi er opmærksomme på, at der kan være dage eller længere perioder, hvor du ønsker at tilmelde/afmelde et eller flere af dine måltider (*morgenmad, frokost, aftensmad* eller *biret*). Fælledgårdens køkken arbejder med to bestillingsperioder i måneden, der er gældende fra henholdsvis d. 1. og d. 15. i måneden. Ønsker du at tilmelde/afmelde et eller flere måltider, skal dette ske med en bestillingsperiodes varsel. Det betyder, at hvis du f. eks. ønsker at afmelde et måltid for d. 16. februar, skal dette ske via din kontaktperson *inden* d. 1. februar.

FACILITETER PÅ FÆLLEDGÅRDEN

Vi har en række faciliteter på Fælledgården, der er med til at understøtte det gode hverdagsliv.

Administration af penge

Som beboer administrerer du selv dine penge eventuelt i samarbejde med pårørende/værge. I særlige tilfælde, hvor du ikke selv kan administrere dine penge, kan en pårørende/værge rette henvendelse til receptionen med henblik på at overføre penge til Fælledgårdens konto via en bankkonto. Fælledgården kan som sådan ikke agere bank.

Cafeen

Du finder vores cafe i stueetagen, der har åben alle ugens hverdage fra kl. 11.00 – 16.00 og i weekenden fra 12.30 - 15.30. Her har du mulighed for at købe kaffe, the, øl, vin, sodavand, varm kakao og kage samt en masse lækker smørebød og dagens varme ret.

Frisør

Du finder frisøren Anna Pias salon i stueetagen. Salonen har åben tirsdag og torsdag og ved særlige lejligheder også om onsdagen. Tidsbestilling sker på tlf. 23 23 57 78 mellem kl. 10.00 – 15.00.

Præst og kirke

Udvalgte præster fra sognene på Østerbro afholder Gudstjeneste hver anden fredag kl. 14.00 på torvet ved Cafeen. Gudstjenesten er åben for alle. Efter gudstjenesten serveres kaffe og kage, og der er mulighed for at få en snak med præsten. Der arrangeres ligeledes døvegudstjeneste med tegnsprogstolk.

Rengøring, affald og vask

Der bliver løbende gjort rent på Fælledgårdens fællesarealer samt de boliger, der er tilmeldt rengøring. Rengøring af bolig indgår i servicepakken. Driftskontoret håndterer renovation. Plejeboligcenter Fælledgården har en ordning med De Forenede Dampvaskerier, som håndterer beboernes vasketøj én gang ugentligt. Det drejer sig om sengelinned og tøj - dog er f.eks. vask af uldtøj på eget ansvar. Vask af gardiner indgår *ikke* i aftalen. Derudover er der et beboervaskeri i kælderen med en vaskemaskine og tørretumbler, som er til fri afbenyttelse ved reservation.

Tandklinik

Tidsbestilling alle dage mellem kl. 08.15 – 14.00 på tlf. 33 17 57 80. Tandplejen udfører al almen tandbehandling, protesearbejde samt protesereparation. Du kan tilmelde dig Omsorgstandplejen, der koster 475,- årlig uanset behandlingsbehov. Beløbet reguleres årligt.

Træning

Terapeuterne tilbyder genoptræning på baggrund af en konkret vurdering, hvis du har haft et fald i funktionsniveau. Du kan henvende dig til din kontaktperson, som etablerer kontakt til terapeuterne.



Er du vant til at træne og fortrolig med træningsredskaber, er du velkommen til at benytte træningsfaciliteterne på eget ansvar, dog ikke tirsdage og torsdage i tidsrummet kl. 10.00 – 13.00 samt når salen er optaget af træning ved terapeuterne.



FÆLLEDGÅRDENS PLEJEHJEMSFOND

Fondens formål er at benytte fondens indtægter og kapital efter bestyrelsens skøn til gavn og glæde for beboerne på den selvejende institution Plejeboligcenter Fælledgården; jf. vedtægtens §2. Beboere på Plejeboligcenter Fælledgården, som har brug for et mindre legat, kan rette henvendelse til centrets personale om hjælp til at formulere en ansøgning til fondens bestyrelse, lige som i øvrigt personalet på Plejeboligcenter Fælledgården kan ansøge fondens bestyrelse om tilskud til aktiviteter for beboerne m.m. Ansøgningskema udleveres i receptionen.

Fonden kan afgiftsfrit modtage testamentariske gaver og arv. Disse kan indbetales til fondens konto:

Registreringsnummer: 8075

Kontonummer: 1077704

Husk at angive, at gaven er til Fælledgårdens Plejehjemsfond.

Fælledgårdens plejehjemsfond har blandt andet bevilliget penge til:

- Sangbøger
- Forskellige musik- og festarrangementer
- Korleder til nabokoret
- Collagemaling
- Inforskærme på afdelingerne
- Demensdukker
- Forskellige musik- og festarrangementer
- Drift af Fælledgårdens bus
- Stemning af flygel i cafeen
- Rammer til brug og genbrug ved forskellige udstillinger af beboernes malerier og collager
- Musik til Fælledgårdens fødselsdagsfest d. 9. april 2015
- Musik til befrielsesfesten d. 5. maj 2015
- Musik til Skt. Hans aften d. 23. juni 2015
- Cartilaga-koret synger en gang i foråret 2015

KONTAKTOPLYSNINGER

Fælledgården består af en række forskellige afdelinger og funktioner, som du kan have brug for at komme i kontakt med. Nedenfor finder du kontaktoplysninger for bolig- og serviceadministrationen, receptionen og de enkelte afdelinger.

Plejeboligcenter Fælledgården

Receptionen tlf.: 39 13 51 00 // info@faelledgaarden.dk

Åbningstider:

Mandag – fredag (kl. 09.00 – 12.00)

Onsdag (kl. 09.00 – 12.00 og 13.30 – 16.00)

Ansvarshavende dag/aften (kl. 07.00 – 23.00): tlf.: 39 13 51 50

Ansvarshavende nat (kl. 23.00 – 07.00): tlf.: 39 13 51 60

Bolig- og serviceadministrationen på administrationsgangen

I bolig- og serviceadministrationen kan du i dagtimerne få hjælp til at indberette fejl og mangler i din bolig. Dette omfatter driftsforstyrrelser (vand, varme og el), rengøring og ad hoc-opgaver såsom bohavehåndtering, indstilling af TV og telefon, nøgler, m.m. Uden for administrationens åbningstider har du mulighed for at udfylde et *opgaveskema*, som du finder i receptionen eller ude foran Bolig- og serviceadministrationen. Opgaveskemaet afleveres i postkassen foran bolig- og serviceadministrationen. Du kan også sende en e-mail til ek-faelledgaarden@kab-bolig.dk.

Åbningstider:

Mandag – fredag 09.00 – 13.00

Servicemedarbejder Bente Bang Andersen tlf.: 39 13 51 06 // bd0s@suf.kk.dk

Servicemedarbejder Berit Hanselmann tlf.: 39 13 51 07 // bd2c@suf.kk.dk

Servicemedarbejder Sanja Vujic tlf.: 39 13 51 10 // e69b@suf.kk.dk

Indkøber og serviceleder Jim Arne Hermansen tlf.: 29 39 51 05 // zw8f@suf.kk.dk

KAB: Driftsleder Flemming Skovgaard Eliassen tlf.: 51 68 67 11 // fse@kab-bolig.dk

KAB: Driftslederassistent Michael Hansen tlf.: 21 52 45 39 // mrh@kab-bolig.dk

KAB: Servicemedarbejder Michael Andersen tlf.: 21 76 09 46 // mca@kab-bolig.dk

Ved ind- og udflytning kontakt driftslederassistent Michael Hansen

Visitation - Områdekantor IndreBy/Østerbro tlf.: 33 30 38 28

Boligkatalog www.Faelledgaarden.dk

Vejledende telefontid på afdelingen – for din skyld

På Fælledgården bestræber vi os på at være nærværende i vores arbejde. Derfor har vi vejledende telefontid på vores afdelinger mellem kl. 11.00 – 12.00 og kl. 20.00 – 21.00 alle ugens dage. For at gøre brug af din telefontid, skal du benytte nummeret til den afdeling, du har tilknytning til:

Afdeling 1	Drejøgade 1. sal	tlf.: 39 13 51 70
	Hesseløgade stuen	tlf.: 39 13 51 80
	Hesseløgade 1. sal	tlf.: 39 13 51 90
Afdeling 2	Drejøgade 2. sal	tlf.: 39 13 52 00
Afdeling 3	Drejøgade 3. sal	tlf.: 39 13 52 20
Afdeling 4	Drejøgade 4. sal	tlf.: 39 13 52 40
	Drejøgade 5. sal	tlf.: 39 13 52 50
Afdeling 5	Hesseløgade 4. sal	tlf.: 39 13 52 60
	Hesseløgade 5. sal	tlf.: 39 13 52 70

Yderligere kontaktoplysninger

Nedenfor finder du en oversigt over Fælledgårdens afdelingsledere samt andre funktioner, du kan have behov at komme i kontakt med. Disse er *ikke* omfattet den vejledende telefontid, og er derfor tilgængelige i dagtimerne.

Afdelingsledere

Afdeling 1, Afdelingsleder Annette Elise Beck	tlf.: 29 66 83 36 // YE95@suf.kk.dk
Afdeling 2, Afdelingsleder Dina B. Larsen	tlf.: 29 66 83 11 // LL83@suf.kk.dk
Afdeling 3, Afdelingsleder Dorte Reimert	tlf.: 29 66 83 02 // KP11@suf.kk.dk
Afdeling 4, Afdelingsleder Hanne Bartholdy	tlf.: 23 65 28 81 // EI6K@suf.kk.dk
Afdeling 5, Afdelingsleder Malene Grindsted	tlf.: 23 95 29 24 // CM7K@suf.kk.dk

Fagstab

Uddannelsesansvarlig Inge Matthiessen	tlf.: 51 42 85 98 // B94U@suf.kk.dk
Demensvidenperson Julie Munk	tlf.: 39 13 51 21 // QH38@suf.kk.dk
Kvalitets- og udviklingssygeplejerske Tina Kjærgaard	tlf.: 39 13 51 00 // ZQ67@suf.kk.dk
Demensrådgiver Indre By Østerbro Anne Lise Hansen	tlf.: 26 88 52 80 // BB40@suf.kk.dk

Kommunikations- og demokratiansvarlig

Michael Bernt Madsen

tlf.: 51 21 94 37 // CR94@suf.kk.dk**Faciliteter på Fælledgården****Frisør** (kl. 10.00 – 15.00)

tlf.: 23 23 57 78

Fysioterapeuttlf.: 39 13 51 19 // FG-TPP@suf.kk.dk**Tandlæge** (kl. 08.15 – 14.00)

tlf.: 33 17 57 80

Aktivitetsgruppen**Frivilligkoordinator og aktivitetsmedarbejder**

Annette Struve

tlf.: 39 13 51 25 // BP2U@suf.kk.dk**Aktivitetsmedarbejder** Agnete Løcketlf.: 39 13 51 26 // MK60@suf.kk.dk**Aktivitetsmedarbejder** Niels Henrik Olsentlf.: 39 13 51 27 // BP2V@suf.kk.dk**Souschef** Birgit Clausentlf.: 30 68 44 16 // B54E@suf.kk.dk**Centerchef** Anne Birgitte Østergaardtlf.: 23 27 78 71 // AT1R@suf.kk.dk

For yderligere information eller spørgsmål er du velkommen til at besøge vores hjemmeside på www.faelledgaarden.dk, sende en e-mail på info@faelledgaarden.dk eller kontakte os telefonisk på 39 13 51 00.